

NEZADOVOLJSTVO TIJELOM U ADOLESCENCIJI

Inja Erceg Jugović

Odsjek za psihologiju

Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Ivana Lučića 3, 10000 Zagreb

inerceg@ffzg.hr

Sažetak

Slika tijela subjektivna je reprezentacija vlastitog tjelesnog izgleda koja odražava percepciju, mišljenje i osjećaje osobe vezane uz njezino tijelo. Važnost slike tijela posebno se ističe kada ona biva narušena ili iskrivljena tijekom rasta i razvoja te kada počinje stvarati probleme u različitim područjima funkcioniranja pojedinca, od emocionalnog, preko kognitivnog do bihevioralnog. U okviru ovog rada učinjen je pregled istraživanja nezadovoljstva tijelom kao jednog od poremećaja slike tijela koji je posebno izražen tijekom adolescencije, razdoblja mnogobrojnih i drastičnih tjelesnih promjena. Iako je nezadovoljstvo tijelom kod adolescentnih djevojaka, zbog svoje učestalosti postalo gotovo normativno u zapadnim kulturama, njegova zastupljenost nije zanemariva ni kod adolescentnih mladića, kod kojih se zaokupljenost mišićavošću tijela i primjena strategija za njegovim dostizanjem ističu kao važna pitanja vezana uz njihovu sliku tijela. Brojni su čimbenici koji utječu na nastanak i održavanje nezadovoljstva tijelom, a u ovom je radu dan osvrt na pojedine razvojne i socijalne čimbenike, poput vremena pubertalnog sazrijevanja te roditeljskog i vršnjačkog utjecaja. Na kraju rada prikazane su i tehnike procjene nezadovoljstva tijelom.

Cljučne riječi: slika tijela, nezadovoljstvo tijelom, adolescencija, vrijeme pubertalnog sazrijevanja, roditeljski utjecaj, vršnjački utjecaj, tehnike procjene nezadovoljstva tijelom

Slika tijela (predodžba tijela) i nezadovoljstvo tijelom

Slika tijela ili predodžba tijela (body image) predstavlja subjektivnu reprezentaciju vlastitog tjelesnog izgleda i tjelesnih iskustava odražavajući percepciju, mišljenje i osjećaje osobe vezane uz vlastito tijelo, kako uz cjelokupan izgled, tako i uz specifična područja i dijelove, tjelesne funkcije i snagu, seksualnost i drugo (Ambrosi-Randić, 2004). Konstrukt slike tijela višedimenzionalan je i uvjetovan internalnim (biološkim i psihološkim) i eksternalnim (kulturalnim i socijalnim) čimbenicima (Sira, 2003). Autori se općenito slažu kako se slika tijela sastoji od dvije

temeljne komponente: perceptivne i subjektivne. Perceptivna se komponenta odnosi na perceptivnu točnost procjene veličine, oblika i težine vlastitog tijela u odnosu na stvarne proporcije, a određuje se na razini tijela u cjelini ili njegovih specifičnih dijelova (Banfield i McCabe, 2002). Subjektivna se komponenta odnosi na doživljaje ugone/neugode i na zadovoljstvo/nezadovoljstvo osobe veličinom ili oblikom vlastitog tijela te uključuje stavove koji se mogu odnositi na tjelesni izgled u cjelini ili na pojedine dijelove tijela i tjelesne karakteristike (Gardner, 2002). Budući da je slika tijela subjektivno iskustvo, ona nije nužno u skladu s realnim osobinama tijela.

Gledano iz razvojne perspektive, tijelo se tijekom rasta i razvoja mijenja, a s njime i karakteristike slike tijela. Svijest o tijelu razvija se vrlo rano. Rezultati istraživanja pokazuju kako djeca već u dobi od šest godina izražavaju nezadovoljstvo tijelom i zabrinutost tjelesnom težinom (Flannery-Schroeder i Chrisler, 1996), koji se s dobi povećavaju (Pokrajac-Bulian, Živčić-Bečirević, Vukmanović i Forbes, 2005). Ulaskom u pubertet u razmjerno kratkom vremenskom razdoblju dječji tjelesni izgled i izgled pojedinih dijelova njihovih tijela doživljavaju drastične promjene koje zahtijevaju značajnu psihološku prilagodbu. Stoga tjelesni izgled postaje jedna od glavnih preokupacija adolescenata (Ambrosi-Randić, 2004). S obzirom na to da se globalno samopoštovanje u adolescenciji uvelike temelji na slici tijela, ako je ona negativna, dolazi do niza negativnih osjećaja i vjerovanja o sebi (Levine i Smolak, 2002). Tijekom adolescencije nezadovoljstvo tjelesnim izgledom, zabrinutost za tijelo i pokušaji držanja dijete imaju važnu ulogu kao rizični čimbenici razvoja depresije, poremećaja hranjenja i niskog samopoštovanja (Byely, Archibald, Graber i Brooks-Gunn, 2000; Wertheim, Koerner i Paxton, 2001; Stice i Bearman, 2001). Međutim, iako je najveći interes istraživača za nezadovoljstvo tijelom vezan upravo uz njegovu ulogu u nastanku poremećaja hranjenja, ono se pojavljuje i kod značajnog dijela nekliničke populacije adolescenata.

Cilj je ovog pregleda prikazati istraživanja koja su se bavila proučavanjem slike tijela i nezadovoljstva tijelom kod adolescentnih djevojaka i mladića te dati uvid u neke razvojne i socijalne čimbenike koji na njih utječu, s naglaskom na vrijeme pubertalnog sazrijevanja te ulogu roditelja i vršnjaka. Također, bit će dan i kratak pregled tehnika procjene nezadovoljstva tijelom.

Nezadovoljstvo tijelom u adolescenciji i spolne razlike

Nezadovoljstvo tijelom jedan je od poremećaja slike tijela koji se može kreirati od blagog nezadovoljstva specifičnim dijelovima tijela pa sve do ekstremnog omalovažavanja vlastitog izgleda, pri čemu osobe svoje tijelo smatraju odbojnim i odvratnim. Srž nezadovoljstva vlastitim tijelom predstavlja raskorak između percipiranog i idealnog tjelesnog izgleda (Gardner, Friedman, Stark i Jackson, 1999), bilo da se radi o unutrašnjem ili društveno uvjetovanom idealu. U pubertetu i ranoj adolescenciji taj raskorak zbog velikih razvojnih promjena u tjelesnom izgledu

postaje izraženiji. To je razvojno razdoblje posebno kritično za djevojke koje u toj dobi postaju osjetljivije na mišljenje drugih o sebi i način na koji će ih doživjeti suprotni spol, a promjene u tjelesnom obliku i veličini uglavnom doživljavaju negativno (Ambrosi-Randić, 2004). Istraživanja slike tijela i nezadovoljstva tijelom u adolescenciji u većoj su mjeri provedena na adolescenticama kod kojih je, u odnosu na mladiće, prevalencija nezadovoljstva tijelom veća, kao i s njime povezani problemi prilagodbe (Thompson, Heinberg, Altabe i Tantleff-Dunn, 1999), što se dovodi u vezu s većim sociokulturalnim pritiskom na tjelesnu privlačnost kod žena (McKinley, 1999). Idealan tjelesni izgled današnjice podrazumijeva mršavo žensko tijelo, a isticanje njegove važnosti dovodi do nezadovoljstva tijelom, sniženog samopoštovanja i primjene raznih strategija za dostizanje takvog izgleda (Forbes i sur., 2005). Strana istraživanja pokazuju kako je čak polovina djevojčica u završnim razredima osnovne škole nezadovoljna vlastitom težinom i tjelesnim izgledom (Murnen, Smolak, Mills i Good, 2003).

