

**Nermin Mulaosmanović**  
**Hazim Selimović**

## **POVEZANOST STRAHA OD NEGATIVNE SOCIJALNE EVALUACIJE, SAMOPOŠTOVANJA I ZADOVOLJSTVA TJELESNIM IZGLEDOM MLADIH**

### ***Sažetak***

*Tijelo je najvidljiviji dio pojedinca, uvijek izloženo pogledu drugih, za razliku od personalnih karakteristika. Svaka osoba posjeduje mnoge predodžbe, mišljenje i osjećaje o vlastitom tijelu, uključujući cjelokupan izgled, specifična područja i dijelove tijela. U razdoblju mnogih promjena u adolescenciji osim na privikavanje promjena u vlastitom tjelesnom izgledu, potrebno je usvojiti nove oblike ponašanja i uloge koje ih približavaju i odraslim. Najelementarniji nivo self-koncepta je svakako percepcija sopstvenih tjelesnih karakteristika ili slika svog tjelesnog izgleda. Također, u ovom periodu života razvija se svijest o važnosti dojma koji se ostavlja na druge, gdje proizilazi i osjećaj odgovornosti za ishod interakcija. Javlja se sve veća zabrinutost za ishode socijalnih situacija i dovodi do veće vjerovatnosti za pojavu straha od negativne socijalne evaluacije. Mladima je općenito vrlo važan sud o njihovom fizičkom izgledu, o kojem uglavnom ovisi i samopoštovanje. Tjelesne promjene mogu da utiču na tjelesno zadovoljstvo tokom adolescencije jer u relativno kratkom vremenu dolazi do drastičnih promjena izgleda, te adolescentima tjelesni izgled postaje jedna od najvažnijih briga. Fizičko sazrijevanje u ranoj adolescenciji može negativno uticati na samopoštovanje. Osnovni problem rada je bio ispitati odnos između straha od negativne socijalne evaluacije, samopoštovanja i zadovoljstva tjelesnim izgledom kod mladih, dok je cilj bio utvrditi da li su samopoštovanje i strah od negativne socijalne evaluacije značajni faktori u objašnjenju zadovoljstva tjelesnim izgledom mladih? Populaciju u istraživanju su činili adolescenti uzrasta od 15 do 18 godina, čiji je uzorak brojao 1172 ispitanika. U istraživanju su korišteni sociodemografski upitnik, skala straha od negativne evaluacije koju je adaptirao Leary (1983), skala samopoštovanja (Rosenberg 1965), upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom (Mendelson, Mendelson i White, 2001). Upitnici u ovom istraživanju su pokazali dobre metrijske karakteristike. Dobijeni rezultati pokazuju da postoji značajna pozitivna povezanost*

*između samopoštovanja i zadovoljstva tjelesnim izgledom, te negativna značajna povezanost straha od negativne evaluacije sa zadovoljstvom tjelesnim izgledom. Navedene prediktorske varijable objašnjavaju oko 17,7 % varijance zadovoljstva tjelesnim izgledom. Nisu utvrđene spolne i dobne razlike u zadovoljstvu tjelesnim izgledom kod mladih. Sve navedeno ukazuje da je potrebno raditi sa mladima na razvoju pozitivne slike o sebi i strategijama uspješnog nošenja sa socijalnim evaluacijama.*

***Ključne riječi:*** *strah od negativne evaluacije, samopoštovanje, zadovoljstvo tjelesnim izgledom, mladi*

## Uvod

U vrijeme adolescencije veoma važno postaje mišljenje vršnjaka iako je mišljenje roditelja i dalje važno. Oni su skloni da budu zadovoljni sobom ako njima važne osobe imaju dobro mišljenje o njima. Prema Schlenker and Leary(1982) oblik anksioznosti koji nastaje iz stvarne prisutnosti ili očekivanja socijalne evaluacije u stvarnim ili zamišljenim socijalnim situacijama naziva se socijalna anksioznost. Kao što se može vidjeti ona je karakterizirana zabrinutošću u vezi s tim da li će je i kako drugi vrednovati. Ljudi nastoje kod drugih ljudi stvoriti pozitivne socijalnopoželjne dojmove. Dakle, prisutne su kognitivna, afektivna i bihevioralna komponenta. Jedan od aspekata socijalne anksioznosti je strah od negativne evaluacije. Odnosi se na stepen u kojem pojedinci doživljavaju bojazan pri mogućnosti da ih drugi negativno evaluiraju (Radovanović i Glavak, 2003). Također Levinson i sar. (2013) ističu da se odnosi na strah osobe da će biti negativno procijenjena. Negativna procjena se može odnositi na težinu ili izgled osobe, s obzirom na to da su opažljivi izvana, a može biti pod uticajem socijalnih pritisaka mršavosti ili pak predrasuda i diskriminacije vezanih uz tjelesnu težinu (Titchener i Wong, 2015). Takav strah pojedinca da će drugi njegov izgled negativno procijeniti se naziva strah od negativne evaluacije tjelesnog izgleda (Lundgren i sur., 2004). Javljanje straha je primjetno kako pri aktivnoj evaluaciji tako i prema zamišljenoj evaluaciji. Konstrukt socijalne evaluacije u psihologiji se počeo intenzivno spominjati šesdesetih godina u okviru različitih istraživačkih problema naročito u međupodručju socijalne psihologije i psihologije ličnosti (Barušić, Milas i Rimac, 2003). Ideja da se ispitanici pri odgoaranju na psihološkim instrumentima rukovode strahom od negativnog društvenog vrednovanja izvorno se pripisuje Crowne-u i Marlowe-u (1960) a potom su istraživanja i operacionalizacije ovog konstrukta otišle do neslućenih razmjera. Ljudi se međusobno razlikuju u stepenu doživljavanja i ispoljavanja socijalne anksioznosti.

