

Hanba za vlastné telo, body image a sebahodnotenie v období strednej a neskorej adolescencie

Body shame, body image and self-esteem in the middle and late adolescence

Laura Penzešová¹, Lucia Martinčeková²

¹*Katedra psychologických vied, Fakulta sociálnych vied a zdravotníctva, Univerzita Konštantína Filozofa*

²*Katedra psychológie, Filozofická fakulta, Trnavská univerzita v Trnave*

Abstrakt

Cieľom štúdie bolo zistiť vzťah medzi hanbou za vlastné telo, body image a sebahodnotením u oboch pohlaví v období strednej a neskorej adolescencie. Výskumný súbor tvorilo 434 adolescentov ($M = 18.6$, $SD = 2.11$). Údaje boli získané pomocou subškály Hanby za vlastné telo zo Škály objektivizovaného vnímania tela, Dotazníka Body Image, Rosenbergovej škály sebahodnotenia a BMI indexu. Práca preukázala negatívny vzťah medzi hanbou za vlastné telo a body image, ako aj medzi hanbou za vlastné telo a sebahodnotením u žien aj u mužov. Výsledky ukázali, že body image pôsobí ako mediátor vzťahu medzi hanbou za vlastné telo a sebahodnotením. Ukázalo sa, že medzi hanbou za vlastné telo a BMI je slabý pozitívny vzťah iba u žien. Ženy v období strednej a neskorej adolescencie vykazovali vyššiu mieru hanby za vlastné telo ako muži. Naopak muži vykazovali vyššie sebahodnotenie a pozitívnejší body image ako ženy. Výsledky prispievajú k chápaniu hanby za vlastné telo ako dôležitého faktora sebahodnotenia v adolescencii.

Kľúčové slová: adolescencia, BMI, body image, hanba za vlastné telo, sebahodnotenie

Abstract

The primary goal of this study was to determine the relationship between body shame, body image and self-esteem in both sexes during middle and late adolescence. Body shame is defined as a negative evaluation of one's body, body's functions and aspects, such as body hair and nakedness, as well as a desire to hide one's body (Gilbert, 2002; Schooler et al., 2005). Body image means a way person thinks about and perceives his/her body, which include weight, appearance, health, and fitness (Fialová, 2006; Grogan, 2000). Previous studies show that body shame is negatively related to body image in women (Mustapic et al., 2015; Sanftner et al., 1995), however, this relationship is unclear in men. Number of previous studies show that higher body shame is related to lower self-esteem in both sexes

* Korespondenční autor: Mgr. Lucia Martinčeková, PhD., Katedra psychológie, FF TU v Trnave, Hornopotočná 23, 91701 Trnava
E-mail: lmartincekova@gmail.com

(Jankauskiene & Pajaujiene, 2012; Choma et al., 2010). This research aims at testing body image as a potential mediator between body shame and self-esteem.

The research sample consisted of 434 adolescents aged 14–21 years ($M = 18.6$, $SD = 2.11$). Data was collected by using the The Body Shame Subscale from The Objectified Body Consciousness Scale [BSS; McKinley & Hyde, 1996], Body Image Questionnaire [BIQ; Koleck, Bruchton-Schweitzer, Cousson-Gélie, Gilliard, & Quintard, 2002] and Rosenberg Self-Esteem Scale [RSES; Rosenberg, 1965]. Participants were also asked about their height and weight in order to measure BMI. The relations between variables were examined by correlation analysis, mediation analysis, and non-parametric tests for comparing groups. The study confirmed the negative correlation of body shame with body image ($r = -0.32$) and with self-esteem ($r = -0.42$) in women. Similar negative relationships were found between body image and body shame in men ($r = -0.34$) as well as between body shame and self-esteem in men ($r = -0.35$). Strong negative relationships between self-esteem and body image in women ($r = 0.68$) and men ($r = 0.66$) were found. Moreover, mediation analysis has shown that body image serves as a mediator between body shame and self-esteem. Therefore, we assume, that interventions aimed at decreasing body shame could lead to the increase in adolescents' self-esteem through the improvement of their body image. Our second goal was to measure the association of body shame with BMI in both sexes. Previous studies showed positive association between BMI and body shame in women, however, the relationship of BMI and body shame is inconsistent in men (e.g. Fredrickson et al., 1998; Mustapic et al., 2015). The results of this study showed a weak positive relationship between body shame and BMI in women ($r = 0.10$), however, the relationship between body shame and BMI was not significant in men. One of the explanations for this result might be that BMI does not determine the exact ratio of body fat and muscle mass. Also, there may be other factors which contribute to body shame in adolescents, such as eating attitudes, exercising, or media-portrayed idealized images, and these factors may be worth examining in the future studies. The third goal of this study was to measure the differences in body shame, body image, and self-esteem between women and men. As expected, women in the middle and late adolescence reported higher body shame than men. Men, on the other hand, reported higher self-esteem and more positive body image than women. The results contribute to understanding of body shame as an important factor of self-esteem during the adolescence. The results may help in the development of psychological strategies for prevention and intervention to reduce body shame.