Tijekom adolescencije djevojke postaju svjesnije društveno prihvaćenog ideala mršavog ženskog tijela, zbog čega počinju povećavati svoje napore kako bi ga dostigle (Rukavina i Pokrajac-Bulian, 2006), dok s druge strane mladići izvještavaju o sve manjoj važnosti tjelesnog izgleda, u manjoj mjeri koristeći štetne strategije kako bi ga promijenili (McCabe i Ricciardelli, 2006). Rezultati brojnih istraživanja upućuju na povećanje nezadovoljstva tijelom u djevojaka od rane do srednje adolescencije kada i njihova želja za vitkim tjelesnim izgledom postaje izraženija (Pokrajac-Bulian, Mohorić i Đurović, 2007; Jones, 2004; Levine i Smolak, 2002; Gardner i sur., 1999). Malobrojnija istraživanja na adolescentnim mladićima upućuju na smanjenje njihova nezadovoljstva tijelom u tom razdoblju (Bearman, Presnell, Martinez i Stice, 2006; Jones, 2004; Levine i Smolak, 2002). U mnogim razvijenim zemljama Zapada 50-80% adolescentnih djevojaka želi biti mršavije, a više od 50% njih izvještava o držanju dijete (Levine i Smolak, 2002). Istraživanjem na uzorku hrvatskih srednjoškolaca dobiva se uvid u sličnu situaciju, pri čemu 49,6% ispitanih djevojaka vjeruje da bi njihova idealna težina trebala biti za prosječno tri do četiri kilograma niža od sadašnje (Gladović, 1999). Raskorak između idealnog i percipiranog tjelesnog izgleda, kao i percipirane i idealne tjelesne težine je kod djevojaka u odnosu na mladiće veća, što podrazumijeva njihovo veće nezadovoljstvo tijelom i tjelesnom težinom. S tim su u skladu i nalazi istraživanja provedenog na učenicima i učenicama srednjih škola iz nekoliko hrvatskih gradova (Pokrajac-Bulian i sur., 2007), koji upućuju na to kako je čak 35,6% djevojaka nezadovoljno ili jako nezadovoljno svojom težinom, a njih 19,4% svojim izgledom, dok je težinom nezadovoljno ili jako nezadovoljno 13%, a izgledom 6,8% mladića. Nadalje, isto je istraživanje pokazalo kako 7,7% djevojaka i oko 5,5% mladića pokazuje odstupanje u navikama hranjenja, a dijete provodi oko 40% djevojaka i 14% mladića. Dakle, između djevojaka i mladića postoje značajne razlike u nezadovoljstvu tijelom, provođenju dijete i odstupajućim navikama hranjenja, pri čemu su djevojke značajno nezadovoljnije vlastitim izgledom, iskazuju više odstupanja u navikama hranjenja

te u većoj mjeri provode dijete od mladića. Njihova je slika tijela diferencijacija, obliku i veličini svoga tijela pridaju veću važnost te ga češće procjenjuju i izražavaju negativnije stavove o njegovim pojedinim dijelovima (Furnham i Calnan, 1998; McCabe i Ricciardelli, 2001; Levine i Smolak, 2002). Međutim, iako je nezadovoljstvo tijelom kod adolescentica zbog svoje učestalosti u zapadnim kulturama postalo gotovo normativno (Furnham i Greaves, 1994), njegova zastupljenost i s njime povezani psihosocijalni problemi nisu zanemarivi ni kod adolescenata (Smolak, Levine i Thompson, 2001; Pokrajac-Bulian i sur., 2007). Nalazi nekih istraživanja upućuju na to kako se zaokupljenost težinom i mišićavošću pojavljuju već i u dječaka predadolescentne dobi (McCabe i Ricciardelli, 2003; Smolak i sur., 2001).

Nedostatak znatno rjeđih istraživanja slike i nezadovoljstva tijelom kod mladića je njihova dominantna usmjerenost na ispitivanje strategija gubitka na težini, inače ispitivanih kod djevojaka uz nedovoljno razmatranje strategija dobivanja na težini i mišićnoj masi koje su od veće važnosti za postizanje kulturalno uvjetovanog idealnog izgleda mišićavog muškog tijela (McCabe i Ricciardelli, 2001; Jones i Crawford, 2006). U prilog tome idu i rezultati istraživanja koji pokazuju kako su djevojke sklonije strategijama redukcije tjelesne težine, a mladići strategijama povećanja tjelesne težine i mišićnog tonusa (Furnham i Calnan, 1998; McCabe i Ricciardelli, 2001; McCabe i Ricciardelli, 2004). U tim se istraživanjima pokazuje kako je kod mladića izražena zaokupljenost mišićavošću povezana s nižim samopoštovanjem i simptomima depresije te povećanim nezadovoljstvom tijelom (McCreary i Sasse, 2000).

Pristupi objašnjenju razvoja i održavanja nezadovoljstva tijelom

Četiri su glavna pristupa u objašnjavanju razvoja i/ili održavanja nezadovoljstva vlastitim tijelom (Thompson, 1992): (1) socijalna usporedba; (2) sociokulturalni pritisak; (3) razvojni pristup (pristup temeljen na razvojnom statusu) i (4) negativni verbalni komentar.

Prema pristupu *socijalne usporedbe*, rizik za razvoj nezadovoljstva tijelom veći je kod osoba koje svoj izgled često uspoređuju s izgledom drugih u odnosu na one koje to rjeđe čine. Prema *sociokulturalnom pristupu* sociokulturalni utjecaji, posebice oni koji uključuju tisak i vizualne medije, izvor su snažnih poruka o tome koje su tjelesne karakteristike prihvatljive, a koje nisu. Preostala dva pristupa (razvojni pristup i negativni verbalni komentar) usmjereni su na razvojne i socijalne čimbenike razvoja nezadovoljstva tijelom koji će u ovom radu biti detaljnije prikazani, a koji su posebno izraženi tijekom djetinjstva i adolescencije. *Razvojni pristup* usmjeren je na razmatranje vremena pubertalnog sazrijevanja (vremena ulaska u pubertet u odnosu na vršnjake u vlastitoj skupini) kao središnjeg čimbenika u razvoju nezadovoljstva tijelom. Prema pristupu temeljenom na *negativnom verbalnom komentaru* rana izloženost zadirkivanju u formi primjedbi vezanih uz izgled ili

težinu povezana je s nezadovoljstvom tijelom, poremećajima hranjenja i narušenim općim psihološkim funkcioniranjem (Cattarin i Thompson, 1994). Interes za ovaj čimbenik nezadovoljstva tijelom pojavio se nakon opsežnijih istraživanja kojima je utvrđeno kako su odrasle žene, koje su tijekom adolescencije bile zadirkivane zbog svog izgleda, manje zadovoljne vlastitim tijelom od žena koje nisu bile zadirkivane (Cash, Winstead i Janda, 1986; Lieberman, Gauvin, Bukowski i White, 2001). Navedeni nalaz doveo je do nastanka hipoteze o negativnom verbalnom komentaru kao bitnom čimbeniku razvoja nezadovoljstva tijelom, poremećaja hranjenja i niskog samopoštovanja.

Vrijeme pubertalnog sazrijevanja

Rana adolescencija, kao razdoblje prijelaza iz djetinjstva u adolescenciju, obilježena je pubertetom, čija su središnja odrednica mnogobrojne i dramatične promjene u tjelesnom izgledu koji se iz dječjeg pretvara u izgled odrasle osobe (Berk, 2008). Za tjelesne i hormonalne promjene u tom razdoblju pretpostavlja se kako oblikuju mnoge aspekte ranog adolescentnog razvoja i iskustava (Ambrosi-Randić, 2004), zbog čega postoji interes istraživača za ispitivanje odnosa pubertalnog sazrijevanja i drugih aspekata razvoja.

