

# Odnos zadovoljstva ljubavnom vezom, slike vlastitog tijela i samopoimanja

---

Mađarić, Ivana

Master's thesis / Diplomski rad

2019

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **Josip Juraj Strossmayer University of Osijek, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Filozofski fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:142:070624>

Rights / Prava: [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-12-20**



Repository / Repozitorij:

[FFOS-repository - Repository of the Faculty of Humanities and Social Sciences Osijek](#)



Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

**ODNOS ZADOVOLJSTVA LJUBAVNOM VEZOM, SLIKE  
VLASTITOG TIJELA I SAMOPOIMANJA**

Diplomski rad

Ivana Mađarić

Mentor: izv. prof. dr. sc. Daniela Šincek

Osijek, 2019.

Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku

Filozofski fakultet

Odsjek za psihologiju

Studij: diplomski studij psihologije

**ODNOS ZADOVOLJSTVA LJUBAVNOM VEZOM, SLIKE  
VLASTITOG TIJELA I SAMOPOIMANJA**

Diplomski rad

Područje društvenih znanosti, polje psihologija, grana socijalna psihologija

Ivana Mađarić

Mentor: izv. prof. dr. sc. Daniela Šincek

Osijek, 2019.

## IZJAVA

Izjavljujem s punom materijalnom i moralnom odgovornošću da sam ovaj rad samostalno napravila te da u njemu nema kopiranih ili prepisanih dijelova teksta tuđih radova, a da nisu označeni kao citati s napisanim izvorom odakle su preneseni. Svojim vlastoručnim potpisom potvrđujem da sam suglasna da Filozofski fakultet Osijek trajno pohrani i javno objavi ovaj moj rad u internetskoj bazi završnih i diplomskih radova knjižnice Filozofskog fakulteta Osijek, knjižnice Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku i Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu.

U Osijeku, 10. 6. 2019.

JMBAG: 0122216129

Potpis:

Ivana Matarić

## Sadržaj

Uvod .....	1
Zadovoljstvo tijelom.....	1
Samopoimanje .....	3
Odnos nekih čimbenika partnerskih odnosa i zadovoljstva tijelom .....	5
Cilj istraživanja .....	8
Problemi .....	8
Hipoteze .....	8
Metoda.....	9
Sudionici i postupak .....	9
Instrumenti.....	9
Rezultati .....	11
Rasprava .....	16
Ograničenja i doprinosi istraživanja te buduće smjernice .....	21
Zaključak.....	22
Literatura .....	23

## **Odnos zadovoljstva ljubavnom vezom, slike vlastitog tijela i samopoimanja**

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati odnos između zadovoljstva ljubavnom vezom, slike vlastitog tijela te samopoimanja kod mladih odraslih osoba. Istraživanje je provedeno *online* na 269 ispitanika u ljubavnoj vezi u dobi od 18 do 30 godina. Kao mjera razine zadovoljstva vezom korišten je Upitnik procjene zadovoljstva vezom (Hendrick, 1988), za procjenu razine nezadovoljstva tijelom te percepcije partnerovog nezadovoljstva tijelom ispitanika korištena je Skala procjene crteža ljudske figure (Thompson i Gray, 1995), kao mjera seksualnog zadovoljstva korišten je Indeks seksualnog zadovoljstva (Hudson, 1987) te za ispitivanje razine samopoimanja korištena je Skala generalnog samopoimanja preuzeta iz Marshovog upitnika samoopisivanja III (Marsh i O'Neill, 1984). Rezultati su pokazali da postoji značajna povezanost samopoimanja i zadovoljstva vezom te samopoimanja i nezadovoljstva tijelom. Suprotno očekivanjima, nije pronađena značajna povezanost zadovoljstva vezom i nezadovoljstva tijelom te nisu pronađene značajne spolne razlike u ovim povezanostima. Trajanje veze, zadovoljstvo ljubavnom vezom i seksualno zadovoljstvo nisu se pokazali značajnim prediktorima nezadovoljstva tijelom, dok su se kao značajni prediktori istaknuli spol, ITM, samopoimanje i percepcija nezadovoljstva partnera tijelom ispitanika. U radu se raspravlja o mogućim objašnjenjima dobivenih rezultata.

**Ključne riječi:** romantični odnosi, zadovoljstvo ljubavnom vezom, slika tijela, nezadovoljstvo tijelom, samopoimanje

## **The relation of relationship satisfaction, body image and self-concept**

The aim of this study was to examine relations between relationship satisfaction, body image and self-concept in young adults. The study was conducted online and involved 269 participants in a romantic relationship aged between 18 and 30. Relationship Assessment Scale (Hendrick, 1988) was used to measure the level of relationship satisfaction, Contour Drawing Rating Scale (Thompson and Gray, 1995) was used to measure participants' own body dissatisfaction and their perceptions of their significant others' dissatisfaction with their bodies, Index of Sexual Satisfaction (Hudson, 1987) was used to measure the degree of sexual satisfaction and General-self Scale from Self Description Questionnaire III (Marsh and O'Neill, 1984) was used to measure degree of general-self. Results indicated that there was statistically significant association between general-self and relationship satisfaction as well as between general-self and body dissatisfaction. Contrary to expectations, no significant correlation was found between relationship satisfaction and body dissatisfaction. Furthermore, no significant gender differences were found in these relations. Relationship length, relationship satisfaction and sexual satisfaction did not predict body dissatisfaction, whereas gender, BMI, general-self and participants' perceptions of partners' satisfaction with their body were found to significantly predict body dissatisfaction. The possible clarification of the results are discussed.

**Keywords:** romantic relationship, relationship satisfaction, body image, body dissatisfaction, self-concept

## Uvod

Žene i muškarci u zapadnim društvima suočeni su s brojnim pritiscima kada je riječ o tjelesnom izgledu. Vitkost se općenito povezuje sa srećom, ljepotom, uspjehom i društvenom prihvaćenošću, dok se prekomjerna tjelesna težina vezuje za lijenost, nedostatak volje i nepostojanje samokontrole (Grogan, 2016). Opsjednutost našeg društva savršenim tijelima vidljiva je na televiziji i društvenim mrežama, u filmovima i časopisima, čak i na dječjim igračkama. Ne iznenađuje činjenica da je loša slika o tijelu povezana s brojnim nezdravim načinima ponašanja, niskim samopoštovanjem i poremećajima kao što su depresija, pretilost i poremećaji prehrane (Saules i sur., 2009; prema Juarez i Pritchard, 2012). Iako se mediji smatraju najčešćim uzrokom iskrivljene percepcije idealnog tijela kod muškaraca i žena, ipak nisu jedini koji imaju utjecaj na takvu percepciju. Naime, teoretičari smatraju da u odrasloj dobi, romantični partneri imaju važnu ulogu u razvoju slike tijela (Tantleff-Dunn i Gokee, 2002), ali i općenito u razvoju općeg samopoimanja (Erol i Orth, 2014). Kako bi se poboljšale intervencije i programi edukacije u svrhu razvoja pozitivnije slike tijela, važno je istraživati međusoban odnos slike tijela, ljubavnih odnosa i samopoimanja te utjecaj koji romantični odnosi i samopoimanje mogu imati na nezadovoljstvo tijelom.

### Zadovoljstvo tijelom

Tjelesno samopoimanje mladih, odnosno predodžba o vlastitom tijelu ili slika tijela (engl. body image) predmet je brojnih istraživanja već šezdesetak godina. Određeno je subjektivnom percepcijom svoga tijela, zatim internaliziranim emocionalnim iskustvom o tijelu kao i internalizacijom reagiranja okoline na tijelo pojedinca. Pored toga, tjelesno samopoimanje ovisit će i o očekivanjima koje je osoba o svome tijelu izgradila, odnosno kakva je za nju idealna slika tijela (Lacković-Grgin, 1994). Prema Gardneru (2011), predodžba o vlastitom tijelu je višedimenzionalan konstrukt koji se sastoji od percepcije, stavova i ponašanja vezanih za vlastiti izgled. Komponenta stava uključuje evaluaciju tjelesnog izgleda, odnosno zadovoljstvo ili nezadovoljstvo vlastitim izgledom te važnost izgleda pojedincu. Ukoliko dođe do odstupanja u nekim komponentama tjelesnog samopoimanja, javljaju se poremećaji predodžbe vlastitog tijela. Jedan takav poremećaj je nezadovoljstvo vlastitim tijelom, a odnosi se na negativne stavove, osjećaje i razmišljanja o vlastitom tjelesnom izgledu, dijelovima tijela ili tjelesnim karakteristikama. Ono se može kretati od blagog nezadovoljstva nekim dijelovima tijela sve do ekstremnog podcjenjivanja vlastitog tijela u cjelini. Srž nezadovoljstva tijelom čini raskorak između percipiranog i idealnog oblika tijela. Što je taj raskorak veći, veće je i nezadovoljstvo

osobe vlastitim tijelom (Erceg i Kuterovac-Jagodić, 2017). Objektivna mjera ispodprosječne, prosječne ili iznadprosječne tjelesne mase pojedinca je indeks tjelesne mase (ITM) koji se dosad pokazao značajnim prediktorom tjelesnog nezadovoljstva (Weinberger, Kersting, Riedel-Heller i Luck-Sikorski, 2016). Fokus ovog istraživanja upravo je na zadovoljstvu, odnosno nezadovoljstvu tijelom budući da ono predstavlja središnju dimenziju tjelesnog samopoimanja (Cash, 2011; prema Lee, 2016) te s obzirom na teorijsku i empirijsku povezanost sa zadovoljstvom ljubavnom vezom i seksualnim aspektom ljubavne veze.