Key words: adolescence, BMI, body image, body shame, self-esteem

Úvod

V posledných desiatich rokoch je možné pozorovať rýchly rast záujmu o koncept hanby, ktorá sa stala bohatým priestorom pre výskum v dynamike sociálnych vzťahov, ako aj v jej súvislosti so psychopatológiou (Gilbert, 2014). Ako uvádza Wolf (2000), mnohé ženy sa hanbia priznať, že triviálne obavy týkajúce sa vzhľadu, tváre či šiat sú pre ne také dôležité. Domnievame sa, že vzhľad hrá v súčasnosti v životoch adolescentov dôležitú rolu. O aktuálnosti danej problematiky pojednáva aj Fialová (2006), ktorá dodáva, že v posledných rokoch pozorujeme veľký nárast záujmu súčasného človeka o vlastné telo, predovšetkým o jeho vzhľad, ako aj začiatok honu za štíhlosťou, ktorý, podľa nej, súvisí väčšinou s pubertou. Je to spôsobené zmenou vlastného tela,

ktoré sa u žien začína zaoberať a prijíma „ženské tvary“, prináša zmätok, strach, a tiež pocity bezmocnosti (Fialová, 2006).

Pojem „body-shame“ – hanba za vlastné telo – obracia pozornosť na negatívne skúsenosti telesného vzhľadu a tiež funkcie tela, čo môže zahŕňať rôzne zmyslové modality (napríklad rôzne vône alebo dotyky) (Gilbert, 2002). Hanbu za vlastné telo je nutné odlišiť od nespokojnosti s vlastným telom („body-dissatisfaction“), nakoľko hanba okrem nespokojnosti s vlastným telom, jeho tvarom, veľkosťou a hmotnosťou, zahŕňa aj aspekty ako je vôňa, nahota či ochlpenie, a je tiež charakteristická túžbou skrývať sa a svoje telo (Schooler et al., 2005). Hanba sa týka predovšetkým tých jednotlivcov, ktorých fyzický vzhľad nezodpovedá ich predstave (Thompson & Kent, 2001). Dôležitosť témy hanby za vlastné telo v adolescencii sa preukazuje v súvislosti s častými neadaptívnymi štýlmi zvládania hanby, ako je užívanie návykových látok, hypersexuálne správanie, poruchy príjmu potravy či útočenie na iných a rovnako aj na svoje self (Gilbert, 2002; Harper, 2012). Tieto spôsoby zvládania môžu z krátkodobého hľadiska hanbu zmierniť, z dlhodobého hľadiska však môžu byť neadaptívne. Eyck (2003) uvádza, že hanba je významnou témou práve v období adolescencie, kedy môže byť budovanie identity veľmi náročné a skôr ako zmysel pre seba sa rozvíja hanba. Zároveň, adolescent sa proti hanbe často bráni predvádzajúcim správaním (Eyck, 2003).