S obzirom na vrijeme sazrijevanja, djevojke i mladići mogu biti rano, pravovremeno ili kasno sazreli. Tjelesne promjene i razvoj u pubertetu je kod djevojaka praćen porastom tjelesne težine i nakupljanjem tjelesne masnoće na struku, bokovima, bedrima i stražnjici, što ih udaljava od kulturalno nametnutog ideala ženskog tijela i ideala mršavosti. Većina istraživanja uglavnom dosljedno nalazi kako djevojke koje rano sazrijevaju (ulaze u pubertet prije vršnjakinja u vlastitoj skupini) iskazuju negativnije stavove o vlastitom tijelu, njime su nezadovoljnije te drže dijete u većoj mjeri nego što to čine njihove vršnjakinje koje su u vremenu dostizanja puberteta bile starije (na vrijeme i kasnije sazrele djevojke) (Alsaker, 1995; McCabe i Ricciardelli, 2003; McCabe i Ricciardelli, 2004). Učinci ranog sazrijevanja su dugotrajni, a nezadovoljstvo tijelom i učestalost držanja dijete se kod djevojaka povećavaju upravo tijekom puberteta (Levine i Smolak, 2002; Ambrosi-Randić, 2004).

Za razliku od djevojaka, sazrijevanje mladića više se kreće u smjeru ideala muškog tjelesnog izgleda s obzirom da uključuje rast u visinu, dobivanje na mišićnoj masi i širenje ramena. Levine i Smolak (2002) navode kako je općenito broj istraživanja razvoja slike tijela kod adolescentnih mladića znatno manji i kako se ne dobivaju konzistentni nalazi o povezanosti ranog pubertalnog sazrijevanja i nezadovoljstva tijelom. Prema tim autorima, čini se kako vrijeme sazrijevanja nema snažan ili dugotrajan učinak na sliku tijela u mladića. S druge strane, pregledom literature također nalazimo kako je rano pubertalno sazrijevanje u mladića povezano s pozitivnom slikom tijela, dok kasno sazrijevanje predviđa negativnu sliku tijela budući da kasno sazreli mladići nemaju one tjelesne karakteristike kojima u toj dobi teže i

koje su socijalno poželjnije (Alsaker, 1995; McCabe i Ricciardelli, 2004; Ambrosi-Randić, 2004; Lacković-Grgin, 2006).

Uloga roditelja i vršnjaka u razvoju slike tijela i nezadovoljstva tijelom

Obitelj i vršnjaci imaju značajnu ulogu u samopoimanju i formiranju ponašanja adolescenata. Premda su članovi obitelji i vršnjaci snažan izvor socijalne podrške adolescentima, oni također mogu utjecati na razvoj njihove zabrinutosti zbog tjelesnog izgleda. Negativan utjecaj obitelji i vršnjaka može se odvijati kroz zadirkivanje i vršenje pritiska prema promjeni tjelesnog izgleda te kroz izražavanje zabrinutosti vlastitom tjelesnom težinom i oblikom tijela (Ata, Ludden i Lally, 2007).

Zadirkivanje zbog izgleda jedan je od bitnih čimbenika razvoja nezadovoljstva tijelom u adolescenciji (Cattarin i Thompson, 1994). Levine i Smolak (2002) navode kako je ono prediktor nezadovoljstva tijelom neovisno o indeksu tjelesne mase (tjelesna težina izražena u kilogramima podijeljena kvadratom tjelesne visine izražene u metrima), pri čemu je kumulativan učinak zadirkivanja negativniji kod onih osoba koje su već anksiozne i zabrinute zbog svog tjelesnog izgleda. U skladu s tim je i nalaz da su djevojke koje su zadirkivane zbog svoje težine, tjelesnog izgleda i oblika tijela manje zadovoljne vlastitim tijelom te da imaju veću vjerojatnost držanja dijete (Lieberman i sur., 2001). Kod njih je također, kako pronalaze Keery, Boutelle, van den Berg i Thompson (2005), povećan rizik od socijalnog uspoređivanja, internalizacije sociokulturnog ideala mršavosti, restriktivnog jedenja, depresije i sniženog samopoštovanja. Osim zadirkivanja, i percipirani pritisak k mršavosti od strane obitelji, prijatelja, partnera i medija prediktor je porasta nezadovoljstva tijelom u djevojaka u razdoblju srednje adolescencije (Stice, 2002). Dok McCabe i Ricciardelli (2001) nalaze kako je učinak pritiska za promjenom težine od strane vršnjaka oba spola te majke i oca snažniji u adolescentnih djevojaka, Jones i Crawford (2006) nalaze kako i adolescentni mladići doživljavaju podjednake razine pritiska i zadirkivanja zbog tjelesnog izgleda kao i djevojke, a negativni komentari vezani uz izgled od strane vršnjaka značajno su pozitivno povezani s nezadovoljstvom tijelom (Jones, Vigfusdottir i Lee, 2004; Ricciardelli i McCabe, 2004) i strategijama promjene veličine ili oblika tijela i u mladića (McCabe i Ricciardelli, 2001). U petogodišnjem longitudinalnom istraživanju adolescentnih mladića i djevojaka oko trećina ispitanih mladića i nešto manje od polovine ispitanih djevojaka u prvoj je točki mjerenja izvijestilo kako su bili izloženi zadirkivanju zbog tjelesne težine. Pet godina kasnije izloženost zadirkivanju pokazala se povezana s nižom razinom samopoštovanja i većim nezadovoljstvom tijelom (Eisenberg, Neumark-Sztainer, Haines i Wall, 2006). Rezultati nekih transverzalnih istraživanja na adolescentima također upućuju na pozitivnu povezanost zadirkivanja zbog izgleda i nezadovoljstva tijelom kako kod djevojaka tako i kod mladića (Barker i Galambos, 2003; Jones i sur., 2004; Paxton, Schutz, Wertheim i Muir, 1999; Wertheim i sur., 2001).

U prijenosu sociokulturalnih poruka vezanih uz idealan tjelesni izgled adolescentima važnu ulogu imaju roditelji (Stice, 1994). Njihovi stavovi i ponašanja prema vlastitome tijelu povezani su sa slikom tijela njihove adolescentne djece (Ambrosi-Randić, 2004), a značenja koja pridaju vlastitom tjelesnom izgledu i mršavosti povezani su s nezadovoljstvom tijelom kod adolescentica (Pokrajac-Bulian, 2000). S približavanjem adolescencije roditelji počinju negativnije procjenjivati tjelesni izgled svoje djece, češće procjenjujući kćeri preteškima u odnosu na sinove, što bi se moglo protumačiti činjenicom o većem nametanju kulturalnog ideala mršavosti kćerima (Striegel-Moore i Franko, 2002). Isticanjem kulturalnog pritiska prema idealu mršavosti obitelj može povećati zabrinutost za sliku tijela, a izravni komentari roditelja o djetetovoj tjelesnoj težini povezani su s nezadovoljstvom tijelom i ponašanjima kontrole tjelesne težine i oblika tijela u djece (Ambrosi-Randić, 2004). Tako, primjerice, djevojke koje izvještavaju kako je njihovim roditeljima važno da budu mršave, imaju dvostruko veću vjerojatnost od svojih vršnjaka za razvoj zaokupljenosti težinom (Field, Camargo, Taylor, Berkey, Roberts i Colditz, 2001). Za povećano su nezadovoljstvo tijelom i držanje djeteta prediktivni i konfliktni odnosi s roditeljima te nedostatak emocionalne topline i podrške (Archibald, Graber i Brooks-Gunn, 1999). Konflikti i manjak bliskosti u odnosu majka-kći pridonose većoj zaokupljenosti težinom kod adolescentnih djevojaka u dobi od 11. do 18. godine, a konflikti u odnosu s ocem prediktivni su za zaokupljenost težinom kako kod djevojaka tako i kod mladića (May, Kim, McHale i Crouter, 2006).