Teorije predodžbe o vlastitom tijelu općenito se mogu svrstati u jednu od tri kategorije: perceptivnu, razvojnu ili sociokulturalnu (Heinberg, 1996; prema Weller i Dziegielewski, 2005). Prema perceptivnim teorijama pojedinac sam definira svoj fizički izgled te tako slika tijela može biti pogrešno percipirana kao posljedica vizualno-prostornih poteškoća u mozgu. Ove teorije najčešće se primjenjuju kod shvaćanja razvoja poremećaja u prehrani. Razvojne teorije predlažu da se poremećaj predodžbe vlastitog tijela razvija tijekom djetinjstva i adolescencije, najčešće kao posljedica zadirkivanja, puberteta, maturacijskih učinaka te negativnih seksualnih iskustava. Nekoliko istraživanja je pokazalo da će adolescentice koje se razvijaju ranije od prosjeka češće razviti negativnu predodžbu o vlastitom tijelu od adolescentica koje se razvijaju kasnije (npr. Thompson, 1990; prema Weller i Dziegielewski, 2005). Najviše pažnje u literaturi dobivaju sociokulturalne teorije. Društva su ta koja već desetljećima određuju koji oblik tijela se smatra privlačnim i najpoželjnijim. Pokazalo se da je percipirana fizička privlačnost često nagrađena napredovanjem u karijeri, većim brojem socijalnih interakcija te većim izborom romantičnih partnera (Feingold, 1990; prema Weller i Dziegielewski, 2005), dok su poruke iz medija o idealnom mršavom, ali mišićavom izgledu povezane su poremećajima u prehrani i nezadovoljstvom tijelom (npr. Grogan, 1999; prema Hoyt i Kogan, 2001).

Široko je rasprostranjeno uvjerenje da su žene sklonije poremećajima predodžbe o vlastitom tijelu, kao i poremećajima hranjenja od muškaraca. Štoviše, neki istraživači ove poremećaje smatraju normativnima među ženskom populacijom (Rodin, Silberstein i Striegel-Moore, 1985; prema Lee, 2016). To se često objašnjava teorijom objektivizacije prema kojoj današnje okruženje i mediji prikazuju žene kao estetske objekte. Internalizacijom reakcija drugih na vlastiti tjelesni izgled, žene su uvjetovane da prenaglašavaju važnost dobrog izgleda. Osim toga, žene privlačnog izgleda ostvaruju bolje odnose sa suprotnim spolom, procjenjuju se seksualno poželjnima te su češće odabrane kao partnerice (Eagly, Ashmore, Makhijani i Longo, 1991; prema Hoyt i Kogan, 2001). Kako je briga o izgledu zastupljenija kod ženskog spola, nije iznenađujuće da je i nezadovoljstvo tijelom izraženije kod žena. Primjerice, u jednom



istraživanju, studenti i studentice su na siluetama trebali označiti svoj sadašnji, idealni i izgled koji bi bio privlačan suprotnom spolu. Dok kod muškaraca nije postojala značajna razlika između sadašnjeg, idealnog i oblika koji bi bio privlačan ženama, kod žena se pokazalo kako su svoj sadašnji oblik procijenile znatno većim od onog koji bi bio privlačan muškarcima, dok je idealni bio još mršaviji od onog kojeg smatraju privlačnim muškarcima (Fallon i Rozin, 1985). Međutim, sve veći broj istraživanja pokazuje kako nezadovoljstvo tijelom, kao i njegove fizičke i psihičke posljedice mogu biti razmjerno rasprostranjene i štetne kako među ženama, tako i među muškarcima (npr. Grogan i Richards, 2002; McCabe i Ricciardelli, 2004; prema Ambwani i Strauss, 2007). Naime, posljednjih se godina u popularnim medijima i muška tijela prikazuju sve mršavijima i mišićavijima nego što su prethodnih desetljeća. Ovi nerealni prikazi povećavaju vjerojatnost da će muškarci razviti negativna zdravstvena ponašanja poput uporabe steroida ili ovisnosti o vježbanju kako bi promijenili veličinu tijela u skladu s društvenim standardima (Olivardia, Pope, Borowiecki i Cohane, 2004). Osim toga, zbog sociokulturalnih pritisaka i društvenih normi muškarci su često obeshrabreni izražavati nezadovoljstvo svojim izgledom. Nasuprot tomu, čini se da se žene od rane dobi potiče da iznesu stavove prema vlastitom fizičkom izgledu i izraze nezadovoljstvo. U posljednje vrijeme vidljiv je trend izjednačavanja stupnja zadovoljstva tijelom kod muškaraca i žena mlade odrasle dobi, odnosno povećanje zadovoljstva tijelom kod žena. Ono se povezuje sa sve većim odbacivanjem ideala mršavosti u zapadnim društvima (Ferguson, 2013).

## **Samopoimanje**

Pojam o sebi, slika o sebi ili samopoimanje često se u literaturi različito imenuju, shvaćaju i tumače. Međutim, ono zajedničko u razumijevanju toga pojma kreće se u smjeru vrednovanja sebe na način kako netko misli o sebi. To je mentalna slika ili osobna percepcija sebe, odnosno subjektivni doživljaj vlastitog ja (Lacković-Grgin, 1994). Tumačenje samopoimanja kreće se uglavnom u dva smjera. Prema nekim teoretičarima postoje dva aspekta samopoimanja – samopoimanje kao nevrijednosna deskripcija sebe, odnosno deskriptivni aspekt sebe te samopoimanje kao vrijednosna deskripcija sebe, odnosno evaluativni aspekt sebe ili samopoštovanje. Tako Harter (1990; prema Brajša-Žganec, Raboteg-Šarić i Franc, 2000) smatra da je pojam o sebi višedimenzionalan konstrukt u kojem pojedinac može imati različitu percepciju svojih kompetencija u različitim područjima funkcioniranja, ali ujedno ima i opću percepciju vrijednosti sebe kao osobe. Njezin postupak mjerenja slike o sebi uključuje operacionalizaciju općeg samopoimanja, odnosno samopoštovanja na temelju percepcije

vlastite vrijednosti i procjene koliko smo zadovoljni time kakvi smo. S druge strane, brojni drugi autori smatraju da podjela na evaluativni i deskriptivni aspekt sebe nije opravdana jer ukoliko se ljudi opisuju, ujedno se i vrednuju u tim situacijama. Oba ova gledišta imaju uporišta u literaturi (McGuire, 1984; Rosenberg, 1979; prema Lacković-Grgin, 1994). Također postoje i različita tumačenja razvoja slike o sebi, ali autori se uglavnom slažu da u formiranju načina na koji se vidimo znatno utječe pretpostavka o tome kako nas vide drugi. Što je veći nesklad između potreba pojedinca i podrške i topline koju dobiva iz okoline, lošija je prilagodba i opće samopoštovanje (Brajša-Žganec i sur., 2000).

Uz kognitivni razvoj mladih, za razvoj deskriptivnog i evaluativnog aspekta samopoimanja na svim dobnim razinama najpresudniji je odnos sa značajnim osobama (Lacković-Grgin, 1994). Stoga, ne iznenađuje što je velika pažnja u istraživanjima pridana povezanosti samopoštovanja i zadovoljstva ljubavnom vezom. Način na koji se ljudi procjenjuju ima važnu ulogu u njihovim bliskim vezama, no s obzirom na pretpostavku da su odnosi važan izvor samopoštovanja (Erol i Orth, 2014), moguće je da zadovoljstvo vezom utječe na samopoštovanje. Primjerice, Murray, Holmes, Griffin, Bellavia i Rose (2001) su utvrdili da su pojedinci s negativnim modelom samopoimanja pretjerano oprezni u romantičnim vezama. Osobe koje sumnjaju u sebe obično podcjenjuju intenzitet ljubavi partnera te lošije ocjenjuju partnere. Te sumnje i zabrinutosti kod osoba s niskim samopoštovanjem dovode do negativnijih iskustava u vezi i smanjenog zadovoljstva ljubavnom vezom (Sciangula i Morry, 2009). S druge strane, osobe s visokim samopoštovanjem izvještavaju da se osjećaju privlačnijima i simpatičnijima, ostavljaju bolji dojam na ljude i općenito imaju bolje odnose od onih s niskim samopoštovanjem (Baumeister, Campbell, Krueger i Vohs, 2003; prema Sciangula i Morry, 2009). Kako bi ispitali smjer utjecaja, Orth, Robins i Widaman (2012) su proveli dvanaestogodišnje longitudinalno istraživanje i pokazali da je samopoštovanje prediktor zadovoljstva ljubavnom vezom, dok se zadovoljstvo vezom nije pokazalo kao prediktor samopoštovanja. Ambwani i Strauss (2007) su kvalitativnom analizom istražili spolne razlike u odnosu samopoštovanja i zadovoljstva ljubavnom vezom. Dvije trećine žena spontano je spomenulo ulogu romantičnih odnosa u jačanju njihovog samopoštovanja, dok samo jedna trećina muškaraca spominje romantične odnose u tom kontekstu. Njihovi nalazi suprotstavljeni su nalazima Ortha i sur. (2012), no potvrđuju teoriju o rodnoj socijalizaciji u pogledu na važnost romantičnih odnosa za opće samopoimanje kod žena.

Velik broj istraživanja dokumentira pozitivne korelacije kada je riječ o odnosu samopoštovanja i predodžbe o vlastitom tijelu. Muškarci i žene s višim samopoštovanjem izvještavaju o pozitivnijoj predodžbi o tijelu od sudionika s nižim samopoštovanjem (npr.

Befort i sur., 2001; Sondhaus i sur., 2001; prema Ambwani i Strauss, 2007). Također, osobe s višim samopoštovanjem i manje depresivnih simptoma bili su zadovoljniji vlastitim tijelom (Boyes, Fletcher i Latner, 2007). Moguće je da pojedinci s negativnom slikom o sebi, u kulturi opsjednutoj težnjom za fizičkim savršenstvom pod gotovo svaku cijenu, odražavaju osjećaje bezvrijednosti na percepciju svoga tijela čime se stvara iskrivljena predodžba vlastitog tijela (Furnham, Badmin i Sneade, 2002). Kad je riječ o spolnim razlikama, većina istraživanja je pokazala da je povezanost samopoštovanja i predodžbe o vlastitom tijelu jača kod žena nego kod muškaraca (Furnham i sur., 2002; Miller i Downey, 1999) budući da žene stavljaju veći naglasak na izgled i privlačnost te će stoga zadovoljstvo izgledom u većoj mjeri određivati njihovo opće samopoimanje. Neka istraživanja nisu pronašla spolne razlike u toj povezanosti, iako se pokazala značajnom i za muškarce i za žene (Abell i Richards, 1996; Silberstein, Striegel-Moore, Timko i Rodin, 1988).