Hanba za vlastné telo v závislosti od pohlavia a BMI

Hanba za vlastné telo v adolescencii závisí od viacerých faktorov. Jednými z nich, ktoré chceme v štúdiu preskúmať, je pohlavie a BMI. V súvislosti s pohlavím sa ukazuje, že ženy vykazujú signifikantne vyššiu úroveň hanby za vlastné telo ako muži (e.g. Brennan, Lalonde, & Bain, 2010; Doran & Lewis, 2012; Manago, Ward, Lemm, Reed, & Seabrook, 2014; Mustapic, Marcinko, & Vargek, 2016). Groganová (2000) v súvislosti s vysvetlením rozdielu v hanbe za vlastné telo u žien a mužov uvádza, že v súčasnosti je na ženy vyvíjaný väčší tlak ako na mužov. Mrazek (in Fialová, 2006) dopĺňa, že pre ženu je vlastné telo dôležitejšie ako pre muža, pretože žena je prezentovaná predovšetkým svojím telom, zatiaľ čo muž skôr svojím rozumom a racionalitou. Ďalším mediujúcim činiteľom hanby za vlastné telo je index tela BMI (body mass index), ktorý definoval v minulom storočí Belgičan Quetelet (Krch et al., 2005). Mustapic, Marcinko, Vargek (2015) a Sinclair (2006) vo výskumoch preukázali, že ženy v období adolescencie, ktoré mali vyššie BMI, negatívne hodnotili svoje telá a vykazovali vyššiu mieru hanby za vlastné telo. Lindberg, Grabe a Hyde (2007), ktorí zrealizovali svoj výskum na súbore mužov a žien v období adolescencie poukázali na signifikantný vzťah medzi BMI a hanbou za vlastné telo u oboch pohlaví. Autori Fredrickson, Roberts, Noli, Quinn a Twenge (1998) však dospeli k odlišným výsledkom a koreláciu medzi hanbou za vlastné telo a BMI preukázali iba u ženského pohlavia. Ukazuje sa, že sú potrebné ďalšie výskumy na zistenie vzťahu hanby za vlastné telo a BMI, a to špecificky u mužského pohlavia.

Vnímanie vlastného tela – body image – v adolescencii

Body image, teda telesné sebaopínanie človeka, je možné definovať ako spôsob, akým človek premýšľa o svojom tele, ako ho vníma a cíti (Grogan, 2000). Medzi základné zložky body image je možné zaradiť telesnú hmotnosť, vzhľad, zdravie a zdatnosť (Fialová, 2006). Gilbert a Thompson (2014) upozorňujú, že práve hanba za vlastné telo v období detstva a adolescencie

môže negatívne ovplyvniť vnímanie vlastného tela, ako aj celkové psychické fungovanie jednotlivca. Viaceré výskumy poukázali na negatívny vzťah medzi hanbou za vlastné telo a *body-image* u ženského pohlavia (Mustapic et al., 2015; Sanftner, Barlow, Marschall, & Tangney, 1995).

V súvislosti so vzťahom hanby za vlastné telo a *body image* je potrebné charakterizovať pozitívny a negatívny *body image*. Pozitívny *body image* je považovaný za spokojnosť s jednotlivými aspektmi tela a ich pozitívne hodnotenie a naopak, negatívny *body image* ako negatívne hodnotenie svojho tela a nespokojnosť s jeho aspektmi. Negatívny *body image* môže nadobúdať rôznu intenzitu od pocitov menšej príťažlivosti až po extrémnu posadnutosť fyzickým vzhľadom, ktorá narúša normálne fungovanie človeka (Bell & Rushfort, 2008). Pri uvažovaní nad pozitívnym a negatívnym *body image* je potrebné tiež prihliadať na medzipohlavné rozdiely. Vo všeobecnosti platí, že muži majú tendenciu vykazovať menšie rozpory so svojím *body image* ako ženy. Vyplýva to z toho, že muži chcú byť, v porovnaní so ženami, väčší a chcú mať viac svalovej hmoty (Vartanian, in Mustapic et al., 2016). Svalnatá postava u mužov predstavuje ideál mužnosti a stelesňuje moc, silu a agresiu (Grogan, 2000). Viaceré výskumy sa zhodujú v tom, že ženy majú signifikantne negatívnejší *body image* v porovnaní s mužmi (e.g. Bell & Rushfort, 2008; Brennan, Lalonde, & Bain, 2010; La Rocque & Cioe, 2011).

Sebahodnotenie v adolescencii

Všeobecne platnú definíciu sebahodnotenia podáva Rosenberg (1965), ktorý definuje sebahodnotenie ako pozitívny alebo negatívny postoj k sebe samému, ktorý dáva človeku pocit vlastnej hodnoty. Stotožňujeme sa aj s názorom Blatného a Plhákovej (2003), podľa ktorých je sebahodnotenie mentálna reprezentácia emočného vzťahu k sebe a na jeho utváraní sa podieľajú kognitívne, emocionálne a vôľové psychické procesy. Sebahodnotenie zahŕňa oveľa viac ako zmysel pre hodnotu seba samého [self-worth], ktorá je, podľa všetkého, človeku daná od narodenia, na rozdiel od sebahodnotenia, ktoré je získané (Branden, 1992).