Iako je u adolescenciji utjecaj roditelja i dalje važan, odnosi s vršnjacima postaju intimniji i složeniji te zauzimaju istaknutu ulogu u odnosu na ranija razvojna razdoblja (Brendt, 1998). U adolescenciji dolazi do povećanja preokupacije adolescenta dojmom koji ostavljaju na druge i zabrinutosti zbog uklapanja u vršnjačku skupinu. Negativna slika tijela može otežati razvoj socijalnih vještina i utjecati na uspostavu odnosa s drugim mladićima i djevojkama. Davison i McCabe (2006) pronalaze snažan nepovoljan učinak negativne slike tijela na odnose s vršnjacima suprotnog spola, posebice kod mladića, koja se kod djevojaka odražava i na odnose s vršnjakinjama. Vršnjački pritisak prema mršavom ili mišićavom tijelu posebno je snažan tijekom adolescencije. Prema rezultatima nekih istraživanja percipirani pritisak od strane vršnjaka prema mršavosti u višoj je korelaciji s nezadovoljstvom tijelom od pritiska koji vrši obitelj ili mediji (Presnell, Bearman i Stice, 2004). U istraživanju u kojem se od adolescentnih djevojaka tražilo da odaberu figuru koja najbolje odgovara njihovu sadašnjem tjelesnom izgledu, a potom figure koje najbolje odgovaraju idealnom tjelesnom izgledu nametnutom od strane medija, obitelji i prijatelja, procijenjena figura sadašnjeg izgleda bila je veća od svih idealnih figura, pri čemu je pritisak prema mršavosti od strane vršnjaka bio najsnažniji, a roditeljski najslabiji (Dunkley, Wertheim i Paxton, 2001). Iako su i mladići i djevojke skloni međusobnom zadirkivanju, mladići su skloniji davanju kritičnih i uvredljivih komentara o izgledu i obliku tijela (Levine i Smolak, 2002). Budući da vršnjaci suprotnog spola u razdoblju adolescencije imaju važnu ulogu, a interes za suprotni

spol raste (McCabe i Ricciardelli, 2001), u istraživanjima vršnjačkog utjecaja na sliku tijela i nezadovoljstvo tijelom kod adolescenata u obzir je važno uzeti spol vršnjaka koji upućuje komentar ili vrši pritisak te je li riječ o vršnjaku istog ili suprotnog spola.

Vršnjački utjecaj na sliku tijela ostvaruje se i kroz razgovore s prijateljima o držanju dijete ili povećanju mišićne mase kojima su tijekom adolescencije skloni i djevojke i mladići (Jones i Crawford, 2006). Adolescenti koji se često socijalno uspoređuju i čiji odnosi uključuju mnogobrojne razgovore o tjelesnom izgledu i držanju dijete, imaju veću vjerojatnost za razvoj nezadovoljstva tijelom (Jones, 2004; Jones i sur., 2004). Velik broj djevojaka razgovara s prijateljicama o težini, tjelesnom izgledu i dijete, a najčešće se razgovara o različitim načinima kontrole težine i strahu od debljanja, zbog čega djevojke koje se druže dijele sličnu razinu nezadovoljstva tijelom, želje za mršavošću i držanja dijete (Paxton i sur., 1999). Zbog takvih se nalaza nameću pitanja pojavljuju li se problemi preokupacije tjelesnim izgledom zbog međusobnog utjecaja članova vršnjačke skupine ili se odabirom prijatelja i poznanika sličnih preokupacija održava već postojeća zaokupljenost tijelom i zabrinutost zbog tjelesnog izgleda (Tantleff-Dunn i Gokee, 2002).

Tehnike procjene nezadovoljstva tijelom

S obzirom na višedimenzionalnost konstrukta slike tijela, njegova procjena zahtijeva raznovrsne tehnike mjerenja (Gardner, 2002). Posljednjih su 20 godina razvijene mnogobrojne mjere za procjenu različitih aspekata slike tijela kod adolescenata i odraslih (Thompson i van den Berg, 2002). U ovom će kratkom pregledu težište biti stavljeno na tehnike procjene (ne)zadovoljstva tijelom u cjelini ili njegovim pojedinim dijelovima. One se načelno mogu podijeliti na mjere temeljene na grafičkom prikazivanju ljudske figure i na mjere u formi upitnika. Mjera koja se u ispitivanju nezadovoljstva tijelom vrlo često koristi je raskorak/razlika između sadašnjeg/percipiranog i idealnog/željenog tjelesnog izgleda ili neke tjelesne karakteristike. Tako je, primjerice, jedna od najjednostavnijih mjera nezadovoljstva tjelesnom težinom razlika između sadašnje i idealne tjelesne težine ili sadašnjeg i idealnog indeksa tjelesne mase. Što je raskorak veći, veće je i nezadovoljstvo. Razlika sadašnjeg i idealnog tjelesnog izgleda, kao što će biti prikazano u nastavku, najčešće se koristi u grafičkim mjerama nezadovoljstva tijelom.

Grafičke mjere za procjenu nezadovoljstva tijelom

Prema pristupu koji se temelji na grafičkom prikazivanju ljudskih figura stupnjevanih s obzirom na neke karakteristike tjelesnog izgleda (npr. tjelesnoj težini, mišićavosti tijela, veličini grudi/prsnog koša), od ispitanika se traži da odaberu onu ljudsku figuru za koju procjenjuju da u najvećoj mjeri odgovara njihovu sadašnjem

tjelesnom izgledu, a potom figuru koja odgovara njihovu idealnom/željenom tjelesnom izgledu. Razlika procjene sadašnjeg i željenog tjelesnog izgleda (razlika brojevnih vrijednosti koje ispitanik zaokružuje ispod figure sadašnjeg i željenog tjelesnog izgleda) predstavlja stupanj odstupanja stvarnog doživljaja od idealne slike vlastitog tijela odnosno individualnu razinu nezadovoljstva tijelom ili nezadovoljstva nekom karakteristikom tjelesnog izgleda. Što je razlika (odstupanje) veća, veće je i nezadovoljstvo osobe.

Thompson i Gray (1995) navode kako je ovakvih skala za procjenu nezadovoljstva tijelom mnogo, no kako za velik dio njih nedostaju podaci o njihovim metrijskim karakteristikama. Također im zamjeraju kako slikovni podražaji koje sadržavaju nedovoljno dobro reprezentiraju formu ljudskog tijela uključujući neproporcionalno velike ekstremitete, različitu debljinu lijeve i desne ruke/noge te nedovoljnu odvojenost ruku od tijela. Metodološki nedostatak ovih skala sadržan je i u restrikciji raspona ponuđenih figura za procjenu (Gardner, Friedman i Jackson, 1998). Većina ih sadrži između šest i devet figura, a ispitanici uglavnom biraju tek nekoliko od svih ponuđenih figura. Brodie, Bagley i Slade (1994) nalaze kako preko 90% ispitanika pri procjeni svoje sadašnje/percipirane veličine tijela bira između samo tri figure od njih 10 ponuđenih. Zbog takve je tendencije ispitanika moguće da skala prilikom primjene za većinu ispitanika ima zapravo sužen raspon unatoč većem broju ponuđenih figura. Također je moguće da su pouzdanosti tipa test-retest nekih od skala umjetno povećane suženim rasponom koji ispitanici prilikom procjene koriste. S obzirom na izuzetno velik broj postojećih skala unutar ovog pristupa (preko 20), u nastavku će biti dan kraći pregled samo nekih najčešće korištenih.