### **Odnos nekih čimbenika partnerskih odnosa i zadovoljstva tijelom**

Različiti sociokulturalni čimbenici pokazali su se važnima kada je riječ o tjelesnom izgledu te je utjecaj obitelji, vršnjaka i medija na razvoj predodžbe o vlastitom tijelu kod djece i adolescenata neupitan. Međutim, prijelazom u odraslu dob socijalna iskustva više nisu usmjerena na primarnu obitelj i vršnjake, već se fokus prebacuje na intimne odnose i pronalaženje romantičnog partnera. Tijekom ovog razvojnog perioda mladi odrasli ljudi pokušavaju shvatiti tko su, kako će oblikovati svoj život, a osobito s kime će ga dijeliti (Markey i Markey, 2006). Prema simboličko-interakcijskoj teoriji (LaRossa i Reitzes, 1993; prema Goins i sur., 2012) pojedinci razvijaju svoje samopoimanje kroz interakciju s drugim ljudima, a najvažniju ulogu imaju osobe značajne pojedincu. U mladoj odrasloj dobi to su najčešće romantični partneri. U kontekstu tjelesnog samopoimanja, reakcije značajnih drugih na tijelo pojedinca, kao i njegova percepcija tih reakcija, utjecat će na definiranje predodžbe pojedinca o vlastitom tijelu.

Friedman, Dixon, Brownell, Whisman i Wilfley (1999) su na uzorku od 16377 muškaraca i žena ispitali razlikuju li se pojedinci u braku od samaca s obzirom na nezadovoljstvo tjelesnim izgledom. Rezultati su pokazali kako bračni status nije značajno povezan s tjelesnim nezadovoljstvom, no nisko zadovoljstvo brakom bilo je značajno povezano s visokim nezadovoljstvom tjelesnim izgledom. Hoyt i Kogan (2001) su ispitali 101 studenta i 187 studentica te zaključili kako ne postoji značajna razlika između samaca, ispitanika u vezi te ispitanika u braku s obzirom na zadovoljstvo tijelom i zadovoljstvo fizičkom privlačnošću,

no pojedinci koji su bili manje zadovoljni svojom ljubavnom vezom i seksualnim životom bili su i manje zadovoljni tijelom. U navedenim se istraživanjima ljubavni status nije pokazao značajnim prediktorom zadovoljstva tjelesnim izgledom, no vidljivo je kako važnu ulogu ima percepcija kvalitete i zadovoljstva samom vezom.

Zdrav odnos može poslužiti kao zaštitni faktor osobama u riziku od razvoja ili pogoršanja poremećaja predodžbe tijela, dok s druge strane nezdrava veza može potaknuti ili pojačati takav poremećaj (Pole, Crowther i Schell, 2004). Moguće je da se oni u privrženim vezama manje brinu oko svoje težine i oblika tijela jer znaju da ih partneri prihvaćaju zbog onoga što jesu. Tako su Ambwani i Strauss (2007) u svome istraživanju pokazali da je zadovoljstvo romantičnom vezom prediktor tjelesnog samopoštovanja i za muškarce i za žene, pri čemu je tjelesno samopoštovanje određeno kao stupanj zadovoljstva što ga pojedinac osjeća za vlastito tijelo. Kako je već spomenuto, pokazalo se da romantične veze imaju važniju ulogu u podizanju tjelesnog samopoštovanja kod žena nego kod muškaraca. Pri tome, žene u velikoj mjeri naglašavaju ulogu partnerovog prihvaćanja njihovih tijela što u konačnici pridonosi i vlastitom prihvaćanju svoga tijela. Komplimenti ili kritike partnera također su se pokazali važnima za sliku vlastitog tijela kod 18.2% žena i 9.7% muškaraca. Iz navedenog je vidljivo da romantični odnosi imaju manji efekt na tjelesno samopoštovanje kod muškaraca nego kod žena. Markey, Markey i Birch (2001) su u svome istraživanju ispitali odnos kvalitete braka i prehrambenih navika te zaključili da je nesloga u braku predviđala nezdrave prehrambene navike među ženama, čak i kada su ITM, briga o težini, samopoštovanje i depresija stavljeni pod kontrolu. Weller and Dziegielewski (2004) su pronašli da su žene s nižim razinama zadovoljstva u vezi i povjerenja bile tjeskobnije oko svoga izgleda. S druge strane, postoje istraživanja koja nisu pronašla značajnu povezanost kvalitete ljubavne veze i zadovoljstva tjelesnim izgledom (npr. Markey i Markey, 2006), dok Juarez i Pritchard (2012) nisu pronašli značajnu povezanost posvećenosti vezi i nezadovoljstva tijelom. Ovi nedosljedni nalazi upućuju na važnost daljnjih istraživanja povezanosti ovih konstrukata, kao i spolnih razlika u toj povezanosti.

Kao što je ranije navedeno, povratne informacije koje dobivamo od partnera mogu imati značajan utjecaj na predodžbu o vlastitom tijelu. Tako će pozitivne afirmacije od partnera pridonijeti pozitivnoj svijesti o tijelu i obrnuto. Čini se da je jedan specifičan aspekt povratnih informacija osobito bitan kada je riječ o povezanosti funkcioniranja ljubavne veze i predodžbe o vlastitom tijelu, a radi se o zadovoljstvu osobe s tijelom partnera ili partnerice. Naime, iako je velik broj istraživanja pokazao da je pri procjeni potencijalnih partnerica muškarcima bitniji fizički izgled nego ženama (Buunk i sur., 2002; Singh i Young, 1995; prema Markey i Markey,

2006), čini se da su žene zabrinutije nego što bi trebale biti kada je riječ o percepciji njihovih tijela od strane suprotnog spola. Pokazalo se da su žene manje zadovoljne svojim tijelima nego što su partneri s njihovim tijelima (Markey, Markey i Birch, 2004; Markey i Markey, 2006). Osim toga, sama percepcija osobe koliko je partner zadovoljan njezinim tijelom povezana je sa zadovoljstvom vlastitim tijelom, čak više nego partnerovo stvarno zadovoljstvo (Markey i Markey, 2006; Pole i sur., 2004). Manje je ovakvih istraživanja provedeno na muškoj populaciji, no postojeći nalazi su konzistentni s rezultatima dobivenim na ženskoj populaciji. Naime, muškarci su bili manje zadovoljni vlastitim tijelima nego što su procijenili da su njihove partnerice te nego što su njihove partnerice uistinu bile. Također, pokazalo se da je vjerojatnije da će muškarci biti zadovoljni vlastitim tijelom ukoliko su smatrali da su njihove partnerice zadovoljne njihovim tijelom (Goins i sur., 2012).

Kada je riječ o povezanosti seksualnosti i slike tijela, istraživanja su pokazala da je slika tijela povezana s seksualnim iskustvom i učestalošću seksualnih aktivnosti (npr. Gillen, Lefkowitz, i Shearer, 2006; Wiederman, 2000; prema Goins i sur., 2012). Jedno objašnjenje ove povezanosti je da će pojedinci nezadovoljni svojim tijelom vjerojatnije biti samosvjesni tijekom seksualne aktivnosti, što može umanjiti njihov interes za seks (Fredrickson i Roberts, 1997; prema Vasilenko, Ram i Lefkowitz, 2011). S druge strane, moguće je da zadovoljavajuća seksualna iskustva mogu dovesti do toga da se pojedinci osjećaju pozitivnije oko svoga izgleda jer osjećaju da ih partner smatra privlačnima za seksualnu aktivnost (Wiederman, 2005; prema Vasilenko i sur., 2011). Također, seksualne disfunkcije mogu se tumačiti kao znak fizičke neprivlačnosti ili nepoželjnosti, što izgledno dovodi do nezadovoljstva predodžbom vlastitog tijela (Tantleff-Dunn i Gokee, 2002). Zapravo kombinacija postojećih tjelesnih ideala u društvu, izloženost tijela tijekom seksualne aktivnosti te sklonost samoobjektivizaciji ukazuju na odnos između seksualnog zadovoljstva i slike tijela (Træen, Markovic i Kvalem, 2016). Goins i sur. (2012) su pronašli da su muškarci bili zadovoljniji tijelom kada su percipirali relativno visoku razinu seksualne intimnosti u vezi, dok se u istraživanju Laus i sur. (2018) strast pokazala kao prediktor tjelesnog zadovoljstva kod oba spola. Strast se veže za privlačnost i seksualnu aktivnost što ukazuje na poželjnost osobe, a time i bolju sliku o vlastitom tijelu.

Prijašnja istraživanja nisu pokazala konzistentne rezultate kada je riječ o odnosu trajanja ljubavne veze i zadovoljstva tjelesnim izgledom. Primjerice, Markey i Markey (2006) su pretpostavili da će žene koje su dulje u ljubavnoj vezi osjećati sigurnost koju će prenijeti na više rezultate zadovoljstva tjelesnim izgledom, no nisu pronašli značajnu povezanost između te dvije varijable. Međutim, pokazalo se da su žene u duljim vezama češće smatrale da su njihovi partneri nezadovoljni njihovim tijelima. U istraživanju Goinsa i sur. (2012) provedenom na 104

ljubavna para, trajanje ljubavne veze također se nije pokazalo značajnim prediktorom zadovoljstva tjelesnim izgledom. Za razliku od navedenih istraživanja, Laus i sur. (2018) su pronašli da je trajanje veze značajan prediktor tjelesnog nezadovoljstva kod oba spola što objašnjavaju smanjenim pozitivnim povratnim informacijama od partnera vezanim za tjelesni izgled u kasnijim periodima veze.

### **Cilj istraživanja**

Ispitati odnos zadovoljstva ljubavnom vezom, slike vlastitog tijela i samopoimanja.

### **Problemi**

1. Ispitati postoje li povezanosti i koji je smjer povezanosti zadovoljstva ljubavnom vezom, nezadovoljstva tijelom i općeg samopoimanja.
2. Ispitati postoje li spolne razlike u odnosu zadovoljstva ljubavnom vezom, nezadovoljstva tijelom i općeg samopoimanja.
3. Ispitati doprinos trajanja ljubavne veze, zadovoljstva ljubavnom vezom, zadovoljstva seksualnim životom, percepcije partnerovog nezadovoljstva tijelom ispitanika te općeg samopoimanja nezadovoljstvu tijelom.

### **Hipoteze**

H1. Postoji statistički značajna negativna povezanost između zadovoljstva ljubavnom vezom i nezadovoljstva tijelom te između samopoimanja i nezadovoljstva tijelom, dok će između zadovoljstva ljubavnom vezom i samopoimanja postojati značajna pozitivna povezanost.