Evaluativni aspekt samopoimanja naziva se samopoštovanje. Odnosi se na stepen u kojem osoba ima opći osjećaj vrijednosti i valjanosti (Rosenberg, 1965., 1979.). Adolescenti oba spola zabrinuti su za svoj izgled. Neka istraživanja pokazuju da je procjena vlastita tjelesnog izgleda od najveće važnosti za samopoštovanje adolescenata (Harter, 1990). Adolescenti su skloniji tome da budu zadovoljni sobom ako smatraju da njima važne osobe, imaju dobro mišljenje o njima. Dok se samopoštovanje usmjerava na brige o uspjehu u različitim domenama života, zadovoljstvo tijelom je usmjereno jedino na brigu oko osobnog tjelesnog izgleda. Samopoštovanje je dobrim dijelom ovisno kako nas drugi vrednuju. Ono je povezano sa emocijama koje su sastavni dio

međuljudskih odnosa. Veće samopoštovanje determinira veće uvažavanje i cijenjenje sebe kao i pozitivno mišljenje o sebi. Obično se termin samopoštovanja koristi da bi izrazili globalno vrednovanje sebe. Postoji mnogo definicija samopoštovanja, pa tako Rosenberg (1965) definira samopoštovanje kao pozitivan ili negativan stav o sebi. Prema Radovanović i Glavak (2003) evaluativni aspekt samopoimanja naziva se samopoštovanje i to je stepen u kojem osoba ima opći osjećaj vrijednosti i valjanosti. Prema Mark Leary (1995) samopoštovanje je unutrašnja mjera za blagostanje u socijalnim odnosima. Ima dvojaku prirodu, što znači da obuhvata i opće i specifične procjene samog sebe naprimjer, i vlastite procjene koje predstavljaju opće karakteristike individue i one koje reflektiraju individuin osjećaj sposobnosti kroz različite domene kao što su kognitivna, društvene, atletske i fizičke kompetencije. Ključnu ulogu u razvoju niza poremećaja mogu da imaju nestabilan pojam o sebi i nisko samopoštovanje (Mirjanić i Milas, 2009).

Najelementarniji nivo self-koncepta je svakako percepcija sopstvenih tjelesnih karakteristika ili slika svog tjelesnog izgleda. Njegov razvoj je vezan za rano djetinjstvo i ostvaruje se tokom cijelog života i važan je dio samopoimanja, samopoštovanja, naročito kod adolescenata (Radovanović i Glavak, 2003). Tjelesno samopoimanje se različito definira u zavisnosti od područja. Subjektivna reprezentacija tjelesnog izgleda i tjelesnog iskustva se u stručnoj literaturi naziva slika ili predodžba tijela, odnosno body image (Pokrajac-Bulian i sar., 2004), dok se podatak o tome koliko je pojedinac zadovoljan svojim tjelesnim izgledom i kako ga procjenjuje naziva zadovoljstvo tijelom ili body esteem (Abdollahi i sar., 2016). Proučavanje ovih konstrukata je započelo u granama kliničke psihologije i psihijatrije, u kontekstu istraživanja poremećaja hranjenja (Grogan, 2006). Fisher (1966) smatra da je tijelo ekran na kome jedinka projektuje svoje brige. Savremeno društvo je društvo u tranziciji, narcističko društvo (Ćurčić, 2003). Vlastito tijelo doživljavamo kao lijepo ili ružno, spretno ili nespretno, slabo ili snažno. Ovi sudovi su praćeni emocijama kao što su zadovoljstvo i nezadovoljstvo. Slika ili predodžba tijela (body image) je subjektivna reprezentacija tjelesnog izgleda i tjelesnih iskustava i značajan je aspekt psihološkog i interpersonalnog razvoja u adolescenciji (Pokrajac-Bulian i Stubbs, 2004).

Značajan doprinos u istraživanju zadovoljstva tijelom su napravili Mendelson i saradnici (2001) čiji rezultati, potvrđeni i u drugim istraživanjima (Confalonieri i sur., 2008), ukazuju na postojanje tri glavne domene koje su uključene u ukupno zadovoljstvo tijelom osobe. To su: (1) zadovoljstvo izgledom, (2) zadovoljstvo težinom i (3) atribucije. Spomenuta pretpostavka proizlazi iz stajališta da zadovoljstvo tijelom pobliže određuju generalni osjećaji osobe o vlastitom

izgledu (zadovoljstvo izgledom), zadovoljstvo tjelesnom težinom (zadovoljstvo težinom) te percepcija procjene vlastitog tijela od strane drugih (atribucije) (Mendelson i sar., 1996). Kako se radi o subjektivnoj procjeni, ona nije nužno povezana s objektivnom stvarnošću, te je podložna promjenama koje mogu biti pod uticajem različitih faktora (Pokrajac-Bulian i sar., 2004).

Thompson i van den Berg (2002); predlažu sljedeće komponente stava prema tijelu: globalno subjektivno nezadovoljstvo, afektivna uznemirenost izgledom tijela i kognitivni aspekt slike tijela. Globalno subjektivno nezadovoljstvo odnosi se na opće zadovoljstvo ili nezadovoljstvo izgledom tijela. Afektivna uznemirenost izgledom tijela odnosi se na emocije koje osoba preživljava u vezi izgleda, uključujući anksioznost i neugodu. Kognitivni aspekt slike tijela se odnosi na ulaganje u vlastiti izgled, usmjerenost pažnje na tijelo, mišljenje o vlastitom tijelu i tjelesnim iskustvima, iskrivljene misli ili vjerovanja o tijelu, atribucije i ostale kognitivne komponente. Smatra se da je način na koji osoba percipira i doživljava svoje tijelo značajno povezan s načinom na koji percipira sebe. Razvoj predodžbe o vlastitom tijelu temelji se na interakciji s prvim skrbnicima, međutim, kako se odvija proces odrastanja, osoba širi svoj interakcijski krug, izraženija postaje i uloga šire socijalne okoline. Faktore koji utiču na predodžbu o vlastitom tijelu je pokušao identificirati Slade (1994) koji ističe sedam faktora: dotadašnja senzorna iskustva vezana za vlastito tijelo, dotadašnja promjena u tjelesnoj težini, kulturalne i socijalne norme, individualni stavovi vezani za tjelesnu težinu i oblik tijela, kognitivne i afektivne varijable, individualna psihopatologija i biološke varijable. Smatra se da je tjelesno samopoimanje determinirano subjektivnom percepcijom svog tijela (njegova izgleda i funkcije), internaliziranim emocionalnim iskustvom o tijelu, internalizacijom reagiranja okoline na tijelo subjekta, te time kakve je standarde i očekivanja o svome izgledu osoba izgradila, odnosno kakva je za nju idealna slika tijela.

Opća tjelesna privlačnost, izgled lica i tjelesna težina vrlo su važne za opće tjelesno samopoimanje, ne samo u pubertetu nego i u kasnoj adolescenciji (Matić, 2008). U adolescentnom periodu slika pojedinca o vlastitom tijelu doživljava značajne promjene, dok fizički izgled postaje jedan od temelja na kojem se gradi identitet. Počinje upoznavanje sa promjenama na tijelu te spoznaje da tijelo funkcionira na odrastao način, da ima snagu, koordinaciju i reproduktivnu sposobnost. Promjene koje se događaju u adolescenciji doprinose da tjelesni izgled postaje jedna od najvažnijih briga adolescenata. Promjene mogu biti doživljene i na traumatičan način stoga mogu dovesti do promjene u samopoimanju i vrednovanju vlastitog integriteta. Različiti učinci

slike o vlastitom tijelu mlade osobe variraju od osjećaja sigurnosti u samog sebe, do gubitka samopouzdanja, straha, nesigurnosti (Laklija i Urbanc, 2007).