Skala percepcije tjelesnog izgleda slikovnim podražajima (*Figure Rating Scale, FRS*; Stunkard, Sorenson i Schlusinger, 1983) sastoji se od devet figura ženskog i devet figura muškog tijela poredanih po veličini, od najmršavijeg do najdebljeg (prikaz figura vidjeti u Bays, Bazata, Fox, Grandy i Gavin, 2009). Ispitanici odabiru crtež za koji procjenjuju da najbolje odgovara njihovu sadašnjem, a potom crtež koji odgovara njihovu željenom izgledu na skali procjene od 10 do 100. Razlika između te dvije procjene predstavlja mjeru nezadovoljstva tijelom. Teorijski raspon rezultata kreće se od -90 do +90. Veća razlika upućuje na veće nezadovoljstvo tijelom, dok predznak upućuje na smjer nezadovoljstva tijelom u obliku želje osobe za povećanjem ili smanjenjem tjelesne težine. Pouzdanost tipa test-retest se za procjene sadašnjeg tjelesnog izgleda kreće od 0,81 do 0,92, a za procjene idealnog tjelesnog izgleda od 0,71 do 0,82 (Thompson i Altabe, 1991).

Skala procjene crteža ljudske figure (*Contour Drawing Rating Scale, CDRS*; Thompson i Gray, 1995), kao i prethodna, sadrži devet figura ženskog i devet figura muškog tijela rangiranih prema rastućoj težini od najvitkije do najkrupnije označenih brojevima od 1 do 9 (prikaz figura vidjeti u Thompson i Gray, 1995). Pouzdanost tipa test-retest se za procjene sadašnjeg tjelesnog izgleda kreće od 0,77 do 0,84, a za procjenu idealnog tjelesnog izgleda od 0,65 do 0,78 (Thompson i Gray, 1995).

Sljedeća vrlo slična skala je Skala procjene slike tijela (*Body Image Assessment, BIA*; Williamson, Davis, Bennett, Goreczny i Gleaves, 1989), koja također sadrži devet figura ženskog tijela prikazanih iz profila. Pouzdanost tipa test-retest kreće se od 0,60 do 0,93 (Williamson i sur., 1989). Nedostatak ove skale je u tome što je namijenjena ispitivanju nezadovoljstva tijelom samo kod ispitanica ženskog spola, a figure tijela prekomjerne tjelesne težine nisu dovoljno velike za primjenu na ispitanicima koje su umjereno ili vrlo pretile. Stoga je konstruirana skala za procjenu slike tijela *Body Image Assessment for Obesity, BIA-O* (Williamson i sur., 2000), koja se može primjenjivati na pretilim osobama oba spola. Skala sadrži 18 figura ženskog i 18 figura muškog tijela prikazanih iz profila (prikaz figura vidjeti u Williamson i sur., 2000). Pouzdanost tipa test-retest se za ovu skalu kreće od 0,65 do 0,93 (Williamson i sur., 2000).

Noviju skalu za procjenu tjelesnog izgleda slikovnim podražajima *The Body Image Assessment Scale – Body Dimensions (BIAS-BD)* razvili su Gardner, Jappe i Gardner (2009). Skala se sastoji od 17 figura ženskog i 17 figura muškog tijela rangiranih prema rastućoj tjelesnoj težini od 60% ispod do 140% iznad prosjeka (prikaz figura vidjeti u Gardner i sur., 2009). Tjelesna težina se od figure do figure povećava za 5%. Pouzdanost tipa test-retest u razmaku od dva tjedna se za ovu skalu kreće od 0,72 do 0,86 (Gardner i sur., 2009). Iako autori ove skale kao njenu prednost pred ostalima, gore opisanim skalama navode kako slikovni podražaji (figure) ne sadrže nikakva obilježja lica ili tijela čime se pažnja ispitanika prilikom procjene usmjerava primarno na veličinu i oblik tijela, s druge strane je moguće da takve figure u manjoj mjeri reprezentiraju stvarno ljudsko tijelo.

Pristupu temeljenom na grafičkom prikazivanju ljudske figure pripadaju i Skala procjene mišićavosti (*Muscularity Rating Scale, MRS – female form*; Furnham, Tittman i Sleeman, 1994; *MRS - male form*; Lynch i Zellner, 1999) te Skala procjene grudi/prsnog koša (*Breast/Chest Rating Scale, BCRS*; Thompson i Tantleff, 1992). Skala procjene mišićavosti sadrži šest figura ženskog i šest figura muškog tijela rangiranih prema rastućoj mišićavosti, pri čemu ispitanici procjenjuju svoje tijelo s obzirom na sadašnju i željenu mišićavost odabirom dvije od ponuđenih figura prema istom principu kao i u prethodno opisanim skalama (prikaz figura vidjeti u Furnham i Lim, 1997). Skala procjene grudi/prsnog koša sastoji se od pet figura ženskog i pet figura muškog gornjeg dijela tijela. Figure ženskog tijela rangirane su s obzirom na veličinu grudi, dok su muške figure rangirane s obzirom na razvijenost mišića gornjeg dijela tijela te su označene brojevima od 1 do 5. Pouzdanost tipa test-retest se za sve procjene na ovoj skali kreću od 0,62 do 0,85 (Tantleff-Dunn, 2001).

Upitničke mjere za procjenu nezadovoljstva tijelom

Upitničke mjere nezadovoljstva tijelom u cjelini ili njegovim dijelovima od ispitanika traže da izraze svoj stupanj slaganja s ponuđenim tvrdnjama. Kratak prikaz nekih upitnika u okviru ovog pristupa slijedi u nastavku.

Upitnik općeg nezadovoljstva tjelesnim izgledom (*Body Shape Questionnaire, BSQ*; Cooper, Taylor, Cooper i Fairburn, 1987) sastoji se od 34 čestice koje se odnose na zabrinutost oblikom tijela te "osjećajem debljine", a nastale su provođenjem polustrukturiranih intervjua s različitim skupinama žena uključujući i pacijentice oboljele od anoreksije i bulimije. Primjeri čestica ovog upitnika su: *Bojite li se da biste se mogli udebljati?*, *Sramite li se svojeg tijela?*, *Čini li vas pogled na odraz svoga tijela (u ogledalu ili izlogu dućana) nezadovoljnom?* Pitanja se odnose na osjećaje ispitanika u proteklih mjesec dana. Ispitanici odgovaraju na skali Likertova tipa od šest stupnjeva (nikad, rijetko, ponekad, često, vrlo često, uvijek). Ukupan se rezultat određuje zbrajanjem procjena, pri čemu se teoretski raspon kreće od 34 do 204 boda. Viši rezultat upućuje na izrazitije nezadovoljstvo tijelom, a kao kritična vrijednost upitnika, koja upućuje na patološko nezadovoljstvo tijelom, uzima se 140 bodova (Furnham i Boughton, 1995). Upitnik pokazuje jednofaktorsku strukturu, a pouzdanost tipa unutarnje konzistencije iznosi 0,93 (Thompson, Penner i Altabe, 1990).