H2. Kod žena se očekuje veća negativna povezanost između zadovoljstva ljubavnom vezom i nezadovoljstva tijelom te između samopoimanja i nezadovoljstva tijelom, dok će između zadovoljstva ljubavnom vezom i samopoimanja postojati veća pozitivna povezanost kod žena nego kod muškaraca.

H3. Očekuje se da će trajanje ljubavne veze, zadovoljstvo ljubavnom vezom, zadovoljstvo seksualnim aspektom ljubavne veze, percepcija ispitanika koliko je partner nezadovoljan

njegovim/njezinim tijelom te opće samopoimanje značajno doprinijeti objašnjenju varijance nezadovoljstva tijelom.

## Metoda

### Sudionici i postupak

U istraživanju je sudjelovalo 269 sudionika, od toga 135 (50.2%) muškaraca i 134 (49.8%) žena koji su trenutačno u bilo kakvom obliku ljubavne veze. Riječ je o sudionicima mlađe odrasle dobi od 18 do 30 godina, a prosječna dob iznosila je  $M = 23.26$  ( $SD = 3.013$ ). Tako je 4.5% sudionika svoju ljubavnu vezu opisalo kao otvorenu vezu, 1.9% kompliciranu, a 8.6% kao monogamnu vezu u začetku koja još nije postala ozbiljna. Ostalih 85% sudionika je u ozbiljnoj vezi, a od toga je njih 9.7% u braku. Što se tiče mjesta stanovanja, 26.4% sudionika je sa sela, 32.3% iz manjeg grada (do 10 000 stanovnika), dok je 41.3% sudionika iz većeg grada (preko 10 000 stanovnika). S obzirom na ITM, samo 2.6% sudionika spada u kategoriju pothranjenih, 66.9% sudionika je normalne tjelesne težine, dok je ostalih 30.5% prekomjerne tjelesne težine ili pretilo.

Istraživanje je provedeno *online* putem objava na društvenim mrežama pri čemu se koristila Google online aplikacija za prikupljanje podataka. U uvodnoj uputi sudionicima je ukratko objašnjena svrha istraživanja s naglaskom na dobrovoljnost i anonimnost istraživanja. Na kraju upitnika navedeni su kontakti besplatnih savjetovališta kojima se mogu javiti ukoliko ih istraživanje uznemiri. Rješavanje upitnika trajalo je oko 10 minuta.

### Instrumenti

*Opći upitnik sociodemografskih karakteristika* sudionika koristio se u svrhu prikupljanja podataka o dobi, spolu, veličini mjesta stanovanja te trajanju i ozbiljnosti ljubavne veze. Osim toga, sudionike se tražilo da upišu podatke o trenutnoj težini i visini na temelju kojih se izračunao indeks tjelesne mase (ITM). ITM izračunat na temelju samoiskaza sudionika predstavlja valjanu mjeru s obzirom na visoki koeficijent povezanosti stvarne tjelesne težine i visine te iskazane vrijednosti (Tehard, van Liere, Com Nougou i Clavel-Chapelon, 2002).

Za mjerenje zadovoljstva tijelom te mjerenje percepcije ispitanika koliko je partner/ica zadovoljan njegovim/njezinim tijelom koristila se *Skala procjene crteža ljudske figure* (*engl. Contour Drawing Rating Scale - CDRS*; Thompson i Gray, 1995). Ova skala sadrži devet figura ženskog i devet figura muškog tijela rangiranih prema rastućoj težini od najvitkije do najkrupnije. Od ispitanika se traži da odaberu onu figuru za koju procjenjuju da u najvećoj mjeri

odgovara njihovom sadašnjem tjelesnom izgledu, a potom figuru koja odgovara njihovu željenom tjelesnom izgledu. Razlika predstavlja individualnu razinu nezadovoljstva tijelom. Osim toga, od ispitanika se traži da odaberu onu figuru za koju procjenjuju da u najvećoj mjeri opisuje kako partner vidi njihovo tijelo, a potom figuru za koju procjenjuju da najbolje opisuje kako bi partner volio da ispitanik izgleda. Razlika predstavlja percepciju ispitanika koliko je partner zadovoljan njihovim tijelom. Što je odstupanje veće, veće je i nezadovoljstvo osobe, odnosno percepcija nezadovoljstva partnera. U svrhu istraživanja koristila se modificirana skala prema kojoj su uklonjena rebra s crteža 1-3 zbog sličnosti s grudima te su lica prekrivena crnim kvadratima (Frederick, Forbes i Berezovskaya, 2008). Prema prijašnjih istraživanjima pouzdanost tipa test-retest se za procjene sadašnjeg tjelesnog izgleda kreće od .77 do .84, a za procjenu idealnog tjelesnog izgleda od .65 do .78 (Thompson i Gray, 1995). Dobiven je koeficijent unutarnje konzistencije  $\alpha = .73$  za razinu nezadovoljstva tijelom te  $\alpha = .80$  za percepciju partnerovog nezadovoljstva tijelom sudionika.

Zadovoljstvo ljubavnom vezom ispitalo se ***Upitnikom procjene zadovoljstva vezom*** (engl. *Relationship Assessment Scale - RAS*; Hendrick, 1988), unidimenzionalnim upitnikom koji je prikladan za sve vrste romantičnih veza. Sastoji se od sedam tvrdnji na koje sudionik odgovara na način da procijeni svoj stupanj slaganja na skali od A do E pri čemu odgovor A označava najmanje slaganje ili potpuno neslaganje sa sadržajem tvrdnje, a odgovor E označava potpuno slaganje. Za svaku tvrdnju odgovori se blago razlikuju. Ukupni rezultat formira se na način da se zbroj svih odgovora podijeli brojem sedam pri čemu je A = 1, B = 2, C = 3, D = 4 i E = 5. Čestice 4 i 7 obrnuto se boduju od ostalih. Veći rezultat ukazuje na veće zadovoljstvo ili višu kvalitetu veze. U prvim primjenama skala je pokazala zadovoljavajuću pouzdanost ( $\alpha = .86$ ) (Hendrick, 1988), što se pokazalo i u ovom istraživanju ( $\alpha = .85$ ).

Za mjerenje zadovoljstva seksualnim aspektom veze koristio se ***Indeks seksualnog zadovoljstva*** (engl. *Index of Sexual Satisfaction – ISS*; Hudson, 1987). Sastoji se od 25 čestica pomoći kojih se mjeri stupanj problema i nezadovoljstva seksualnim aspektom veze, a pri formiranju ukupnog rezultata čestice postavljene u pozitivnom obliku (1, 2, 3, 9, 10, 12, 16, 17, 19, 21, 22, 23, 24) obrnuto su bodovane. Zadatak sudionika je procijeniti na skali od 7 stupnjeva koliko često se svaka od navedenih tvrdnji odnosi na njega (1 = nikad, 7 = uvijek). Ukupni rezultat varira od 0 do 100, pri čemu rezultati iznad 30 ukazuju na klinički značajan stupanj nezadovoljstva. Dobiveni Cronbachov koeficijent pouzdanosti iznosi  $\alpha = .91$ , što je u skladu s koeficijentom dobivenim u ranijim istraživanjima ( $\alpha = .92$ ; Hudson, 1987).

Za mjerenje općeg samopoimanja koristio se ***Marshov upitnik samoopisivanja III*** (engl. *Self Description Questionnaire III – SDQ III*; Marsh i O'Neill, 1984). Marshov upitnik



samoopisivanja III koristi se pri ispitivanju osoba starijih od 18 godina te sadrži 13 subskala. Za potrebe ovog istraživanja korištena je samo Skala generalnog samopoimanja temeljena na Rosenbergovoj skali samopoštovanja. Skala generalnog samopoimanja ima 12 čestica, a sudionici odgovaraju na skali od 1 do 6. Ukupni rezultat dobiva se zbrajanjem rezultata na pojedinim česticama s tim da se odgovori na česticama: 2, 4, 7, 9, 10 i 12 obrnuto boduju. Veći postignuti rezultat ukazuje na više opće samopoimanje. U prijašnjim istraživanjima vrijednosti Cronbach alfa kreću se od .80 do .90 (Marsh i O'Neill, 1984), dok u ovom istraživanju iznosi  $\alpha = .90$ .

## Rezultati

Prije obrade podataka proveden je Kolmogorov – Smirnovljev test kako bi se provjerilo distribuiraju li se rezultati prema normalnoj raspodjeli. K-S testom je utvrđeno kako distribucije svih varijabli značajno odstupaju od normalne ( $p < .01$ ). Field (2013) navodi da se zbog svojih ograničenja, rezultati ovoga testa trebaju tumačiti u kombinaciji s indeksima asimetričnosti i zakrivljenosti te vizualnom inspekcijom histograma. Naime, ukoliko je indeks asimetričnosti manji od tri, a indeks spljoštenosti manji od osam, distribucije je prihvatljivo tretira kao normalne (Kline, 2005). Rezultati na skali zadovoljstva ljubavnom vezom i samopoimanja pokazuju tendenciju grupiranja oko viših vrijednosti što ukazuje na negativno asimetričnu distribuciju (indeksi asimetričnosti kreću se od - 0.52 do - 1.76), dok su distribucije rezultata seksualnog nezadovoljstva, nezadovoljstva tjelesnim izgledom te percepcijom partnerovog nezadovoljstva tjelesnim izgledom ispitanika pozitivno asimetrične (indeksi asimetričnosti kreću se od 0.90 do 1.83). Indeksi spljoštenosti su također unutar zadanih raspona, stoga je opravdano koristiti parametrijske postupke. U daljnjoj obradi korišten je *t*-test, Pearsonovi koeficijenti korelacije, Fisherov *z*-test te hijerarhijska regresijska analiza, ali prije testiranja hipoteza izračunate su deskriptivne vrijednosti varijabli korištenih u istraživanju te su prikazane u Tablici 1.