Sebahodnotenie sa v priebehu adolescencie mení a môže kolísať. Za jeho kolísanie sú zodpovedné práve biologické a sociálne zmeny, ktorým adolescenti podliehajú (Wigfield, Eccles, Iver, Reuman, & Midgley, 1991), ale aj sociálne a kultúrne tlaky na dodržiavanie štíhlosti, ktoré sú v rozpore s biologickou variabilitou a prirodzenosťou ľudského tela (Krch et al., 2005). Jedným z faktorov pravdepodobne súvisiacich so sebahodnotením adolescentov je *hanba za vlastné telo*. Potvrďuje to aj autorka Tangney (1996), ktorá uvádza, že hanba ako taká môže mať negatívny dopad na sebahodnotenie človeka. Výsledky výskumu od Jankauskiene a Pajaujiene (2012) ukázali, že študentky, ktoré vykazovali vyššiu mieru hanby za vlastné telo mali nižšie sebahodnotenie. Negatívnu koreláciu medzi hanbou za vlastné telo a sebahodnotením potvrdili viaceré výskumy (e.g. Choma et al., 2010; Markham, Thompson, & Bowling, 2005; Mercurio & Landry, 2008).

Podobne ako hanba za vlastné telo, so sebahodnotením súvisí aj *body image*. Podľa Fialovej (2006), ktorá vo svojej knihe uprednostňuje na vyjadrenie *body image* pojem telesné sebapónímanie, celkové sebahodnotenie má vzťah k telesnému sebapónímaniu a atraktivite. Harter (1999) uviedol, že vnímanie telesného vzhľadu a sebahodnotenie sú nedeliteľne spojené tak, že vzhľad, ktorý vnímame, sa javí ako jediný najsilnejší prediktor sebahodnotenia u adolescentov. Na sebahodnotenie v súvislosti s *body image* bola uskutočnená rada výskumov. Van

den Berg, Mond, Eisenberg, Ackard, & Neumark-Sztainer (2010) zistili, že negatívny body image a sebahodnotenie sú úzko spojené. Viaceré výskumy ukazujú vzťah medzi negatívnym body image a nízkym sebahodnotením (e.g. Clay, Vignoles, & Dittmar, 2005; Grossbard, Lee, Neighbors, & Larimer, 2009; Masheb, Grilo, Burke-Martindale, & Rothschild, 2006; Mellor, Fuller-Tyszkiewicz, McCabe, Ricciardelli, & 2010). Je možné, že práve vyššie prežívanie hanby za vlastné telo negatívne ovplyvňuje body image, čo následne negatívne ovplyvňuje aj sebahodnotenie jednotlivca.

Predchádzajúce výskumy zhodne ukazujú, že výška sebahodnotenia v adolescencii závisí aj od pohlavia, kde muži vykazujú vyššie sebahodnotenie ako ženy (e.g. Frost & McKelvie, 2004; Kožuchová & Bašková, 2014; Quatman & Watson, 2001; Van den Berg et al., 2010). Jedným z dôvodov môže byť fakt, že ženy hodnotia vzhľad ako významne dôležitejšiu osobnú hodnotu v porovnaní s mužmi (Pliner, Chaiken, & Flett, 1987), čo môže práve súvisieť s nižším sebahodnotením. Navyše, dievčatá sú oproti chlapcom vnútorne neistejšie, majú väčšie obavy o to, či sú alebo nie sú obľúbené, majú menšiu úctu k vlastnému telu, a aj nižšie sebahodnotenie (Allgood-Merten, Lewinsohn, & Hops, 1990).

Cieľ výskumu

Hlavným cieľom našej práce bolo preskúmať vzťah hanby za vlastné telo s body image a sebahodnotením u oboch pohlaví v rámci slovenskej populácie adolescentov. Mediačnou analýzou sme si dali za cieľ zistiť či pôsobí body-image ako mediátor vzťahu hanby za vlastné telo a sebahodnotenia. Čiastkovým cieľom našej práce bolo aj preskúmanie vzťahu medzi hanbou za vlastné telo k objektívnej premennej BMI, a rovnako preskúmanie rozdielov v sebahodnotení a body image u mužského a ženského pohlavia. Zamerali sme sa tiež na zistenie medzi-pohlavných rozdielov v úrovni hanby za vlastné telo, vzhľadom na nedostatok preskúmania problematiky hanby za vlastné telo u slovenskej populácie.