Upitnik zadovoljstva tjelesnim izgledom (*Body Esteem Scale, BES*; Franzoi i Shields, 1984) sastoji se od 35 čestica koje se odnose na pojedine dijelove i funkcije tijela. Originalno se dobiva trofaktorska struktura upitnika. Faktor zadovoljstva seksualnom privlačnošću odnosi se na aspekte tijela i tjelesne funkcije koje se ne mogu mijenjati vježbom, već se neki od njih mijenjaju primjenom kozmetike. Takvih je čestica 13, pri čemu se procjenjuju npr. miris tijela, nos, usne, uši, brada, grudi, oči, obrazi, spolni nagon, spolni organi, seksualna aktivnost, dlakavost, lice. Faktor zadovoljstva težinom sadrži 10 čestica (apetit, struk, bedra, građa tijela, stražnjica, bokovi, noge, figura, trbuh i težina) i uključuje dijelove tijela koji se mogu mijenjati vježbom ili kontrolom unosa hrane. Treći faktor je tjelesna kondicija koji obuhvaća dijelove i funkcije tijela koji dolaze do izražaja samo u određenim situacijama (npr. u onima koje iziskuju tjelesni napor ili u situacijama narušenog zdravlja). Ovaj faktor obuhvaća devet čestica (tjelesna snaga, refleksi, mišićna snaga, razina energije, tjelesna kondicija, spretnost, zdravlje). Ispitanici odgovaraju na skali Likertova tipa od pet stupnjeva, od *Imam jako negativne osjećaje* (1) do *Imam jako pozitivne osjećaje* (5). Veći broj bodova upućuje na veće zadovoljstvo seksualnom privlačnošću, zadovoljstvo tijelom i bolju tjelesnu kondiciju. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije se za ženske ispitanice kreće od 0,78 do 0,87, a za muške ispitanike od 0,81 do 0,86 (Franzoi i Shields, 1984). Presnell i sur. (2004) navode zadovoljavajuću pouzdanost tipa test-retest te dobru prediktivnu valjanost.

Skala zadovoljstva tijelom (*Body Satisfaction Scale, BSS*; Slade, Dewey, Newton, Brodie i Kiemle, 1990) koristi se za procjenu zadovoljstva sa 16 dijelova tijela, pri čemu ih ispitanici procjenjuju na skali Likertova tipa od sedam stupnjeva od *jako zadovoljan* (1) do *jako nezadovoljan* (7). Viši rezultat upućuje na veće nezadovoljstvo tijelom ili njegovim pojedinim dijelom. Skala daje tri rezultata: nezadovoljstvo dijelovima glave, nezadovoljstvo dijelovima tijela i opće nezadovoljstvo tijelom, koje predstavlja kombinaciju prvih dvaju rezultata. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije se za ovu skalu kreće od 0,79 do 0,89 (Geremia i Neziroglu, 2001).

Skala zadovoljstva dijelovima tijela (Ambrosi-Randić, 1994) modificirana je verzija *Body Areas Satisfaction Scale* (Winstead i Cash, 1984) konstruirane za mjerenje zadovoljstva pojedinim dijelovima tijela. Originalna skala mjeri zadovoljstvo sljedećim dijelovima i karakteristikama tijela: lice (nos, uši, usta), kosa, donji trup (stražnjica, bokovi, bedra), srednji trup (struk i trbuh), gornji trup (prsa, ramena, ruke), mišićna napetost, tjelesna težina, tjelesna visina i opći tjelesni izgled. Modificirana skala sastoji se od 14 naziva dijelova tijela i njegovih osobina. Radi bolje razumljivosti i jasnoće, pojmovi poput donjeg, srednjeg i gornjeg trupa, zamijenjeni su pojedinim dijelovima tijela od kojih se sastoje. Zadatak ispitanika je da daju procjene na skali Likertova tipa od pet stupnjeva, od *vrlo nezadovoljan* (1) do *vrlo zadovoljan* (5). Raspon rezultata kreće se od 14 do 70, pri čemu viši rezultat upućuje na veće zadovoljstvo tijelom. Skala daje rezultat o zadovoljstvu pojedinim dijelovima tijela, kao i ukupan rezultat. Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije za cijelu skalu na uzorku učenika iznosi 0,91 (Ambrosi-Randić, 2001).

Subskala nezadovoljstva tijelom Inventara poremećaja hranjenja (*Eating Disorders Inventory – Body Dissatisfaction, EDI-BD*; Garner, Olmstead i Polivy, 1983) sadrži devet čestica koje ispituju vjerovanje da su određeni dijelovi tijela preveliki (npr. trbuh, bedra, bokovi). Ispitanici daju procjene na skali Likertova tipa od šest stupnjeva (nikad, rijetko, ponekad, često, uglavnom, uvijek). Primjeri čestica su: *Mislim da je moj trbuh prevelik.* i *Zadovoljan sam oblikom svoga tijela.* Pouzdanost tipa unutarnje konzistencije za ovu subskalu iznosi 0,90 (Garner i sur., 1983).

Na kraju pregleda mjera nezadovoljstva tijelom važno je napomenuti kako je prilikom odabira mjernog instrumenta za procjenu nezadovoljstva tijelom potrebno imati jasnu predodžbu o tome koji se njegov aspekt želi procijeniti ili istražiti – je li u središtu interesa opće nezadovoljstvo tijelom, nezadovoljstvo pojedinim dijelom tijela ili tjelesnom karakteristikom poput npr. tjelesne težine i mišićavosti. Također je potrebno obratiti pažnju na metrijske karakteristike mjernih instrumenata i karakteristike uzoraka na kojima su validirani, posebice pri odabiru i primjeni mjera temeljenih na grafičkom prikazivanju ljudske figure s obzirom na to da su metrijske karakteristike nekih od tih skala upitne ili nepoznate. Iako su grafičke mjere u primjeni vrlo jednostavne i, u odnosu na upitničke, vremenski ekonomičnije, raspon slikovnih podražaja (figura) koje sadrže uglavnom je sužen, a reprezentativnost forme ljudskog tijela nedovoljno dobra.

ZAKLJUČAK

Pregledom istraživanja slike tijela dobiva se uvid u njenu važnost u perceptivnim, emocionalnim, kognitivnim i bihevioralnim funkcijama pojedinca tijekom rasta i razvoja, a nezadovoljstvo tijelom, kao jedan od poremećaja slike tijela, privlači veliku pozornost zbog uloge koju, kao rizični čimbenik, ima za razvoj depresije, poremećaja hranjenja i niskog samopoštovanja. Međutim, ono zahvaća i značajan

dio nekliničke populacije te je posebno izraženo u adolescenciji s obzirom na mnogobrojne i drastične tjelesne promjene koje se u tom razvojnem razdoblju javljaju.

Rezultati istraživanja uglavnom dosljedno pokazuju kako na razvoj i održavanje nezadovoljstva tijelom tijekom adolescencije, između ostalog, utječu vrijeme pubertalnog sazrijevanja, pritisak i negativni verbalni komentari vezani uz tjelesni izgled od strane roditelja i vršnjaka. Istraživanja u tom području pretežno su provedena na uzorcima adolescentica budući da je kod njih prevalencija nezadovoljstva tijelom veća, a slika tijela diferencijanija. No, psihosocijalni problemi povezani s nezadovoljstvom tijelom nisu zanemarivi ni kod adolescentnih mladića, kod kojih se strategije dobivanja na mišićnoj masi i težini općenito, kao i snažan sociokulturalni pritisak prema mišićavom muškom tijelu, pojavljuju kao središnja pitanja u tom području.

LITERATURA

- Alsaker F. D. (1995). Timing of puberty and reactions to pubertal changes. U: M. Rutter (Ur.), *Psychosocial disturbances in young people: Challenges for prevention*, 37–82. Cambridge: Cambridge University Press.
- Ambrosi-Randić, N. (1994). Provjera konstrukta predodžba o vlastitom tijelu kod muškaraca od 19 godina. *Magistarski rad*. Zagreb, Filozofski fakultet.
- Ambrosi-Randić, N. (2001). Učestalost i korelati provođenja dijete tijekom adolescencije. *Društvena istraživanja*, 10, 415-430.
- Ambrosi-Randić, N. (2004). *Razvoj poremećaja hranjenja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Archibald, A. B., Graber, J. A., Brooks-Gunn, J. (1999). Association among parent-adolescent relationship, pubertal growth, dieting, and body image in young adolescent girls: a short-term longitudinal study. *Journal of Research on Adolescence*, 9, 395-415.
- Ata, R.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, 1024-1037.
- Banfield, S.S., McCabe, M.P. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*, 37, 373-384.
- Barker, E.T., Galambos, N.L. (2003). Body dissatisfaction of adolescent girls and boys: Risk and resource factors. *Journal of Early Adolescence*, 23, 141-165.
- Bays, H., Bazata, D., Fox, K., Grandy, S., Gavin, J. (2009). Perceived body image in men and women with type 2 diabetes mellitus: correlation of body mass index with the figure rating scale. *Nutrition Journal*, 8, 57-63.
- Bearman, S.K., Presnell, K., Martinez, E., Stice, E. (2006). The Skinny on Body Dissatisfaction: A Longitudinal Study of Adolescent Girls and Boys. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 217-229.
- Berk, L.E. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Brendt, T.J. (1998). Friendship and friends' influence in adolescence. *Current Directions in Psychological Science*, 1, 156-159.