Tablica 1. Aritmetičke vrijednosti, standardne devijacije, teorijski minimum i maksimum te postignuti minimum i maksimum mjerenih varijabli ( $N = 269$ )

Varijabla	$M$	$SD$	$Tmin$	$Tmax$	$Pmin$	$Pmax$
Dob	23.26	3.013	-	-	18	30
ITM	23.54	3.405	-	-	16.51	37.64
Zadovoljstvo ljubavnom vezom	4.36	0.603	1.00	5.00	1.57	5.00
Nezadovoljstvo seksualnim aspektom veze	17.36	13.563	0	100	0	72
Samopoimanje	55.14	10.539	12	72	26	72
Percepcija nezadovoljstva partnera	0.74	1.065	0	8	0	6
Nezadovoljstvo tijelom	1.23	0.970	0	8	0	5

**Legenda:**  $Tmin$  – teorijski minimum,  $Tmax$  – teorijski maksimum,  $Pmin$  – postignuti minimum,  $Pmax$  – postignuti maksimum

Vidljivo je kako većina sudionika postiže visoke rezultate na Upitniku procjene zadovoljstva vezom te je najviši mogući rezultat ujedno i najučestaliji ( $D = 5.00$ ) pa se može zaključiti da su sudionici zadovoljni svojom vezom. Većina sudionika je zadovoljna seksualnim aspektom svoje veze budući da postižu umjereno niske rezultate na Indeksu seksualnog zadovoljstva. Važno je napomenuti da niži rezultat označava veće seksualno zadovoljstvo, pri čemu rezultati iznad 30 ukazuju na značajan stupanj nezadovoljstva. Većina sudionika nalazi se ispod te granice (81.41%), dok je 18.59% sudionika iskazalo značajan stupanj seksualnog nezadovoljstva. Na skali samopoimanja raspon rezultata kreće se od 26 do 72 što znači da sudionici dostižu teorijski maksimum. U prosjeku sudionici postižu umjereno visoke rezultate ( $M = 55.14$ ), dok je najučestaliji rezultat nešto viši od prosječnog ( $D = 60$ ). Središnji rezultat percepcije partnerovog nezadovoljstva tijelom ispitanika je nizak ( $M = 0.74$ ) te je za većinu ispitanika ta diskrepancija između ispitanikove percepcije kako ga partner vidi i kako bi partner volio da izgleda vrlo mala ili je nema. To je vidljivo i iz najučestalijeg rezultata ( $D = 0$ ). Kod nezadovoljstva vlastitim tijelom središnji rezultat je nešto viši ( $M = 1.23$ ) te je iz najučestalijeg rezultata ( $D = 1$ ) vidljivo kako kod većine sudionika postoji diskrepancija između idealnog i željenog izgleda. Kod ukupno 21.9% sudionika diskrepancija je jednaka nuli što označava zadovoljstvo vlastitim tijelom, dok je ostalih 78.1% sudionika manje ili više nezadovoljno svojim tijelom. Pokazalo se da postoji statistički značajna razlika između percepcije partnerova nezadovoljstva tijelom i nezadovoljstva vlastitim tijelom  $t(268) = -7.73$ ,  $p < .01$ . Sudionici su bili manje zadovoljni vlastitim tijelom nego što su procijenili da su njihovi partneri. Pronađena je i statistički značajna razlika između muškaraca i žena s obzirom na nezadovoljstvo tijelom

$t(267) = -3.68, p < .01$ , što nam kazuje da su žene nezadovoljnije vlastitim tijelom u odnosu na muškarce.

Kako bi se ispitao odnos između zadovoljstva ljubavnom vezom, nezadovoljstva tjelesnim izgledom i općeg samopoimanja izračunati su Pearsonovi koeficijenti korelacije, a rezultati su prikazani u Tablici 2.

Tablica 2. Korelacije između nezadovoljstva tijelom, zadovoljstva ljubavnom vezom i samopoimanja

	Nezadovoljstvo tijelom	Zadovoljstvo vezom	Samopoimanje
Nezadovoljstvo tijelom	-	-.01	-.28**
Zadovoljstvo vezom	-	-	.28**

**Legenda:** \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

Iz tablice je vidljivo kako nije pronađena statistički značajna povezanost nezadovoljstva tijelom i zadovoljstva ljubavnom vezom  $r = -.01, p > .05$ . Međutim, pretpostavljena hipoteza je djelomično potvrđena budući da je pronađena statistički značajna negativna povezanost nezadovoljstva tijelom i samopoimanja  $r = -.28, p < .01$  te statistički značajna pozitivna povezanost samopoimanja i zadovoljstva ljubavnom vezom  $r = .28, p < .01$ . Varijable nezadovoljstvo tijelom i samopoimanje, jednako kao i varijable zadovoljstvo vezom i samopoimanje dijele 7.84% varijance.

Kod ispitivanja druge hipoteze, zadane korelacije su provjerene odvojeno za muškarce i žene. Ponovno nije pronađena značajna povezanost nezadovoljstva tijelom i zadovoljstva vezom ni kod muškaraca ni kod žena, stoga nije provedena daljnja analiza za navedene korelacije. Kod zadovoljstva vezom i samopoimanja koeficijent korelacije kod žena iznosio je  $r = .24, p < .01$ , dok je kod muškaraca taj koeficijent iznosio  $r = .32, p < .01$ . To je suprotno pretpostavljenoj hipotezi s obzirom da je dobivena veća povezanost kod muškaraca nego kod žena, no provjereno je li razlika između tih koeficijenata statistički značajna. Za transformaciju korelacija u  $z$  vrijednosti korišten je Fisherov  $z$ -test te je daljnjim uvrštavanjem u zadanu formulu dobivena vrijednost  $z = 0.721, p > .05$  što nam kazuje da razlika koeficijenata korelacije nije statistička značajna. Zatim su ispitani koeficijenti korelacije nezadovoljstva tijelom i samopoimanja te je kod žena ta povezanost iznosila  $r = -.29, p < .01$ , a kod muškaraca  $r = -.20, p < .05$ . Ponovno je provjerena značajnost razlika između zadanih koeficijenata te je dobivena

vrijednost  $z = 0.891$ ,  $p > .05$ , odnosno nije pronađena statistički značajna razlika u povezanosti ovih varijabli između muškaraca i žena.

Kako bi se ispitaio doprinos prediktorskih varijabli objašnjenju varijance nezadovoljstva tijelom, provedena je hijerarhijska regresijska analiza. Prije provedbe analize, provjerene su osnovne pretpostavke za ovaj postupak. Utvrđeno je da su zadovoljeni preduvjeti normalnosti distribucije, nezavisnosti reziduala, linearnosti, homogenosti varijanci te izostanak multikolinearnosti. Normalnost distribucija je provjerena ranije, a nezavisnost reziduala je potvrđena Durbin-Watsonovim testom čija vrijednost iznosi 2.19 i nalazi se unutar zadanih intervala. Također, utvrđeno je da nema multikolinearnosti, budući da Tolerance vrijednosti nisu bile manje od 0.10, dok VIF vrijednosti nisu bile veće od 10. Nakon toga su izračunate međusobne korelacije mjerenih varijabli (Tablica 3).

Tablica 3. Korelacijska matrica korištenih varijabli ( $N = 269$ )

Varijabla	2	3	4	5	6	7	8
1. Nezadovoljstvo tijelom	.22**	.25**	-.28**	.10	.06	-.01	.47**
2. Spol	-	-.43**	-.17**	.05	.04	-.09	-.00
3. ITM		-	.10	-.00	-.05	.06	.20**
4. Samopoimanje			-	-.02	-.35**	.28**	-.25**
5. Trajanje veze				-	.13*	.05	.05
6. Seksualno nezadovoljstvo					-	-.57**	.10
7. Zadovoljstvo vezom						-	-.03
8. Perc. nezadovoljstva partnera							-

**Legenda:** \*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$ ; spol: 1-muškarci, 2-žene

Kao što je i očekivano, pokazala se povezanost spola, indeksa tjelesne mase, samopoimanja te percepcije nezadovoljstva partnera tijelom sudionika s kriterijskom varijablom nezadovoljstva vlastitim tijelom. Dobivene korelacije s kriterijem kreću se od slabih do umjerenih, a najveća je ona između kriterija i percepcije nezadovoljstva partnera tijelom ispitanika ( $r = .47$ ,  $p < .01$ ). Suprotno očekivanjima, čimbenici ljubavne veze kao što su trajanje, nezadovoljstvo seksualnim aspektom veze te zadovoljstvo ljubavnom vezom nisu značajno povezani s nezadovoljstvom tijelom. Kada je riječ o značajnim korelacijama među prediktorima, pronađena je značajna pozitivna povezanost spola i ITM-a te spola i samopoimanja. Također, samopoimanje je pozitivno povezano sa zadovoljstvom vezom te

negativno sa seksualnim nezadovoljstvom i percepcijom nezadovoljstva partnera tijelom ispitanika. Mala pozitivna povezanost pronađena je između trajanje veze i seksualnog nezadovoljstva, dok je najveća povezanost pronađena između seksualnog nezadovoljstva i zadovoljstva ljubavnom vezom ( $r = -.58, p < .01$ ).

U regresijskoj analizi u prvom koraku uključene su varijable spola i indeksa tjelesne mase kao kontrolne varijable. U drugom koraku uključeno je opće samopoimanje kao relativno stabilna karakteristika pojedinca. Duljina veze, zadovoljstvo seksualnom aspektom veze te zadovoljstvo vezom stavljeni su u treći blok kao čimbenici ljubavne veze, dok je u posljednjem bloku uvrštena percepcija partnerova zadovoljstva tijelom ispitanika. Rezultati provedene hijerarhijske regresijske analize prikazani su u Tablici 4.

Tablica 4. Rezultati hijerarhijske regresijske analize za kriterij nezadovoljstvo tijelom ( $N = 269$ )

	1.	2.	3.	4.
Prediktori	$\beta$	$\beta$	$\beta$	$\beta$
Spol	.40**	.36**	.36**	.34**
ITM	.42**	.43**	.43**	.34**
Samopoimanje		-.26**	-.28**	-.19**
Trajanje veze			.08	.06
Seksualno nezadovoljstvo			-.00	-.02
Zadovoljstvo vezom			.07	.05
Percepcija partnerova nezadovoljstva				.36**
$\Delta R^2$	.20**	.07**	.01	.11**
$R^2$	.20	.26	.27	.39

**Legenda:**  $\beta$  = standardizirani beta koeficijent;  $R^2$  = koeficijent multiple determinacije;  $\Delta R^2$  = promijenjeni koeficijent multiple determinacije; \*\*  $p < .01$

Ukupni model objašnjava 38.5% varijance nezadovoljstva tijelom. U prvom bloku značajnima su se pokazala oba uvrštena prediktora, a zajedno objašnjavaju 19.5% varijance. Opće samopoimanje doprinosi 6.5% objašnjenju zadovoljstva tijelom, a zajedno s prvim blokom objašnjava 26%. Čimbenici ljubavne veze iz trećeg bloka ne doprinose značajno objašnjenju varijance nezadovoljstva vlastitim tijelom te zajedno s njima ukupni doprinos iznosi 27% varijance. Naposljetku, u četvrtom bloku uvrštena je percepcija partnerova

nezadovoljstva tijelom ispitanika koja objašnjava 11.4% ukupne varijance kriterija. Zajedno s prethodnim blokovima objašnjava 38.5% varijance.