#### Ranija istraživanja

Navodi se da je jedan od važnih posrednika sociometrijskog statusa nekog pojedinca upravo njegov fizički izgled i stepen fizičke atraktivnosti (Zubić i Burušić, 2009). Skup fizičkih značajki koji odražavaju fizičku atraktivnost predstavljaju najdostupnija obilježja koja najčešće predstavljaju i prvu informaciju o nekoj osobi. Stoga se može reći da fizička obilježja čine veliku ulogu u stvaranju dojmova i kreiranju mišljenja o nekoj osobi. Tjelesnost u razvoju ličnosti ima značajnu ulogu za uspostavljanje granice između pojedinaca i okoline, tj. između onoga što mi shvatamo između „ja” i „ne ja”.

Prema istraživanjima Harter (1990) procjena vlastitog tjelesnog izgleda je od najveće važnosti za samopoštovanje adolescenata. Rodin, Silberstein i Striegle-Moore (1985) smatraju da je nezadovoljstvo tijelom toliko učestalo u normalnoj populaciji da predstavlja "normativno nezadovoljstvo". Prema njima, srž nezadovoljstva tijelom čini diskrepanca između percipiranog tjelesnog izgleda i idealnog tjelesnog izgleda, koji je obično određen socijalnim i društvenim standardima. Clifford (1971), Davis i Furnham (1986) ističu da su djevojke i žene manje zadovoljne svojim tjelesnim izgledom nego muškarci i da je nepovoljna slika prisutnija u mlađih adolescentica. Također, Fallon i Rozin (1985) su proveli istraživanja koja pokazuju da je nezadovoljstvo tijelom vezano više uz žensku populaciju. Izgled lica, tjelesno samopoimanje i tjelesna težina veoma su važne za opće tjelesno samopoimanje. Niz istraživanja pokazao je da je opći osjećaj samopoštovanja usko povezan sa zadovoljstvom vlastitim tijelom. Neka savremena društva su opsjednuta tjelesnim izgledom i podržava se stereotipija „lijepo je dobro“. Prema istraživanju Offera i saradnika (1989) veći postotak mladića je izjavio da se ponosi svojim tijelom za razliku od djevojaka. Ove razlike nisu prisutne samo u dobi od 13 do 15 godina nego i u dobi od 16 do 19 godina prema riječima autora. Pronađeno je da kod djevojaka od 14 do 18 godina raste zadovoljstvo tijelom. Nezadovoljstvo tijelom povezano je sa depresijom (Lacković- Grgin, 2005). Prema podacima Sleimera iz 1983 godine 80% osoba u toku adolescencije drži dijetu. Istraživanja u Hrvatskoj pokazala su da 31% učenica osnovne i srednje škole drži dijetu, dok kod muškaraca 18,4% provodi dijetu. Slični podaci prema (Ambrosi-Randić, 2001) su i u nekim drugim zemljama. Lerner i saradnici ukazuju na to da je tjelesna efektivnost važnija za samopoimanje kod muških a

da je kod ženskih važnija tjelesna atraktivnost za samopoimanje nego kod muških. Tjelesni izgled predstavlja osobu u njenom socijalnom svijetu, te pruža osnovne informacije o spolu, dobi, rasnoj pripadnosti. Dolazi do uticaja na socijalnu percepciju i ponašanje, a može uticati i na oblikovanje osobnih i interpersonalnih doživljaja kroz cijeli životni vijek (Pokrajac-Bulian i Stubbs, 2004). Ispitivanjima u SAD i u Australiji pronađeno je da postoji značajna korelacija između samopoštovanja i /ne/zadovoljstva tjelesnom težinom (Lacković–Grgin, 1994). S obzirom na to da od poremećaja hranjenja u značajno većoj mjeri oboljevaju žene (Begić, 2016), ne čudi da su istraživanja zadovoljstva tjelesnim izgledom uglavnom bila usmjerena na žensku populaciju. Erling i Hwang (2004) razlike između navedenih konstrukata objašnjavaju na način da slika o tijelu uključuje kognitivnu percepciju tjelesnog izgleda te osjećaje i stavove osobe o svome tijelu, dok zadovoljstvo tijelom predstavlja užu konstrukt koji se odnosi na samoevaluaciju tog izgleda.

Istraživanja o spolnim razlikama u pogledu zadovoljstva tijelom uglavnom imaju stabilne nalaze koji upućuju da su žene nezadovoljnije svojim tjelesnim izgledom od muškaraca. Takve su nalaze dobili i Frederick i saradnici (2006). Djevojčice su u odnosu na dječake i u djetinjstvu nezadovoljnije svojim tjelesnim izgledom (Erling i Hwang, 2004), a to se nezadovoljstvo nastavlja i u adolescenciji i odrasloj dobi, što upućuje na to da je (ne)zadovoljstvo tjelesnim izgledom uglavnom stabilno u funkciji dobi (Tiggemann, 2004). Ipak, veći broj autora naglašava važnost zadovoljstva tjelesnim izgledom u mlađoj odrasloj dobi, od 18 do 29 godina, koje se u literaturi još naziva nadolaženje odraslosti (Lacković-Grgin, 2014). Navode se česte oscilacije u zadovoljstvu tijelom (Kapur, 2015)

Tiggemann (2004) je našla da s dobi u žena postaje sve veće nezadovoljstvo vlastitom tjelesnom težinom, iako se tjelesna težina ne udaljuje od idealne figure, dalje se ističe da je gledajući s razvojnog aspekta nezadovoljstvo tjelesnom težinom manje prisutno u djetinjstvu i u zrelo doba a najviše je prisutno u adolescenciji naročito kod djevojaka. Mendelson i White (1985) pronalaze da gojazni imaju niže tjelesno samopoštovanje. Rezultati istraživanja pokazuju kako su pretile osobe i osobe povećane tjelesne težine rizične skupine za razvoj anksioznosti povezane s procjenom izgleda i strahom od negativne evaluacije tjelesnog izgleda (Titchener i Wong, 2015). Nalazi Puhl i saradnika (2015) pokazuju kako je 59% sudionika u Sjedinjenim Američkim Državama, odnosno 43% sudionika u Kanadi, te 33% sudionika u Islandu, izvijestilo o barem jednom događaju u kojemu su bili žrtve zadirivanja ili nepoštenog odnošenja zbog svoje tjelesne težine. Nerijetko dolazi i do povlačenja iz socijalnih aktivnosti te posljedično propadanja socijalnih odnosa