- Brodie, D.A., Bagley, K., Slade, P.D. (1994). Body-image perception in pre- and post-adolescent females. *Perceptual and Motor Skills*, 78, 147-154.
- Byely, L., Archibald, A.B., Graber, J., Brooks-Gunn, J. (2000). A prospective study of familial and social influences on girls' body image and dieting. *International Journal of Eating Disorders*, 28, 155-164.
- Cash, T. F., Winstead, B. A., Janda, L. H. (1986). The great American shape-up: Body image survey report. *Psychology Today*, 20, 30-37.
- Cattarin, J., Thompson, J.K. (1994). A three year longitudinal study of body image and eating disturbance in adolescent females. *Eating Disorders: The Journal of Prevention and Treatment*, 2, 114-125.
- Cooper, P.J., Taylor, M.J., Cooper, Z., Fairburn, C.G. (1987). The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6, 485-494.
- Davison, T.E., McCabe, M.P. (2006). Adolescent Body Image and Psychosocial Functioning. *The Journal of Social Psychology*, 146, 15-30.
- Dunkley, T.L., Wertheim, E.H., Paxton, S.J. (2001). Examination of a model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence*, 36, 265-279.
- Eisenberg, M.E., Neumark-Sztainer, D., Haines, J., Wall, M. (2006). Weight-teasing and emotional well-being in adolescents: Longitudinal findings from Project EAT. *Journal of Adolescent Health*, 38, 675-683.
- Field, A.E., Camargo, C.A., Jr., Taylor, B., Berkey, C.S., Roberts, S.B., Colditz, G.A. (2001). Peer, parent, and media influences on the development of weight concerns and frequent dieting among preadolescent and adolescent girls and boys. *Pediatrics*, 107, 54-60.
- Flannery-Schroeder, E., Chrisler, J.C. (1996). Body esteem, eating attitudes, and gender-role orientation in three age groups of children. *Current Psychology*, 15, 235-248.
- Forbes, G.B., Adam-Curtis, L., Jobe, R.L., White, K.B., Revak, J., Živčić-Bećirević, I., Pokrajac-Bulian, A. (2005). Body Dissatisfaction in College Women and Their Mothers: Cohort Effects, Developmental Effects, and the Influences of Body Size, Sexism, and the Thin Body Ideal. *Sex Roles*, 53, 281-298.
- Franzoi, S.L., Shields, S.A. (1984). The Body Esteem Scale: Multidimensional structure and sex differences in a college population. *Journal of Personality Assessment*, 48, 173-178.
- Furnham, A., Boughton, J. (1995). Eating behaviour and body dissatisfaction among dieters, aerobic exercisers and a control group. *European Eating Disorders Review*, 3, 35-45.
- Furnham, A., Calnan, A. (1998). Eating Disturbance, Self-Esteem, Reasons for Exercising and Body Weight Dissatisfaction in Adolescent Males. *European Eating Disorders Review*, 6, 58-72.
- Furnham, A., Greaves, N. (1994). Gender and locus of control correlates of body image dissatisfaction. *European Journal of Personality*, 8, 183-200.
- Furnham, A., Lim, A. (1997). Cross-Cultural Differences in the Perception of Male and Female Body Shapes as a Function of Exercise. *Journal of Social Behavior and Personality*, 12, 1037-1053.
- Furnham, A., Titman, P., Sleeman, E. (1994). Perception of Female Body Shape as a Function of Exercise. *Journal of Social Behavior and Personality*, 9, 335-352.

- Gardner, R.M. (2002). Body Image Assessment in Children. U T. F. Cash, T. Pruzinsky (Ur.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, 127-134. New York: The Guilford Press.
- Gardner, R.M., Friedman B.N., Jackson, N.A. (1998). Methodological concerns when using silhouettes to measure body image. *Perceptual and Motor Skills*, 86, 387-395.
- Gardner, R.M., Friedman, B.N., Stark, K., Jackson, N.A. (1999). Body size estimation in children six through fourteen: A longitudinal study. *Perceptual and Motor Skills*, 88, 541-555.
- Gardner, R.M., Jappe, L.M., Gardner, L. (2009). Development and Validation of a New Figural Drawing Scale for Body-Image Assessment: The BIAS-BD. *Journal of Clinical Psychology*, 65, 113-122.
- Garner, D.M., Olmstead, M.P., Polivy, J. (1983). Development and validation of a multi-dimensional eating disorder inventory for anorexia nervosa and bulimia. *International Journal of Eating Disorders*, 2, 15-34.
- Geremia, G.M., Neziroglu, F. (2001). Cognitive Therapy in the Treatment of Body Dysmorphic Disorder. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 8, 243-251.
- Gladović, B. (1999). Nezadovoljstvo vlastitim tjelesnim izgledom kod studenata i studentica. *Diplomski rad*. Rijeka, Filozofski fakultet.
- Jones, D.C. (2004). Body Image among Adolescent Girls and Boys: A Longitudinal Study. *Developmental Psychology*, 40, 823-835.
- Jones, D.C., Crawford, J.K. (2006). The peer appearance culture during adolescence: Gender and body mass variations. *Journal of Youth and Adolescence*, 32, 257-269.
- Jones, D.C., Vigfusdottir, T.H., Lee, Y. (2004). Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys: An examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals. *Journal of Adolescent Research*, 19, 323-339.
- Keery, H., Boutelle, K., van den Berg, P., Thompson, J.K. (2005). The impact of appearance-related teasing by family members. *Journal of Adolescent Health*, 37, 120-127.
- Lacković-Grgin, K. (2006). *Psihologija adolescencije*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Levine, M.P., Smolak, L. (2002). Body Image: Development in Adolescence. U T.F. Cash, T. Pruzinsky (Ur.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, 74-82. New York: The Guilford Press.
- Lieberman, M., Gauvin, L., Bukowski, W.M., White, D.R. (2001). Interpersonal influence and disordered eating behaviors in adolescent girls: The role of peer modeling, social reinforcement, and body-related teasing. *Eating Behaviors*, 2, 215-236.
- Lynch, S.M., Zellner, D.A. (1999). Figure Preferences in Two Generations of Men: The Use of Figure Drawings Illustrating Differences in Muscle Mass. *Sex Roles*, 40, 833-843.
- May, A.L., Kim, J., McHale, S.M., Crouter, A.C. (2006). Parent-adolescent relationships and the development of weight concerns from early to late adolescence. *International Journal of Eating Disorders*, 39, 729-740.
- McCabe, M. P., Ricciardelli, L.A. (2003). Body image and strategies to lose weight and increase muscle among boys and girls. *Health Psychology*, 22, 39-46.
- McCabe, M.P., Ricciardelli, L.A. (2004). A longitudinal study of pubertal timing and extreme body change behaviors among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 39, 145-166.