U posljednjem koraku hijerarhijske regresijske analize kao značajni prediktori izdvojili su se spol, ITM, opće samopoimanje te percepcija partnerova nezadovoljstva tijelom kao najznačajniji prediktor. Drugim riječima, mlade odrasle žene koje imaju viši ITM, nižu razinu općeg samopoimanja te percipiraju da su partneri nezadovoljni njihovim tijelima imaju višu razinu nezadovoljstva vlastitim tijelom.

## **Rasprava**

Cilj ovoga istraživanja bio je ispitati odnos zadovoljstva ljubavnom vezom, općeg samopoimanja i nezadovoljstva tijelom. Provjerene su i spolne razlike u ovim odnosima te moguć doprinos nekih čimbenika ljubavne veze i samopoimanja u objašnjavanju nezadovoljstva tijelom.

Prva hipoteza postavljena u ovom istraživanju djelomično je potvrđena. Pronađena je statistički značajna negativna povezanost nezadovoljstva tijelom i općeg samopoimanja što je u skladu s prijašnjim istraživanjima (Boyes i sur., 2007; Sira i White, 2010). Naime, pokazalo se da pozitivna slika o sebi i snažan osjećaj samopoštovanja doprinose zadovoljstvu vlastitim tijelom kod mladih ljudi. S druge strane, ljudi s nižim samopoštovanjem vjerojatnije će izvijestiti o nezadovoljstvu svojom tjelesnom težinom ili oblikom bez obzira na spol i dob (O'Dea, 2012). Budući da slika tijela predstavlja velik dio pojma o sebi i identiteta, ne iznenađuje da su samopoštovanje i nezadovoljstvo tijelom povezani.

Nadalje, pronađena je i statistička značajna povezanost zadovoljstva ljubavnom vezom i općeg samopoimanja. Pojedinci koji su postizali više rezultate na skali samopoimanja, bili su zadovoljniji trenutnom vezom. Prijašnja istraživanja su potvrdila kako samopoštovanje može biti korisno u formiranju i održavanju zadovoljavajuće ljubavne veze ili braka (Orth i sur., 2012; Sciangula i Morry, 2009). Murray i sur. (2001) su pronašli da je samopoštovanje povezano s percepcijom ljubavi od strane partnera. Tako pojedinci s pozitivnim modelom samopoimanja pravilno percipiraju partnerovu ljubav te su stoga i zadovoljniji ljubavnom vezom, dok pojedinci s negativnim samopoimanjem često nepotrebno sumnjaju u ljubav svoga partnera i nezadovoljniji su ljubavnom vezom.

Suprotno pretpostavljenoj hipotezi, nije pronađena statistički značajna povezanost nezadovoljstva tjelesnim izgledom i zadovoljstva ljubavnom vezom. Iako je veći broj istraživanja pronašao povezanost između ove dvije varijable (npr. Ambwani i Strauss, 2007;

Hoyt i Kogan, 2001; Markey i sur., 2001), istraživanje Markey i Markey (2006) u skladu je s dobivenim rezultatima. Naime, u njihovom istraživanju također nije pronađena značajna povezanost zadovoljstva ljubavne veze i nezadovoljstva tijelom. Morrison i sur. (2009) su proveli longitudinalno istraživanje i dobili slične rezultate. Nisu pronašli povezanost kvalitete veze i promjena u zadovoljstvu oblikom tijela, težinom ili prehranom. U oba istraživanja korištene su grafičke mjere nezadovoljstva tijelom. Ovi nalazi mogu upućivati na to da čak i osobe u skladnim vezama nisu zaštićene od sociokulturalne idealizacije mršavosti i mišićavosti. Osim toga, moguće je da je nepostojanje povezanosti nezadovoljstva tijelom i zadovoljstva vezom samo posljedica relativno homogenih izjava o zadovoljstvu veze. Primjerice, kod samo 16.4% sudionika je ukupan rezultat zadovoljstva veze bio manji od četiri (od maksimalno mogućih pet). Na nepostojanje povezanosti mogla je utjecati i odabrana mjera za ispitivanje zadovoljstva tijelom. Naime, grafičkim se mjerama zamjera nedovoljno dobra reprezentativnost forme ljudskog tijela te restrikcija raspona ponuđenih figura za procjenu (Erceg Jugović, 2011). I u ovom se istraživanju pokazalo da većina ispitanika, osobito muških, bira tek nekoliko od devet ponuđenih figura što je moglo utjecati na nedovoljno dobro razlikovanje ispitanika s obzirom na nezadovoljstvo tijelom. Ako se razmotri sadržaj čestica, moguće je da bi se upitničkim mjerama (npr. Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire; Cash, 1990) dobila bolja slika o povezanosti ovih varijabli.

Kao odgovor na drugu hipotezu, ispitano je razlikuju li se muškarci i žene značajno s obzirom na korelacije između zadovoljstva ljubavnom vezom, nezadovoljstva tijelom te samopoimanja. Pretpostavljeno je da će kod žena biti veća negativna povezanost između samopoimanja i nezadovoljstva tijelom s obzirom da prema teoriji objektivizacije žene stavljaju veći naglasak na tjelesni izgled i težinu od muškaraca. Naime, teoretičari pojma o sebi smatraju kako će se nezadovoljstvo domenom koja nam je od značajne važnosti pokazati štetnijom za samopoštovanje od domene koja nam je manje važna (Silberstein i sur., 1988). Iako se povezanost samopoimanja i nezadovoljstva tijelom pokazala nešto većom kod žena nego kod muškarca, razlika ipak nije dovoljno velika da bi se mogla smatrati značajnom. Dakle, čini se da je opće samopoimanje jednako važan čimbenik kada se radi o nezadovoljstvu tijelom, kako kod žena, tako i kod muškaraca. Iako nije u skladu s pretpostavljenom hipotezom, neka starija istraživanja dobila su slične rezultate (Abell i Richards, 1996; Silberstein i sur., 1988). Kada je riječ o povezanosti s općim samopoimanjem, moguće je da bi razlika između muškaraca i žena bila izraženija s obzirom na određeno područje tjelesnog samopoimanja. Primjerice, pokazalo se da je ženama najvažnija seksualna privlačnost, težina te fizička kondicija, dok je muškarcima važnija fizička privlačnost, snažan gornji dio tijela te fizička kondicija (Franzoi i Shields, 1984;

prema Silberstein i sur., 1988). Stoga, bilo bi korisno uzeti u obzir i multidimenzionalnu perspektivu slike tijela.

Nadalje, pretpostavka je bila da će kod žena postojati veća pozitivna povezanost između samopoimanja i zadovoljstva ljubavnom vezom što je u skladu s teorijom rodne socijalizacije koja ističe važnost ljubavnih veza za samopoimanje kod žena (Ambwani i Strauss, 2007). Suprotno očekivanjima, u ovom istraživanju povezanost samopoimanja i zadovoljstva ljubavnom vezom bila je nešto veća kod muškaraca nego kod žena. Unatoč tome, razlika između povezanosti nije se pokazala značajnom. Slične rezultate dobili su Erol i Orth (2014) u svome longitudinalnom istraživanju. Stoga, iako se muškarci i žene mogu razlikovati po tipičnim socijalnim ulogama i iako je moguće da promjene u samopoštovanju kod muškaraca i žena drugačije utječu na zadovoljstvo u vezi (Erol i Orth, 2014), čini se da je povezanost samopoštovanja i zadovoljstva ljubavnom vezom neovisna o spolu. Treba uzeti u obzir i činjenicu da su se uloge muškaraca i žena promijenile. Nekada su žene više bile usmjerene na partnerske odnose i emocionalnu povezanost s partnerom od muškaraca. U današnje vrijeme, žene imaju veći broj obaveza i društvenih uloga te je moguće da zadovoljstvo ljubavnom vezom više nije toliko važno za njihovo samopoimanje, dok se s druge strane, muškarce sve više senzibilizira da slobodnije iskazuju svoje emocije i naglašavaju važnost odnosa, prilikom čega su se razlike s obzirom na spol smanjile.

Sljedeća pretpostavka je bila da će postojati veća negativna povezanost nezadovoljstva tijelom i zadovoljstva ljubavnom vezom kod žena nego kod muškaraca. Naime, zadovoljavajući intimni odnosi ženama mogu pružiti psihološku zaštitu od svakodnevnih društvenih pritisaka za vitkim izgledom (Boyes i sur., 2007), što su potvrdili Ambwani i Strauss (2007). No, dobiveni nalazi nisu u skladu s pretpostavkom. Nije pronađena značajna povezanost nezadovoljstva tijelom i zadovoljstva ljubavnom vezom niti kod žena niti kod muškaraca. Ovaj nalaz je iznenađujući s obzirom na velik broj istraživanja koji su pronašli tu povezanost neovisno o uzorku. O nepostojanju korelacije između nezadovoljstva tijelom i zadovoljstva ljubavnom vezom neovisno o spolu sudionika bilo je riječi ranije.