(Abdollahi i sar., 2016). Neka istraživanja pokazuju postojanje negativne povezanosti između vrsta socijalnih anksioznosti, uključujući strah od negativne evaluacije tjelesnog izgleda i zadovoljstva izgledom, sugerirajući da visoko zadovoljstvo tjelesnim izgledom umanjuje rizik nastanka socijalne anksioznosti i dovođenja do ranije spomenutih posljedica (Abdollahi i sar., 2016; Pawijit i sar., 2019). Pawijit i saradnici (2019) ukazuju na medijacijsku ulogu straha od negativne evaluacije, prema njihovom istraživanju, stupanj u kojem je osoba nezadovoljna svojim izgledom ne dovodi do anksioznosti u socijalnim situacijama, već zabrinutost oko negativnog procjenjivanja od strane drugih.

Connors i Casey (2006) navode, s obzirom na to da je percepcija osobe o svojem tjelesnom izgledu vjerovatno uključena u pojam o sebi, njezini stavovi o svojem tijelu su također povezani s drugim domenama pojma o sebi, poput samopoštovanja. Rezultati brojnih istraživanja potvrđuju ovu pretpostavku o povezanosti samopoštovanja i zadovoljstva tijelom. Williams i Currie (2000) u svojem radu sumiraju takve konzistentne nalaze prethodnih istraživanja koji pokazuju da žene koje su manje zadovoljne svojem tjelesnim izgledom i težinom imaju i niže samopoštovanje. Da je veći nivo samopoštovanja povezana sa većim zadovoljstvom tjelesnim izgledom potvrđuju i nalazi Mendelson i saradnika (2000) na uzorku muškaraca i žena u dobi od 16 do 21 godine. Osim toga, Abdollahi i suradnici (2016) navode da su i samopoštovanje i zadovoljstvo tijelom pozitivno povezani s dobrobiti mladih u razdoblju nadolaženja odraslosti, te je dobro predviđaju. Nadalje, Boyes i saradnici (2007; prema Olenik-Shemesh i sar., 2018) izvještavaju da se osobe u mladoj odrasloj dobi koje imaju viši nivo samopoštovanja, ujedno i zadovoljnije svojim tjelesnim izgledom, u manjoj mjeri uključuju u nezdrave dijete. Razlog tome je vjerovatno to što su osobe s nižim nivoom samopoštovanja sklone nezadovoljstvu sobom ili preziru prema sebi, a nerijetko i odbacivanju (Rosenberg, 1965). Pregledom literature uočen je nedostatak domaćih istraživanja koji obuhvataju širi raspon faktora povezanih sa zadovoljstvom tijelom.



## METODOLOŠKI OKVIR RADA

### Problem i cilj rada

Osnovni problem rada je bio ispitati odnos između straha od negativne socijalne evaluacije, samopoštovanja i zadovoljstva tjelesnim izgledom kod mladih, dok je cilj bio utvrditi da li su samopoštovanje i strah od negativne socijalne evaluacije značajni faktori u objašnjenju zadovoljstva tjelesnim izgledom mladih?

### Zadaci:

1. Utvrditi stepen zadovoljstva tjelesnim izgledom kod mladih;
2. Ispitati povezanost straha od negativne socijalne evaluacije, samopoštovanja i zadovoljstva tjelesnim izgledom;
3. Istražiti da li postoje značajne spolne i dobne razlike u zadovoljstvu tjelesnim izgledom;
4. Utvrditi da li samopoštovanje i strah od negativne socijalne evaluacije objašnjavaju značajan dio varijance zadovoljstva tjelesnim izgledom kod adolescenata;

### Hipoteze:

1. Očekuje se da su mladi zadovoljni tjelesnim izgledom;
2. Pretpostavlja se da postoji značajna veza samopoštovanja, straha od negativne evaluacije i zadovoljstva tjelesnim izgledom;
3. Očekuju se značajne spolne i dobne razlike u zadovoljstvu tjelesnim izgledom kod mladih;
4. Očekuje se da samopoštovanje i strah od negativne evaluacije objašnjavaju značajan dio varijance zadovoljstva tjelesnim izgledom.

### Uzorak istraživanja

Istraživanje je urađeno na prigodnom uzorku. Populaciju u istraživanju su činili adolescenti uzrasta od 15 do 18 godina, čiji je uzorak brojao 1172 ispitanika, prosječna starosna dob svih ispitanika je  $M = 17,02$  ( $SD = 0,988$ ). Broj muških ispitanika je 552, a ženskih 620, što u procentima predstavlja odnos 47,10% : 52,90%. Ispitanici su učenici srednjih škola sa područja Tuzlanskog kantona (BiH).

## Mjerni instrumenti

U istraživanju su korišteni sociodemografski upitnik, skala straha od negativne evaluacije koju je adaptirao Leary (1983), skala samopoštovanja (Rosenberg 1965) , upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom (Mendelson, Mendelson i White, 2001). Upitnici u ovom istraživanju su pokazali dobre metrijske karakteristike: skala samopoštovanja ( $\alpha=0,796$ ), upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom ( $\alpha=0,856$ ), skala straha od negativne socijalne evaluacije ( $\alpha=0,754$ ).

## Postupak

Ispitivanje je sprovedeno na području Tuzlanskog kantona u srednjim školama. U istraživanju su poštovani principi anonimnosti i dobrovoljnosti. Učenicima je data jasna usmena i pismena uputa za popunjavanje upitnika. Nakon prikupljanja podataka urađene su potrebne statističke analize s ciljem dobijanja odgovora na postavljeni cilj i zadatke istraživanja. Istraživanje je sprovedeno u trajanju 20 minuta.

## Rezultati

Na početku su u *Tabeli 1* predstavljeni deskriptivni parametri za subskele zadovoljstva tjelesnim izgledom kod mladih. Koeficijenti asimetričnosti i spljoštenosti za sve varijable u ovom istraživanju zadovoljavaju Klineove kriterije normaliteta distribucije, te omogućavaju primjenu parametriskih statističkih postupaka. Aritmetička sredina za cijelu skalu zadovoljstva tjelesnim izgledom je ( $M=82,13$ ;  $SD=14,86$ ), što ukazuje da su adolescenti izvjestili da su zadovoljni tjelesnim izgledom, na što ukazuju vrijednosti aritmetičke sredine i vrijednosti asimetričnosti, spljoštenosti prikazani u *Tabeli 1*.