Postup výskumu

Zber dát prebiehal online prostredníctvom zdieľania dotazníka, ako aj osobne. Na získavanie respondentov sme použili techniku tzv. snehovej gule (Cohen, Manion, & Morrison, 2007). Účasť vo výskume bola pre všetkých respondentov dobrovoľná a anonymná. Neplnoletých respondentov sme oslovili osobne na gymnáziách, pričom ich účasť vo výskume bola schválená ich zákonným zástupcom, ktorý podpísal informovaného súhlasu. Online zber bol realizovaný s plnoletými adolescentami, ktorí boli taktiež upovedomení o podmienkach výskumu v informovanom súhlase, s ktorým vyjadrili svoj súhlas na začiatku dotazníkovej batérie. Pri zbere údajov osobne bolo zozbieraných približne 180 odpovedí adolescentov a zvyšné odpovede sme získali online formou.

Výskumný súbor

Výskumný súbor tvorilo 434 respondentov v období strednej a neskorej adolescencie, s priemerným vekom 18.6 ($SD = 2.11$). Vekové vymedzenie respondentov vychádzalo z vymedzenia

adolescencie podľa Radzika, Sherera a Neinsteina (2009), ktoré je porovnateľné s českým autorom Macekom (2003), ktorí obdobie strednej a neskorej adolescencie datujú od 14 do 21 rokov. Ženy tvorili väčšinu výskumného súboru, ich počet bol 303, čo predstavuje 69.8%, mužov bolo 131 (30.2%).

Metódy zberu údajov

V úvode náš dotazník obsahoval demografické otázky zamerané na zisťovanie pohlavia a veku, aj otázky na výšku a hmotnosť respondentov, ktoré sme použili na výpočet Body mass index (BMI) respondentov. BMI je počítaný ako podiel hmotnosti tela v kilogramoch a druhej mocniny telesnej výšky v metroch (Fialová, 2006).

Na meranie *hanby za vlastné telo* bola použitá subškála hanby za vlastné telo [BSS – The Body Shame subscale] zo Škály objektivizovaného vnímania tela [OBCS – The Objectified Body Consciousness Scale] (McKinley & Hyde, 1996). Subškála hanby za vlastné telo pozostáva z 8 položiek, ktoré sú hodnotené na 7-bodovej Likertovej škále (napr. „keď nemám pod kontrolou svoju hmotnosťou, mám pocit, že so mnou niečo nie je v poriadku“, „mám pocit, že som zlý človek, keď nevyzerám tak dobre, ako by som mohol/a vyzerat“). Pôvodná vnútorná konzistencia subškály bola na úrovni $\alpha = 0.78$ (Greenleaf & McGreer, 2006), v našom výskumnom súbore je na porovnateľnej úrovni $\alpha = 0.82$.

Na meranie *body image* sme použili dotazník [BIQ – The Body Image Questionnaire] (Koleck, Bruchton-Schweitzer, Cousson-Gélie, & Gilliard, 2002). Ide o multidimenzionálny 19-položkový dotazník, ktorý slúži na preskúmanie dimenzionality vnímania, pocitov a postojov k vlastnému telu, ktoré respondenti hodnotia na 5-bodovej Likertovej škále. Výsledky dotazníka sú interpretované do štyroch faktorov. Faktor I. (priaznivé vs. nepriaznivé vnímanie tela), obsahujúci protikladné položky ohľadom vlastného tela, napr. či je alebo nie je zdrojom potešenia, mladé-staré. Faktor II. (odhaľovanie vs. skrývanie tela), obsahujúci protikladné položky napr. atraktívne-neatraktívne, môžu sa ho iní dotýkať-nesmú sa ho dotýkať. Faktor III. (aktívne vs. neaktívne telo), obsahujúci protikladné položky dobré-zlé zdravie, vzbudzujúce strach-odvahu a pod. Faktor IV. (pokojné vs. nervózne telo) obsahuje protikladné položky napr. vnútorne prázdny-naplnený, vzbudzujúci pokoj-hnev atď. (Bruchon-Schweitzer, 1987). Ukázalo sa, že spokojnosť s telom, ktorá súvisí s každou položkou daného dotazníka, sa javí ako všeobecná a stabilná zložka body image. Pôvodná vnútorná konzistencia dotazníka bola na úrovni $\alpha = 0.82$, v našom výskume bola na porovnateľnej úrovni, $\alpha = 0.86$. Dotazník BIQ a subškála BSS boli pre potreby výskumu na slovenskej populácii preložené dvojitém spätným prekladom z anglických originálov.