Prema trećoj hipotezi očekivalo se da će spol, ITM, samopoimanje te neki čimbenici ljubavne veze kao što su trajanje veze, zadovoljstvo vezom, zadovoljstvo seksualnim aspektom i percepcija partnerova zadovoljstva tijelom ispitanika značajno doprinijeti objašnjavanju varijance nezadovoljstva tijelom. U prvom koraku hijerarhijske regresijske analize, kao kontrolne varijable stavljeni su spol i ITM. Oba su se pokazala kao značajni prediktori nezadovoljstva tijelom. Osobe ženskog spola i više tjelesne mase bile su nezadovoljnije vlastitim tijelom. Iako se u posljednje vrijeme pokazuje trend izjednačavanja stupnja



zadovoljstva tijelom kod mladih muškarca i žena, odnosno povećanje zadovoljstva tijelom kod žena (Ferguson, 2013), čini se da su na našim prostorima još uvijek postoji veći nesklad između trenutnog i idealnog izgleda kod žena nego kod muškaraca. Dobiveni rezultati u skladu su s brojnim istraživanjima koja su potvrdila da su žene nezadovoljnije vlastitim tijelima (npr. Furnham i sur., 2002; Hoyt i Kogan, 2001; Tiggemann, 2004), među kojima su i ona provedena na sličnom uzorku u hrvatskoj populaciji (Pavić, 2013). Hoyt i Kogan (2001) smatraju da žene svakodnevno primaju poruke da je mršavost jednaka privlačnosti te su sklone slijediti sliku idealnog tijela prikazanu u medijima kako bi povećale šansu pronalaženja i zadržavanja partnera, dok Tiggemann (2004) takve rezultate pripisuje većoj zabrinutosti žena za svoje tijelo i izgled budući da oni imaju veliku važnost za društveni status i vrednovanje žena. Kada je riječ o ITM-u, nije iznenađujuća njegova mogućnost predviđanja zadovoljstva tijelom. Iako je idealan oblik tijela za muškarce i žene drugačiji, koda oba spola je naglašena želja za mršavošću. Naime, kao što je poznato, u zapadnim društvima još uvijek postoje izrazito negativni stereotipi prema osobama prekomjerne težine (Thompson i sur., 1999; prema Hoyt i Kogan, 2001). Osim toga, niži ITM povezan je s višim razinama zadovoljstva tijelom jer osobe nižeg ITM-a više odgovaraju idealnom izgledu kojeg nameće društvo (Chen, Fox, Haase i Ku, 2010).

Nadalje, opće samopoimanje također se pokazalo kao značajan prediktor nezadovoljstva tijelom. Ovaj rezultat u skladu je s prijašnjim istraživanjima i pretpostavljenom hipotezom (Boyes i sur., 2007; Sira i White, 2010). Pozitivan self-koncept može poslužiti kao zaštitni štiti od događaja koji mogu oštetiti tjelesno samopoimanje, dok nisko samopoštovanje može povećati ranjivost slike vlastitog tijela. Tako snažan osjećaj vlastite vrijednosti može pomoći osobama da postanu otpornije na nerealistične tjelesne ideale kojima su svakodnevno okruženi (O'Dea, 2012).

Suprotno pretpostavljenoj hipotezi, neki od čimbenika ljubavne veze kao što su trajanje, zadovoljstvo seksualnim aspektom veze te zadovoljstvo ljubavnom vezom nisu bili povezani s nezadovoljstvom tijelom niti su se pokazali kao njegovi prediktori. Ovaj nalaz je iznenađujući s obzirom na brojna istraživanja koja su se bavila ovom tematikom i potvrdila povezanost (Ambwani i Strauss, 2007; Goins i sur., 2012; Hoyt i Kogan, 2001; Laus i sur., 2018; Træen i sur., 2016). Nekoliko istraživanja ipak je u skladu s dobivenim rezultatima. Primjerice, u istraživanju Markey i Markey (2006), niti trajanje niti zadovoljstvo vezom nisu bili prediktori nezadovoljstva tijelom pri čemu je kao mjera nezadovoljstva tijelom, kao i u ovom istraživanju, korištena Skala procjene crteža ljudske figure (Thompson i Gray, 1995). Goins i sur. (2012) također nisu pronašli da je trajanje veze prediktor nezadovoljstva tijelom kod muškaraca, dok

se seksualna intimnost pokazala kao značajan prediktor. U longitudinalnom istraživanju Morrison i sur. (2009), početna kvaliteta veze nije se pokazala kao prediktor promjena u zadovoljstvu težinom, prehranom ili oblikom tijela nakon dva mjeseca. Naposljetku, u istraživanju Juareza i Pritcharda (2012), posvećenost vezi, kao bitna odrednica zadovoljstva vezom, nije se pokazala kao prediktor nezadovoljstva tijelom. Iz navedenog je vidljivo kako rezultati istraživanja nisu jednosmjerni te je moguće da varijacije u kvaliteti i zadovoljstvu vezom nisu povezane s varijacijama u nezadovoljstvu tijelom. Čini se da osobe koje su u zadovoljavajućim i skladnim vezama nisu zaštićene od utjecaja današnjeg društva i medija koji promoviraju određeni oblik tijela kao idealan i jedino prihvatljiv. Također, budući da neka istraživanja pokazuju da nezadovoljstvo tijelom počinje jako rano, kod djevojčica čak od pete godine (Davison, Markey i Birch, 2000), moguće je da je slika tijela do odrasle dobi već čvrsto utvrđena pa je pojedincima teže internalizirati pozitivne poruke vezane za tijelo koje dobivaju od partnera u skladnim vezama. Osim toga, većina ispitanika u ovom istraživanju u dugim su i ozbiljnim vezama. S obzirom da su se izgled i privlačnost partnera pokazali važniji u počecima veze (Regan, Levin, Sprecher, Christopher i Gate, 2000), moguće je da su zadovoljavajući romantični i intimni odnosi važniji za tjelesno zadovoljstvo u kratkoročnim vezama ili početnim stadijima veze nego kasnije.

Kao najznačajniji prediktor nezadovoljstva vlastitim tijelom pokazala se percepcija partnerova nezadovoljstva tijelom ispitanika. Iako se niti zadovoljstvo vezom, niti seksualno zadovoljstvo nisu pokazali kao značajni prediktori, čini se da partneri ipak imaju važnu ulogu u nezadovoljstvu tijelom neovisno o samoj kvaliteti veze. Naime, osobe će biti manje zadovoljne vlastitim tijelima kada percipiraju da njihovi partneri nisu zadovoljni njihovim tijelima. Ovaj nalaz je u skladu s prijašnjim rezultatima (Goins i sur., 2012; Markey i Markey, 2006; Miller, 2001) i ranije spomenutom simboličko-interakcijskom teorijom. Naime, za sliku o sebi, a tako i sliku o vlastitom tijelu, vrlo važnu ulogu imaju značajni drugi. Njihove reakcije na tijelo pojedinca, ali i percepcija tih reakcija znatno doprinose predodžbi o vlastitom tijelu. S obzirom da su kod mladih odraslih osoba u vezama značajni drugi upravo ljubavni partneri, percepcija njihovog zadovoljstva doprinijet će da se pojedinci osjećaju pozitivnije po pitanju svoga tijela i obrnuto. Unatoč tome, bitno je naglasiti da je vlastito nezadovoljstvo tijelom bilo veće nego percipirano nezadovoljstvo od strane partnera. Ovaj nalaz potvrdio je rezultate prijašnjih istraživanja (Goins i sur., 2012; Markey i sur., 2004) i istaknuo samokritičnu prirodu naših stavova kada je riječ o zadovoljstvu vlastitim tijelom.

## Ograničenja i doprinosi istraživanja te buduće smjernice

Velik broj dosadašnjih istraživanja na ovu temu usredotočio se samo na muške ili samo na ženske sudionike, stoga je bilo korisno u obzir uzeti oba spola i dodatno ispitati postoje li uistinu spolne razlike kada je riječ o povezanosti samopoimanja, zadovoljstva ljubavnom vezom te zadovoljstva tijelom. Iako je ovo istraživanje jedno od rijetkih koje ispituje ovaj odnos kod mladih odraslih osoba na našim područjima, postoji nekoliko bitnih ograničenja. Naime, radi se o prigodnom uzorku što ograničava generalizaciju dobivenih rezultata. S obzirom da se radi o temi koja za neke ispitanike može biti osobne prirode, moguće je da zatvorenije i konzervativnije osobe nisu htjele sudjelovati ili iskreno odgovarati na pitanja vezana za seksualno zadovoljstvo i zadovoljstvo vezom. Dobiveni rezultati se potpuno temelje na samoprocjenama pa ih radi subjektivnosti i socijalno poželjnih odgovora treba uzeti s oprezom. Za bolji uvid u partnerske odnose i zadovoljstvo tijelom, buduća istraživanja bi u obzir trebala uzeti i podatke dobivene od partnera budući da su mnogi ishodi u vezi produkt interakcije ličnosti i iskustava partnera te je nekoliko istraživanja pokazalo dijadičku prirodu ovih odnosa (npr. Boyes i sur., 2007). Također, jedno od ograničenja istraživanja je nepostojanje mjere mišićavosti kod muškaraca, s obzirom da je procjena njihova nezadovoljstva tijelom temeljena na raskoraku između mršavijih i debljih figura. Budući da je kod muškaraca želja za mišićavošću izraženija od želje za mršavošću (Olivardia i sur., 2004), bilo bi ju korisno ispitati u budućim istraživanjima. Kako se zadovoljstvo vezom nije pokazalo kao značajan prediktor zadovoljstva tijelom, bilo bi dobro dodatno ispitati doprinos pojedinih komponenata ljubavne veze kao što su povjerenje, podrška i posvećenost partneru. Isto tako, bilo bi zanimljivo ponoviti ovakvo istraživanje koristeći i neku od upitničkih mjera za procjenu nezadovoljstva tijelom zajedno s grafičkim mjerama kako bi se dobila jasnija slika o ispitanim odnosima. Dosadašnja istraživanja pokazala su različite rezultate s obzirom na različite teorije i korištene mjere (Ambwani i Strauss, 2007; Juarez i Pritchard, 2012; Laus i sur., 2018). Osim toga, bilo bi zanimljivo ispitati i moguć utjecaj kulturalnih razlika na povezanost romantičnih odnosa i zadovoljstva tijelom budući da se tjelesni ideali te obrasci komunikacije i stavovi prema partneru razlikuju od kulture do kulture (Frederick i sur., 2008; Williamson i sur., 2012). Naposljetku, jasno je kako mnogi drugi čimbenici utječu na zadovoljstvo tijelom. Buduća istraživanja bi trebala dublje istražiti ovo pitanje i odrediti koliki je doprinos romantičnih odnosa zadovoljstvu tijelom, ako doprinos uopće i postoji, kada se u obzir uzmu i drugi faktori kao što su utjecaj medija ili drugi socijalni utjecaji.