Tabela 1. Deskriptivni statistički parametri za subskale i cijelu skalu zadovoljstva tjelesnim izgledom

	N	M	SD	SEM	Sk	Ku
Subskala zadovoljstva izgledom	1172	36.23	7.216	.2107	-.302	-.338
Subskala zadovoljstva težinom	1172	29.36	6.509	.1901	-.417	-.205
Percepcija okoline	1172	16.54	3.622	.1058	.007	-.144
Cijela skala zadovoljstva Tijelom	1172	82.13	14.860	.4340	-.330	-.091
Ukupno	1172					

Utvrđena je značajna negativna veza između zadovoljstva tjelesnim izgledom i straha od negativne socijalne evaluacije ( $r=-.190$ ;  $p=.000$ ), te pozitivna značajna veza između samopoštovanja i zadovoljstva tjelesnim izgledom ( $r=-.415$ ;  $p=.000$ ), što ukazuje da su mladi sa većim samopoštovanjem zadovoljniji tjelesnim izgledom, dok mladi sa većim strahom od negativne socijalne evaluacije imaju niži stepen zadovoljstva tjelesnim izgledom (Tabela 2).

Tabela 2. Povezanost zadovoljstva tjelesnim izgledom sa strahom od negativne evaluacije i samopoštovanjem

	Zadovoljstvo tjelesnim izgledom	Strah od negativne evaluacije	Samopoštovanje
Zadovoljstvo tjelesnim izgledom	1	-.190**	.415**
	Sig	.000	.000
	R	1172	1172
Strah od negativne evaluacije	R	1	-.284**
	Sig		.000
	N		1172
Samopoštovanje	R		1
	N	1172	1172

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Rezultati ukazuju da, iako, gledano prema prosjeku, podaci ukazuju na veće nezadovoljstvo tjelesnim izgledom kod djevojaka (M $\bar{z}$ =81.77, SD=15.74; M $\bar{m}$ =82.54, SD=13.80; t(1170)=1169,73; p=.372), međutim nije utvrđena statistički značajna razlika u zadovoljstvu tjelesnim izgledom u odnosu na spol, dobijene razlike se smatraju produktom slučajnosti (*Tabela 3*).

Tabela 3. *Spolne razlike u zadovoljstvu tjelesnim izgledom*

	Spol	N	M	SD	t	p
Zadovoljstvo tjelesnim izgledom	Muški	552	82.54	13.80	1169,73	.372
	Ženski	620	81.77	15.74		

Rezultati u *Tabeli 4* pokazuju da na skali zadovoljstva tjelesnim izgledom nije utvrđena statistički značajna razlika među učenicima različite dobi, (F(3,1168)=.503, p=.000), iako najmlađi i najstariji iz ove skupine pokazuju veće zadovoljstvo tjelesnim izgledom (M15=82,05, SD=14,984); (M18=82.90, SD=14.940).

Tabela 4. *Dobne razlike u zadovoljstvu tjelesnim izgledom kod mladih*

	N	M	SD	SD	F	p
15	324	82.05	14.984	.8325	.503	.681
16	217	81.91	14.367	.9753		
17	291	81.49	15.025	.8807		
18	340	82.90	14.940	.8102		
Ukupno	1172	82.13	14.860	.4340		

U *Tabeli 5* prikazana je multipla regresiona analiza sa beta opterećenjima za varijablu zadovoljstvo životom. Prediktorske varijable uključene u regresioni model su: samopoštovanje i strah od negativne evaluacije. Ukupna količina objašnjenje varijance zadovoljstva tjelesnim

izgledom je 17,7 % a koeficijent multiple korelacije između prediktorskih varijabli i kriterija iznosi  $R=.420$  ( $F=125.294$ ,  $p=.000$ ). Najveći pozitivan doprinos ostvaruje samopoštovanje ( $\beta = .392$ ,  $p = .000$ ), dok strah od negativne evaluacije ostvaruje negativan doprinos kriterijskoj mjeri zadovoljstva tjelesnim izgledom ( $\beta = -.076$ ,  $p = .005$ ).

Tabela 5. *Multipla regresiona analiza sa beta opterećenjem i nivoima značajnosti za varijablu strah od negativne socijalne evaluacije*

Prediktori	$\beta$	t	p
Samopoštovanje	.392	14.208	.000
Strah od negativne evaluacije	-.076	-.2819	.005
	R= .422; R <sup>2</sup> =.177;	F= 126,511	p= .000

## Diskusija

Naši rezultati su pokazali da mladi izvještavaju o većem stepenu zadovoljstva tjelesnim izgledom, iako rezultati drugih istraživanja ukazuju na negativne procjene zadovoljstva mladih zbog toga što se dešavaju tjelesne promjene u periodu puberteta i adolescencije kod dječaka i djevojčica (Özdemir i sar., 2016), izraženije želje za promjenom tjelesne mase (McCabe i Ricciardelli, 2004). Djevojčice su u odnosu na dječake i u djetinjstvu nezadovoljnije svojim tjelesnim izgledom (Erling i Hwang, 2004), a to se nezadovoljstvo nastavlja i u adolescenciji i odrasloj dobi. Moguće objašnjenje rezultata išlo bi u pravcu upitnika samoprocjene koji su korišteni i tendencije da se mladi predstave pozitivno. Također, jedan od razloga bi mogao biti promjenjivost samoprocjene zadovoljstva tjelesnim izgledom, što je moguće uticalo na dobijene rezultate.

Značajna pozitivna povezanost između zadovoljstva tjelesnim izgledom i samopoštovanja, te negativna veza sa strahom od negativne socijalne evaluacije u ovom radu je u saglasnosti i sa drugim istraživanjima. Istraživanja pokazuju da nezadovoljstvo tjelesnim izgledom može proizaći