Na meranie sebahodnotenia sme použili Rosenbergovu škálu sebahodnotenia [RSES – Rosenberg Self-Esteem Scale] (Rosenberg, 1965). Ide o jednodimenzionálnu 10-položkovú škálu, na ktorú respondenti odpovedajú na 4-bodovej Likertovej škále. 5 položiek je formulovaných pozitívne (napr. „Myslím si, že mám veľa dobrých vlastností“) a 5 negatívne (napr. „Chcel by som si sám seba viac vážiť“) (Halama & Bieščad, 2006). Pôvodná reliabilita RSES sa pohybovala v rozmedzí od $\alpha = 0.72$ do $\alpha = 0.88$ (Gray-Little, Williams, & Hancock, 1997), v našom výskume bola na podobne veľmi dobrej úrovni, $\alpha = 0.87$.

Metódy analýzy údajov

Na analýzu vzťahov medzi premennými sme použili korelačnú analýzu. Na zisťovanie rozdielov medzi premennými sme použili porovnávacie testy, na základe výsledkov normality bol použitý Mann-Whitneyho U test. Mediačnú analýzu sme testovali pomocou doplnkového modelu PROCESS v SPSS (Hayes, 2013), ktorý je odporúčaný ako jeden z naefektívnejších možností pre testovanie mediačnej analýzy (Field, 2013). Pre výpočet miery efektu sme použili P_m , ktorá je odporúčaná pre jednoduchú mediáciu a ako uvádza Wen a Fan (2015), mala by byť preferovaná pred často používaným $K2$ (Preacher & Kelley 2011). Hladina signifikancie pre jednotlivé analýzy bola stanovená na 0.05.

Výsledky

Najskôr uvádzame v tabuľke 1 deskriptívnu analýzu získaných premenných.

Tab. 1. Deskriptívna analýza BSS, BIQ, RSES a BMI

	Súbor	Priemer	SD	Minimum	Maximum
BSS - celkové skóre	celkový	29.90	9.86	8	56
	ženy	32.04	8.88	13	56
	muži	22.35	7.99	8	50
BIQ – celkové skóre	celkový	67.25	9.94	32	91
	ženy	66.37	9.42	40	89
	muži	69.99	9.56	48	91
RSES – celkové skóre	celkový	27.42	5.14	12	40
	ženy	27.21	4.83	15	40
	muži	30.07	4.52	19	40
BMI - celkové skóre	celkový	21.53	3.19	15.5	38.1
	ženy	2.06	0.56	1	4
	muži	2.24	0.51	1	4

Pozn. BSS = Subškála Hanby za vlastné telo zo Škály objektivizovaného vnímania tela; BIQ = Dotazník body-image; RSES = Rosenbergova škála sebahodnotenia; BMI = Body Mass Index

Pre testovanie rozdielov medzi skupinami sme na základe výpočtov normality aplikovali vo všetkých prípadoch Mann-Whitneyho U-test. Výsledky testovania rozdielov uvádzame v tabuľke 2.

Tab. 2. Mann-Whitneyho U-test hanba za vlastné telo, body-image a sebahodnotenie podľa pohlavia

	Pohlavie	n	Priemerné poradie	Medián	SD	Rozpätie	U	Sig.	r
Hanba za vlastné telo	1	303	259.97	33	8.88	43	7281.000	0.000	0.50
	2	101	121.58	22	7.76	42			
Body image	1	303	196.87	67	9.71	57	13597.000	0.000	0.25
	2	101	265.21	72	9.52	44			
Sebahodnotenie	1	303	185.97	26	4.90	28	10293.000	0.000	0.38
	2	101	290.43	31	4.45	24			

Pozn.: 1 – ženy, 2 – muži; SD – štandardná odchýľka; r – miera efektu *jednosmerný test signifikancie*