- McCabe, M.P., 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, 225-240.
- McCabe, M.P., Ricciardelli, L.A. (2006). A prospective study of pressures from parents, peers, and the media on extreme weight change behaviors among adolescent boys and girls. *Behavior Research and Therapy*, 43, 653-668.
- McCreary, D.R., Sasse, D.K. (2000). An exploration of the drive for muscularity in adolescent boys and girls. *Journal of American College Health*, 48, 297-304.
- McKinley, N.M. (1999). Women and objectified body consciousness: Mothers' and daughters' body experience in cultural, developmental, and familial context. *Developmental Psychology*, 35, 760-769.
- Murnen, S.K., Smolak, L., Mills, J.A., Good, L. (2003). Thin, sexy women and strong, muscular men: Grade-school children's responses to objectified images of women and men. *Sex Roles*, 49, 427-437.
- 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, 255-266.
- Pokrajac-Bulian, A. (2000). Nezađovoljstvo vlastitim tijelom i teškoće emocionalne prilagodbe kao odrednice nastanka poremećaja hranjenja. *Doktorska disertacija*. Zagreb, Filozofski fakultet.
- Pokrajac-Bulian, A., Mohorić, T., Đurović, D. (2007). Odstupajuće navike hranjenja, nezađovoljstvo tijelom i učestalost provođenja dijete kod hrvatskih srednjoškolaca. *Psihologijske teme*, 16, 27-46.
- Pokrajac-Bulian, A., Živčić-Bećirević, I., Vukmanović, S., Forbes, G. (2005). Nezađovoljstvo tjelesnim izgledom i navike hranjenja kod studentica i njihovih majki. *Psihologijske teme*, 14, 57-70.
- Presnell, K., Bearman, S.K., Stice, E. (2004). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent boys and girls: A prospective study. *International Journal of Eating Disorders*, 36, 389-401.
- Ricciardelli, L.A., McCabe, M.P. (2004). A biopsychosocial model of disordered eating and the pursuit of muscularity in adolescent boys. *Psychological Bulletin*, 130, 179-205.
- Rukavina, T., Pokrajac-Bulian, A. (2006). Thin-ideal internalization, body dissatisfaction and symptoms of eating disorders in Croatian adolescent girls. *Eating and Weight Disorders*, 11, 31-37.
- Sira, N. (2003). *Body image: Relationship to attachment, body mass index and dietary practices among college students*. Blacksburg, Faculty of the Virginia Polytechnic Institute and State University.
- Slade, P.D., Dewey, M.E., Newton, T., Brodie, D., Kiemle, G. (1990). Development and preliminary validation of the Body Satisfaction Scale (BSS). *Psychology and Health*, 4, 213-220.
- Smolak, L., Levine, M.P., Thompson, J.K. (2001). The use of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire with middle school boys and girls. *International Journal of Eating Disorders*, 29, 216-223.
- Stice, E. (1994). Review of the evidence for a sociocultural model of bulimia nervosa and an exploration of the mechanisms of action. *Clinical Psychology Review*, 16, 633-661.

- Stice, E. (2002). Body Image and Bulimia Nervosa. U T.F. Cash, T. Pruzinsky (Ur.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, 304-311. New York: The Guilford Press.
- Stice, E., Bearman, S.K. (2001). Body-image and eating disturbances prospectively predict increases in depressive symptoms in adolescent girls: A growth curve analyses. *Developmental Psychology*, 37, 597-607.
- Striegel-Moore, R.H., Franko, D.L. (2002). Body Image Issues among Girls and Women. U T.F. Cash, T. Pruzinsky (Ur.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, 183-191. New York: The Guilford Press.
- Stunkard, A.J., Sorenson, T., Schlusinger, F. (1983). Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. U: S. Kety, L.P. Rowland, R.L. Sidman, S.W. Matthyse (Ur.), *The genetics of neurological and psychiatric disorders*, 115-120. New York: Raven Press.
- Tantleff-Dunn, S. (2001). Breast and Chest Size: Ideals and Stereotypes through the 1990s. *Sex Roles*, 45, 231-242.
- Tantleff-Dunn, S., Gokee, J.L. (2002). Interpersonal Influences on Body Image Development. U T.F. Cash, T. Pruzinsky (Ur.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, 108-116. New York: The Guilford Press.
- Thompson, J.K. (1992). Body image: Extent of Disturbance, associated features, theoretical models, assessment methodologies, intervention strategies, and a proposal for DSM-IV diagnostic category – Body Image Disorder. U: M. Hersen, R.M. Eisler, P. M. Miller (Ur.), *Progress in behavior modification*, 3-54. Sycamore, IL: Sycamore Publishing Inc.
- Thompson, J. K., Heinberg, L.J., Altabe, M., Tantleff-Dunn, S. (1999). Exacting beauty: theory, assessment, and treatment of body image disturbance. Washington, DC: American Psychological Association.
- Thompson, J.K., Altabe, M.N. (1991). Psychometric Qualities of the Figure Rating Scale. *International Journal of Eating Disorders*, 10, 615-619.
- Thompson, J.K., Tantleff, S. (1992). Female and male ratings of upper torso: Actual, ideal, and stereotypical conceptions. *Journal of Social Behavior and Personality*, 7, 345-354.
- Thompson, J.K., van den Berg, P. (2002). Measuring Body Image Attitudes Among Adolescents and Adults. U T.F. Cash, T. Pruzinsky (Ur.), *Body Image: A Handbook of Theory, Research, and Clinical Practice*, 142-154. New York: The Guilford Press.
- Thompson, M.A., Gray, J.J. (1995). Development and validation of new body image assessment scale. *Journal of Personality Assessment*, 64, 258-269.
- Thompson, J.K., Penner, L.A., Altabe, M. N. (1990). Procedures, problems and progress in the assessment of body images . U: T. F. Cash, T. Pruzusky (Ur.), *Body images: Development deviance and change*, 21 - 48. New York: The Guildford Press.
- Wertheim, E.H., Koerner, J., Paxton, S.J. (2001). Longitudinal predictors of restrictive eating and bulimic tendencies in three different age groups of adolescent girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 30, 69-81.
- Williamson, D.A., Davis, C.J., Bennett, S.M., Goreczny, A.J., Gleaves, D.H. (1989). Development of a simple procedure for assessing body image disturbances. *Behavioral Assessment*, 11, 433-446.

- Williamson, D.A., Womble, L.G., Zucker, N.L., Reas, D.L., White, M.A., Blouin, D.C., Greenway, F. (2000). Body image assessment for obesity (BIA-O): development of a new procedure. *International Journal of Obesity*, 24, 1326-1332.
- Winstead, B.A., Cash, T.F. (1984). *Reliability and validity of the Body-Self Relations Questionnaire: A new measure of body image*. Paper presented at the meeting of the Southern Psychological Association, New Orleans.

BODY DISSATISFACTION IN ADOLESCENCE

Abstract

Body image is the subjective representation of one's physical appearance that reflects perceptions, opinions and feelings connected to one's body. The importance of body image particularly stands out as it gets compromised or distorted during growth and development when it begins to create problems in an individual's various areas of functioning. This study reviews the research of body dissatisfaction as one of body image disorders which are particularly pronounced during adolescence, a period of numerous and drastic physical changes. Although body dissatisfaction in adolescent girls is very common in Western cultures, its presence is not negligible in adolescent boys either. Their preoccupation with muscle tone and strategies of increasing muscle mass stand out as important issues related to body image. There are many factors which influence the formation and maintenance of body dissatisfaction. This paper presents an overview of some developmental and social factors, such as pubertal timing and parental and peer influence. The techniques of body dissatisfaction assessment are presented at the end of this paper.

Key words: body image, body dissatisfaction, adolescence, pubertal timing, parental influence, peer influence, body dissatisfaction assessment.