iz usporedbe s vrlo često nedostižnim idealima tjelesnog izgleda (Pokrajac-Bulian i sar., 2004) koji se promoviraju medijima i društvenim mrežama. Pokušaj dostizanja tih ideala može dovesti do nepotrebnih zahvata (Grogan, 2006), nezdravih navika hranjenja poput prejedanja, držanja strogih dijeta i namjernog povraćanja (Levine i Piran, 2004) kao i drugih oblika poremećaja hranjenja (Stice i Shaw, 2002). Osim toga, percepcija osobe da se njeno tijelo ne uklapa u prihvaćene standarde ljepote može dovesti do anksioznosti od moguće negativne evaluacije od strane drugih i želje da se ona izbjegne. Zbog navedenog, neki pojedinci pribjegavaju povlačenju iz socijalnih odnosa i izolaciji (Radovanović i Glavak, 2003). Utvrđeno je da su osobe s vrlo izraženim strahom od negativne evaluacije tjelesnog izgleda ujedno u značajno manjoj mjeri zadovoljne svojim tijelom. Ovakvu su povezanost u svom radu dobili i Pawijit i saradnici (2019). Spomenuti autori navode da su posljedice nezadovoljstva tijelom i negativnom slikom tijela slične strahu od negativne evaluacije te uključuju zaokupljenost vlastitim tjelesnim izgledom i njegovom usporedbom s društvenim idealima, kao i osjećaje krivnje i srama prilikom neuspjeha u dostizanju idealnog izgleda. Iako uzročno-posljedični odnos zadovoljstva tijelom i straha od negativne evaluacije tjelesnog izgleda nije jasan, povezanost među ovim varijablama pruža podlogu za nova istraživanja i okvir za preventivne programe. Kako je specifično prikazano tijelo u skladu s idealima, logično je da osoba čiji tjelesni izgled odstupa od takvog, prilikom usporedbe, osjeća nelagodu i nezadovoljstvo svojim tijelom.

Zaštitna uloga od štetnih posljedica nezadovoljstva tjelesnim izgledom uglavnom se pripisuje višem nivou samopoštovanja (Abdollahi i sar., 2016) što je u skladu sa našim rezultatima. Ovakvi su nalazi dobijeni i drugim istraživanjima (naprimjer Mendelson i sar., 2000; Williams i Currie, 2000). Connors i Casey (2006) su u svom radu utvrdili da su samopoštovanje i zadovoljstvo tijelom značajno povezani različitim stavovima osobe o svojem tijelu, koji u konačnici čine ukupno zadovoljstvo tijelom. Rezultati njihovog istraživanja pokazuju da osobe s pozitivnim stavovima o svom tijelu, poput percipirane privlačnosti, imaju i viši nivo samopoštovanja u odnosu na osobe koje su sklonije negativnim stavovima o svojem tijelu. Neki autori sugeriraju da je povezanost ovih konstrukata naročito jaka u razdoblju puberteta, kada se posebna važnost pridaje tjelesnom izgledu koji se pak uslijed bioloških promjena često mijenja i dovodi do oscilacija u zadovoljstvu tijelom (Gatti i sar., 2014; Kapur, 2015).

Rezultati nisu konzistentni kada je u pitanju zadovoljstvo tijelom u odnosu na spol. Navodi se da su muškarci u prosjeku zadovoljniji svojim tijelom od žena i djevojaka (Frederick i sar.,

2006; Mendelson i sar., 1996; Olenik-Shemesh i sar., 2018). Naši rezultati nisu pokazali značajnu razliku u procjeni zadovoljstva tijelom u odnosu na spol, što je u skladu sa istraživanjem Grogan (2010) koji ističe kako se razlika između nezadovoljstva tijelom kod muškaraca i žena danas smanjuje, te se i na muškarce svakodnevno stavlja sve veći pritisak da se uklope u društvene standarde ljepote. Kada je u pitanju dob ispitanika, također, u ovom istraživanju nisu pronađene statistički značajne razlike iako autori ukazuju da kroz starosnu dob dolazi do određenih promjena u procjeni te se ističe da dok u adolescenciji postoji podjednaka podjela između muškaraca koji žele izgubiti težinu ili je povećati, naročito mišićnu masu, a u odrasloj dobi dolazi do izraženije želje za smanjenjem tjelesne mase (McCabe i Ricciardelli, 2004). Tiggemann (2004) tvrdi da u djetinjstvu kod djevojaka postoji nezadovoljstvo svojim tjelesnim izgledom (Erling i Hwang, 2004), a to se nezadovoljstvo nastavlja i u adolescenciji i odrasloj dobi, što upućuje na to da je (ne)zadovoljstvo tjelesnim izgledom uglavnom stabilno u funkciji dobi. Ipak, veći broj autora naglašava važnost zadovoljstva tjelesnim izgledom u mlađoj odrasloj dobi, od 18 do 29 godina, koje se u literaturi još naziva nadolaženje odraslosti (Lacković-Grgin, 2014).

Samopoštovanje je značajan pozitivan prediktor zadovoljstva životom, što znači da će osobe s visokim nivoom samopoštovanja vjerojatno biti i zadovoljnije svojim tijelom, što je u skladu s dosadašnjim istraživanjima koja govore o zaštitnoj ulozi samopoštovanja (Abdollahi i sar., 2016). S druge strane u našem istraživanju strah od negativne socijalne evaluacije je značajan negativan prediktor zadovoljstva tjelesnim izgledom, veća izraženost straha od negativne evaluacije bi kod osobe mogla predvidjeti manje zadovoljstvo tijelom. Naime, rezultati drugih istraživanja pokazuju da je strah od negativne evaluacije uspješno predvidio jedinstveni udio varijance tjelesnog dismorfnog poremećaja, ograničenja u prehrani, te anksioznosti kao osobine ličnosti, faktora koji su povezani s nezadovoljstvom tijelom (Lundgren i sur., 2004).

## **Prijedlozi za nova istraživanja**

Neki od prijedloga za dalja istraživanja bi se mogli odnositi na proširenje uključenih konstrukata koji se povezuju sa zadovoljstvom tijelom. Jedan od njih je zasigurno indeks tjelesne mase. Također, radi boljeg razumijevanja, bilo bi dobro provesti longitudinalno istraživanje kojim bi se došlo do novih podataka. Također veći raspon u godinama ispitanika bi moguće dao nove spoznaje. Jedan od nedostataka istraživanja je i moguća tendencija ispitanika da se pozitivno procjenjuju na upitnicima, te se javlja potreba u novim istraživanjima koristiti i procjenu značajnih osoba samih ispitanika. U objašnjenju varijance zadovoljstva tjelesnim izgledom bi se mogle uključiti i druge varijable kao npr. osobine ličnosti ispitanika.