## **Zaključak**

Cilj ovoga istraživanja bio je ispitati odnos zadovoljstva ljubavnom vezom, slike vlastitog tijela i samopoimanja kod mladih odraslih osoba u ljubavnoj vezi. Pronađena je značajna povezanost samopoimanja i zadovoljstva vezom te značajna negativna povezanost samopoimanja i nezadovoljstva tijelom. Suprotno pretpostavljenoj hipotezi, zadovoljstvo vezom nije bilo povezano s nezadovoljstvom tijelom te nisu pronađene značajne spolne razlike u ovim povezanostima. Da bi se ustanovio doprinos spola, ITM-a, samopoimanja, trajanja veze, zadovoljstva ljubavnom vezom, seksualnog nezadovoljstva te procjene nezadovoljstva partnera tijelom ispitanika provedena je hijerarhijska regresijska analiza. Rezultati su pokazali da se navedenim setom prediktorskih varijabli može objasniti 38.5% ukupne varijance nezadovoljstva tijelom. Trajanje veze, zadovoljstvo ljubavnom vezom i seksualno zadovoljstvo nisu se pokazali značajnim prediktorima nezadovoljstva tijelom, dok se kao najznačajniji prediktor istaknula percepcija nezadovoljstva partnera tijelom ispitanika.

## Literatura

- Abell, S. C. i Richards, M. H. (1996). The relationship between body shape satisfaction and self-esteem: An investigation of gender and class differences. *Journal of Youth and Adolescence*, 25(5), 691-703.
- Ambwani, S. i Strauss, J. (2007). Love thyself before loving others? A qualitative and quantitative analysis of gender differences in body image and romantic love. *Sex Roles*, 56(1-2), 13-21.
- Boyes, A. D., Fletcher, G. J. i Latner, J. D. (2007). Male and female body image and dieting in the context of intimate relationships. *Journal of Family Psychology*, 21(4), 764-768.
- Brajša-Žganec, A., Raboteg-Šarić, Z. i Franc, R. (2000). Dimenzije samopoimanja djece u odnosu na opaženu socijalnu podršku iz različitih izvora. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 6(50), 897-912.
- Cash, T. F. (1990). The psychology of physical appearance: aesthetics, attributes, and images. U: Cash, T. F. i Pruzinsky, T. (ur.), *Body images: development, deviance, and change*, 51-79. New York: Guilford Press.
- Chen, L., Fox, K. R., Haase, A. M. i Ku, P. (2010). Correlates of body dissatisfaction among Taiwanese adolescents. *Asia Pac J Clin Nutr*, 19(2), 172-179.
- Davison, K. K., Markey, C. N. i Birch, L. L. (2000). Etiology of body dissatisfaction and weight concerns among 5-year-old girls. *Appetite*, 35, 143-151.
- Erceg Jugović, I. (2011). Nezadovoljstvo tijelom u adolescenciji. *Klinička psihologija*, 4(1-2), 41-58.
- Erceg, I. i Kuterovac-Jagodić, G. (2017). Važnost nezadovoljstva tijelom u ranoj i kasnoj adolescenciji. *Liječnički vjesnik*, 139(5-6), 136-143.
- Erol, R. Y. i Orth, U. (2014). Development of self-esteem and relationship satisfaction in couples: Two longitudinal studies. *Developmental Psychology*, 50, 2291-2303.
- Fallon, A. E. i Rozin, P. (1985). Sex differences in perceptions of desirable body size. *Journal of Abnormal Psychology*, 94, 102-105.
- Ferguson, C. J. (2013). In the eye of the beholder: Thin-ideal media affects some, but not most, viewers in a meta-analytic review of body dissatisfaction in women and men. *Psychology of Popular Media Culture*, 2(1), 20-37.
- Field, A.P. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics: And sex and drugs and rock 'n' roll (4th ed.)*. London: Sage publications.

- Frederick, D. A., Forbes, G. B. i Anna, B. (2008). Female body dissatisfaction and perceptions of the attractive female body in Ghana, the Ukraine, and the United States. *Psihologijske teme*, 17(2), 203-219.
- Friedman, M. A., Dixon, A. E., Brownell, K. D., Whisman, M. A. i Wilfley, D. E. (1999). Marital status, marital satisfaction, and body image dissatisfaction. *International Journal of Eating Disorders*, 26(1), 81– 85.
- Furnham, A., Badmin, N. i Sneade, I. (2002). Body image dissatisfaction: Gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *The Journal of psychology*, 136(6), 581-596.
- Gardner, R. M. (2011). Perceptual measures of body image for adolescents and adults. U: Cash, T. F. i Smolak, L. (ur.), *Body image, Second Edition: A handbook of science, practice and prevention*, 146-153. New York: Guilford Press.
- Goins, L. B., Markey, C. N. i Gillen, M. M. (2012). Understanding men's body image in the context of their romantic relationships. *American journal of men's health*, 6(3), 240-248.
- Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. New York: Routledge.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 93–98.
- Hoyt, W. D. i Kogan, L. R. (2001). Satisfaction with body image and peer relationships for males and females in a college environment. *Sex Roles*, 45(3–4), 199–215.
- Hudson, W. W. (1987). Index of sexual satisfaction. U: Corcoran, K. i Fischer, J. (ur.), *Measures for Clinical Practice: Vol. 2 Adults*, 388-390. New York: The Free Press.
- Juarez, L. i Pritchard, M. (2012). Body dissatisfaction: Commitment, support, and trust in romantic relationships. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 22(2), 188–200.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling* (second edition). New York: Guilford Press.
- Lacković-Grgin, K. (1994). *Samopoimanje mladih*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Laus, M. F., Almeida, S. S. i Klos, L. A. (2018). Body image and the role of romantic relationships. *Cogent Psychology*, 5(1), 1-16.
- Lee, C. E. (2016). *Body image and relationship satisfaction among couples: The role of perceived partner appearance evaluations and sexual satisfaction*. Doktorska disertacija. Windsor: University of Windsor.

- Markey, C. N. i Markey, P. M. (2006). Romantic relationships and body satisfaction among young women. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 256-264.
- Markey, C. N., Markey, P. M. i Birch, L. L. (2001). Interpersonal predictors of dieting practices among married couples. *Journal of Family Psychology*, 15(3), 464-475.
- Markey, C. N., Markey, P. M. i Birch, L. L. (2004). Understanding women's body satisfaction: The role of husbands. *Sex Roles*, 51, 209–216.
- Marsh, H. W. i O'Neill, R. (1984). Self description questionnaire III: the construct validity of multidimensional self-concept ratings by late adolescents. *Journal of Educational Measurement*, 21(2), 153-174.
- Miller, D. J. (2001). Weight Satisfaction Among Black and White Couples: The Role of Perceptions. *Eating Disorders*, 9(1), 41–47.
- Miller, C. T. i Downey, K. T. (1999). A meta-analysis of heavyweight and self-esteem. *Personality and Social Psychology Review*, 3, 68–84.
- Morrison, K. R., Doss, B. D. i Perez, M. (2009). Body Image and Disordered Eating in Romantic Relationships. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 28(3), 281–306.
- Murray, S. L., Holmes, J. G., Griffin, D. W., Bellavia, G. i Rose, P. (2001). The mismeasure of love: How self-doubt contaminates relationship beliefs. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 423–436.
- O'Dea, J. A. (2012). Body Image and Self-Esteem. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, 141–147.
- Olivardia, R., Pope, H. G., Borowiecki, J. J. i Cohane, G. H. (2004). Biceps and body image: The relationship between muscularity and self-esteem, depression, and eating disorder symptoms. *Psychology of Men & Masculinity*, 5, 112-120.
- Orth, U., Robins, R. W. i Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102, 1271-1288.
- Pavić, I. (2013). *Korelati zadovoljstva tijelom kod mladih odraslih osoba*. Diplomski rad. Osijek: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Osijeku.
- Pole, M., Crowther, J. H. i Schell, J. (2004). Body dissatisfaction in married women: The role of spousal influence and marital communication patterns. *Body image*, 1, 267–278.
- Regan, P. C., Levin, L., Sprecher, S., Christopher, F. S. i Gate, R. (2000). Partner preferences: What characteristics do men and women desire in their short-term sexual and long-term romantic partners?. *Journal of Psychology & Human Sexuality*, 12(3), 1-21.

- Sciangula, A. i Morry, M. M. (2009). Self-esteem and perceived regard: How I see myself affects my relationship satisfaction. *The Journal of social psychology, 149*(2), 143-158.
- Silberstein, L. R., Striegel-Moore, R. H., Timko, C. i Rodin, J. (1988). Behavioral and psychological implications of body dissatisfaction: Do men and women differ? *Seks Roles, 19*(3-4), 219–232.
- Sira, N. i White, P. C. (2010). Individual and Familial Correlates of Body Satisfaction in Male and Female College Students. *Journal of American College Health, 58*(6), 507-514.
- Tantleff-Dunn, S. i Gokee, J. L. (2002). Interpersonal influences on body image development. U: Cash, T. F. i Pruzinsky, T. (ur.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*, 108-116. New York: Guilford Press.
- Tehard, B., van Liere, M. J., Com Nougue, C. i Clavel-Chapelon, F. (2002). Anthropometric measurements and body silhouette of women: Validity and perception. *Journal of the American Dietetic Association, 102*, 1779–1784.
- Thompson, M. A. i Gray, J. J. (1995). Development and validation of a new body-image assessment scale. *Journal of personality assessment, 64*(2), 258-269.
- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: stability and change. *Body Image, 1*(1), 29–41.
- Træen, B., Markovic, A. i Kvale, I. L. (2016). Sexual satisfaction and body image: A cross-sectional study among Norwegian young adults. *Sexual and Relationship Therapy, 31*(2), 123-137.
- Vasilenko, S. A., Ram, N. i Lefkowitz, E. S. (2011). Body image and first sexual intercourse in late adolescence. *Journal of Adolescence, 34*, 327-335.
- Weinberger, N. A., Kersting, A., Riedel-Heller, S. G. i Luck-Sikorski, C. (2016). Body dissatisfaction in individuals with obesity compared to normal-weight individuals: a systematic review and meta-analysis. *Obesity facts, 9*(6), 424-441.
- Weller, J. E. i Dziegielewska, S. F. (2005). The relationship between romantic partner support styles and body image disturbance. *Journal of Human Behavior in the Social Environment, 10*(2), 71-92.
- Williamson, H. C., Ju, X., Bradbury, T. N., Karney, B. R., Fang, X. i Liu, X. (2012). Communication behavior and relationship satisfaction among American and Chinese newlywed couples. *Journal of Family Psychology, 26*(3), 308-315.