## **Zaključak**

Istraživanjem je obuhvaćeno 1172 adolescenta, gdje je u skladu sa ciljem istraživanja ispitan nivo zadovoljstva tijelom, spolne razlike i dobne razlike, povezanosti samopoštovanja, straha od negativne socijalne evaluacije i zadovoljstva tjelesnim izgledom, te doprinos samopoštovanja i straha od negativne socijalne evaluacije u objašnjenju varijance zadovoljstva tijelom. Mladi su izvjestili da su zadovoljni tjelesnim izgledom. Istraživanjem nisu utvrđene značajne spolne razlike. Nadalje, na uzorku sudionika ovog istraživanja je utvrđena značajna pozitivna povezanost zadovoljstva tijelom s nivoom samopoštovanja. Negativna povezanost zadovoljstva tijelom je utvrđena sa strahom od negativne evaluacije. Na kraju, multiplom regresijskom analizom je prikazano da je setom prediktora koji uključuju strah od negativne evaluacije tjelesnog izgleda i samopoštovanje moguće objasniti 17,7% ukupne varijance zadovoljstva tijelom. Značajna su bila oba prediktora, samopoštovanje je bilo pozitivan prediktor dok strah od negativne socijalne evaluacije negativan značajan prediktor. U okviru istraživanja zadovoljstva tijelom, rezultati doprinose teorijskom razumijevanju konstrukta, te se mogu koristiti u razmatranju postojećih preventivnih programa kako bi se povećalo zadovoljstvo tijelom. Uz teorijske doprinose, moguće je izvesti i neke praktične implikacije ovog istraživanja, naročito one preventivnog tipa. Kao što je prethodno navedeno, nezadovoljstvo tijelom može dovesti do velikog raspona negativnih posljedica koje uključuju nepotrebne ili prekomjerne zahvate, različite oblike nezdravih navika hranjenja ili pak poremećaja hranjenja, te povlačenju iz socijalnih odnosa i izolaciju. Kombinacijom ovih spoznaja i dobijenih rezultata istraživanja, moguće je planiranje preventivnih programa usmjerenih na jačanje zadovoljstva tijelom kroz rad na poboljšanju slike o



tijelu, ponašanja i stavova vezanih uz hranjenje i to putem jačanja samopoštovanja, te smanjenja važnosti socijalnog prihvatanja, tjelesnog izgleda i atletskih sposobnosti. Potrebno je imati u vidu da su tjelesne promjene najučestalije, a zadovoljstvo tijelom i samopoštovanje relativno nestabilni. Obzirom da mediji značajno utiču na zadovoljstvo tijelom, bilo bi korisno da se uvede sadržaj usmjeren na jačanje otpornosti i razvoj kritičkog razmišljanja. Navedeni faktori bi trebali djelovati kao zaštićeni faktor nedostiznih ideala ljepote koje mediji promoviraju i nezdravih pokušaja njegovog dostizanja. Akcentom na učenju o funkcionalnosti pojedinih dijelova tijela, naglašavajući tako svrhu i mogućnosti pojedinog dijela, a ne izgled, bi moglo pomoći mladima u prihvatanju svog tjelesnog izgleda. Naglašavanje izgleda tijela dovodi do usmjeravanja na nesavršenosti ili nedostatke, što ima negativnu konotaciju, dok naglašavanje sposobnosti tijela usmjerava osobu na razmišljanje o svemu što tijelo može učiniti, što uz sebe povezuje pozitivne misli.

## Literatura

- Abdollahi, A., Abu Talib, M., Reza Vakili Mobarakeh, M., Momtaz, V. i Kavian Mobarake, R. (2016). Body-esteem mediates the relationship between self-esteem and social anxiety: The moderating roles of weight and gender. *Child Care in Practice*, 22(3), 296-308. <https://doi.org/10.1080/13575279.2015.1054787>
- Begić, D. (2016). *Psihopatologija (3. izdanje)*. Medicinska naklada.
- Connors, J. i Casey, P. (2006). Sex, body-esteem and self-esteem. *Psychological reports*, 98(3), 699-704. <https://doi.org/10.2466/pr0.98.3.699-704>
- Ćurčić, V. (2003). *Adolescencija: traganje za smislom*. Beograd: „Žarko Albulj“
- Davis, C., Elliott, S., Dionne, M. i Mitchell I. (1991). The relationship of personality factors and physical activity to body satisfaction in men. *Personality and Individual Differences*. 12(7),689-694.[https://doi.org/10.1016/0191-8869\(91\)90224-Y](https://doi.org/10.1016/0191-8869(91)90224-Y)
- Erceg Jugović, I. (2015). Sociokulturalni čimbenici nezadovoljstva tijelom u adolescenciji. *Ljetopis socijalnog rada*, 22(3), 465-488. <https://doi.org/10.3935/ljsr.v22i2.61>
- Erling, A. i Hwang, C. P. (2004). Body-esteem in Swedish 10-year-old children. *Perceptual and motor skills*, 99(2), 437-444. <https://doi.org/10.2466/pms.99.2.437-444>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>

- Frederick, D. A., Fessler, D. M. i Haselton, M. G. (2005). Do representations of male muscularity differ in men's and women's magazines?. *Body image*, 2(1), 81-86. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.12.002>
- Frederick, D. A., Peplau, L. A. i Lever, J. (2006). The swimsuit issue: Correlates of body image in a sample of 52,677 heterosexual adults. *Body Image*, 3(4), 413-419. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2006.08.002>
- Gatti, E., Ionio, C., Traficante, D. i Confalonieri, E. (2014). "I Like My Body; Therefore, I Like Myself": how body image influences self-esteem - a cross-sectional study on Italian Adolescents. *Europe's Journal of Psychology*, 10(2), 301-317. <https://doi.org/10.5964/ejop.v10i2.703>
- Grogan, S. (2006). Body image and health: Contemporary perspectives. *Journal of health psychology*, 11(4), 523-530. <https://doi.org/10.1177/1359105306065013>
- Harter, S. (1990.) *Self and identity development*. U: S. S. Feldman, G. R. Elliott (ur.), At the threshold: The developing adolescent. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Kapur, S. (2015). Adolescence: the stage of transition. *Horizons of holistic education*, 2, 233-250. <https://www.researchgate.net/profile/Shikha>
- Laklija M, Urbanc, K. (2007). Doživljavanje vlastitog tijela i seksualnost u adolescenata s motoričkim oštećenjem. *Ljetopis socijalnog rada*. 14(3), 579-596.
- Lacković-Grgin, K. (2014). Novo u psihologijskim razvojnim teorijama: Modificiranje ranijih, te formuliranje i provjera novih teorija i koncepata. *Suvremena psihologija*, 17(2), 199-227. <https://hrcak.srce.hr/145629>
- Leary, M. R., Kowalski, R. M. (1995.). *Social anxiety*. New York: Guilford Press.
- Levine, M. P. i Piran, N. (2004). The role of body image in the prevention of eating disorders. *Body image*, 1(1), 57-70. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00006-8](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00006-8)
- Levinson, C. A., Rodebaugh, T. L., White, E. K., Menatti, A. R., Weeks, J. W., Iacovino, J. M. i Warren, C. S. (2013). Social appearance anxiety, perfectionism, and fear of negative evaluation. Distinct or shared risk factors for social anxiety and eating disorders?. *Appetite*, 67, 125-133. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2013.04.002>
- Lundgren, J. D., Anderson, D. A. i Thompson, J. K. (2004). Fear of negative appearance evaluation: Development and evaluation of a new construct for risk factor work in the

- field of eating disorders. *Eating behaviors*, 5(1), 75-84. [https://doi.org/10.1016/S1471-0153\(03\)00055-2](https://doi.org/10.1016/S1471-0153(03)00055-2)
- Matić, V. (2008). *Sociokulturni faktori i nezadovoljstvo vlastitim tijelom kod adolescenata*.  
Diplomski rad. Odsjek za psihologiju. Zageb: Filozofski fakultet.
- Mendelson, B. K., Mendelson, M. J. i White, D. R. (2001). Body-esteem scale for adolescents and adults. *Journal of personality assessment*, 76(1), 90-106.  
[https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7601\\_6](https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7601_6)
- McCabe, M. P. i Ricciardelli, L. A. (2004). Body image dissatisfaction among males across the lifespan: A review of past literature. *Journal of psychosomatic research*, 56(6), 675-685.  
[https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(03\)00129-6](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(03)00129-6)
- Mendelson, M. J., Mendelson, B. K. i Andrews, J. (2000). Self-esteem, body esteem, and bodymass in late adolescence: Is a competence × importance model needed?. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21(3), 249-266. [https://doi.org/10.1016/S0193-3973\(99\)00035-0](https://doi.org/10.1016/S0193-3973(99)00035-0)
- Mirjanić, L., Milas, G. (2011). *Uloga samopoštovanja u održavanju subjektivne dobrobiti u primjeni strategija suočavanja sa stresom*. Društvena istraživanja. 20(3), str.711-727.
- Olenik-Shemesh, D., Heiman, T. i Keshet, N. S. (2018). The role of career aspiration, self-esteem, body esteem, and gender in predicting sense of well-being among emerging adults. *The Journal of genetic psychology*, 179(6), 343-356.  
<https://doi.org/10.1080/00221325.2018.1526163>
- Pawijit, Y., Likhitsuwan, W., Ludington, J. i Pisitsungkagarn, K. (2019). Looks can be deceiving: body image dissatisfaction relates to social anxiety through fear of negative evaluation. *International journal of adolescent medicine and health*, 31(4).  
<https://doi.org/10.1515/ijamh-2017-0031>
- Pokrajac-Bulian, A., Stubbs, L. i Ambrosi-Randić, N. (2004). Različiti aspekti slike tijela i navike hranjenja u adolescenciji. *Psihologijske teme*, 13(1.), 91-104.  
<https://hrcak.srce.hr/12656>
- Radovanović, N. i Glavak, R. (2003). Povezanost straha od negativne evaluacije sa samopoimanjem i socijalnom percepcijom kod adolescenata. Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja, 12(6 (68)), 1123-1139. <https://hrcak.srce.hr/19278>

- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. In *Society and the adolescent self-image*. Princeton university press.
- Schlenker, B. R., Leary, M. R. (1982.), Social anxiety and self-presentation: A conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92 (3), 641-669.
- Stice, E. i Shaw, H. E. (2002). Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: A synthesis of research findings. *Journal of psychosomatic research*, 53(5), 985-993. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(02\)00488-9](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(02)00488-9)
- Titchener, K. i Wong, Q. J. (2015). A weighty issue: Explaining the association between body mass index and appearance-based social anxiety. *Eating behaviors*, 16, 13-16. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.10.005>
- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: Stability and change. *Body image*, 1(1), 29-41. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00002-0](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00002-0)
- Watson, D., i Friend, R. (1969.), Measurement in social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 448-457
- Williams, J. M. i Currie, C. (2000). Self-esteem and physical development in early adolescence: Pubertal timing and body image. *The Journal of Early Adolescence*, 20(2), 129-149. <https://doi.org/10.1177/0272431600020002002>
- Zubić, D., i Burušić, J.(2009). Fizička atraktivnost kao odrednica sociometriskog statusa: moderirajući uticaj samopoštovanja i socijalne anksioznosti. *Suvremena psihologija*, 12(1),63-80.

# **THE CORRELATION BETWEEN YOUNG PEOPLE'S FEAR OF NEGATIVE SOCIAL EVALUATION, SELF-ESTEEM, AND SATISFACTION WITH THEIR PHYSICAL APPEARANCE.**

## ***Abstract***

*Unlike personal traits, the body is the most visible component of a human, always exposed to the perspective of others. Each person has a variety of beliefs, opinions, and sentiments about their own body, including its overall appearance as well as specific areas and portions of the body. In adolescence, in addition to adjusting to changes in one's physical appearance, it is required to adopt new kinds of behavior and roles that bring them closer to adults. The impression of one's own physical traits or images of one's physical appearance is undoubtedly the most basic level of self-concept. In addition, throughout this stage of life, awareness of the significance of the impression left on others develops, as does a sense of responsibility for the result of encounters. There is growing anxiety about the consequences of social events, which increases the likelihood of fear of unfavorable social judgment. In general, young individuals make highly critical judgments about their physical appearance, which heavily influences their self-esteem. Physical changes can affect physical satisfaction during adolescence because drastic changes in appearance occur in a relatively short time, and physical appearance becomes one of the most important concerns for adolescents. Physical maturation in early adolescence can negatively affect self-esteem. The main problem of the study was to investigate the relationship between fear of negative social evaluation, self-esteem, and satisfaction with physical appearance among young people, with the goal of determining whether self-esteem and fear of negative social evaluation are significant factors in explaining young people's satisfaction with physical appearance. The study's population consisted of 1172 respondents ranging in age from 15 to 18. A sociodemographic questionnaire, a fear of negative assessment scale adapted by Leary (1983), a self-esteem scale (Rosenberg 1965), and a questionnaire of satisfaction with physical appearance (Mendelson, Mendelson, and White, 2001) were utilized in the study. The questionnaires used in this study had good metric properties. The findings reveal a substantial positive association between self-esteem and pleasure with physical appearance, as well as a large negative correlation between fear of negative evaluation and satisfaction with physical appearance. The*

*aforementioned predictor variables account for approximately 17.7% of the variance in physical appearance satisfaction. There were no gender or age differences in young people's contentment with their physical appearance. All of this suggests that it is critical to engage with young people to help them establish a healthy self-image and techniques for dealing with social evaluations.*

**Keywords:** *fear of negative evaluation, self-esteem, satisfaction with physical appearance, youth*