Na podklade výsledkov Mann-Whitneyho U-testu je možné konštatovať, že u ženského pohlavia ($Mr = 259.97$) je štatisticky signifikantne vyššia miera telesnej hanby ako u mužského pohlavia ($Mr = 121.58$) v období strednej a neskorej adolescencie; $U = 7281.000$, $p = 0.000$. Rozdiel medzi skupinami reprezentuje veľký efekt $r = 0.50$. Na druhej strane, body-image je štatisticky signifikantne vyšší, a teda pozitívnejší u mužského pohlavia ($Mr = 265.21$) ako u žien ($Mr = 196.87$); $U = 13597.000$, $p = 0.000$; rozdiel medzi skupinami reprezentuje malý efekt $r = 0.25$. Mužské pohlavie ($Mr = 290.43$) vykazuje tiež signifikantne vyššie sebahodnotenie ako ženské pohlavie ($Mr = 185.97$); $U = 10293.000$, $p = 0.000$, kde rozdiel medzi skupinami reprezentuje stredný efekt $r = 0.38$.

Následne bola realizovaná korelačná analýza medzi hanbou za vlastné telo, body image a sebahodnotením. Výsledky korelačných vzťahov uvádzame v tabuľke 3.

Tab. 3. Korelačná analýza – B, BIQ, RSES

ženy (n = 303)			muži (n = 131)			
	BSS	BIQ	RSES	BSS	BIQ	RSES
BSS	-	-0.32**	-0.42**	-	-0.34**	-0.35**
BIQ		-	0.68**		-	0.66**
RSES			-			-

Pozn. ** $p < 0.01$; BSS = Subškála Hanby za vlastné telo zo Škály objektivizovaného vnímania tela; BIQ = Dotazník body-image; RSES = Rosenbergova škála sebahodnotenia

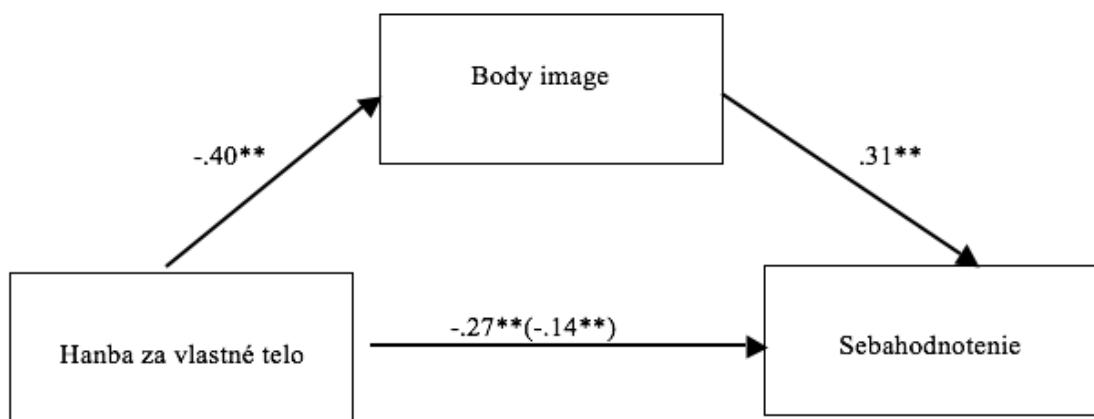
Na podklade uvedených výsledkov môžeme konštatovať, že hanba za vlastné telo sa stredne silno negatívne viaže s body-image u žien ($r = -0.32$), ako aj u mužov ($r = -0.34$). Podobne tak hanba za vlastné telo stredne silno negatívne súvisí so sebahodnotením u žien ($r = -0.42$), ako aj u mužov ($r = -0.35$). Vzťahy medzi body-image a sebahodnotením sa ukázali ako silné a pozitívne ako u žien ($r = 0.68$), tak aj u mužov ($r = 0.66$).

Ďalej sme sa zamerali na testovanie toho, či pôsobí body-image ako mediátor vzťahu hanby za vlastné telo a sebahodnotenia.

Na základe testovania mediačnej analýzy sme zistili signifikantný nepriamy efekt hanby za vlastné telo na sebahodnotenie prostredníctvom body-image, $ab = -.12$, kde konfidenčný

interval nezahŕňal nulu $[-.16; -.09]$. Mediátor vysvetľuje približne polovicu celkového efektu, $P_m = .46$. Zistená bola silná miera efektu, $P_m = .46$. Výsledok mediačného vzťahu uvádzame na obrázku 1.

Obrázok 1. Mediačný model. Body image sprostredkováva vzťah medzi hanbou za vlastné telo a sebahodnotením.



Ďalší cieľ práce bol zameraný na preskúmanie vzťahu medzi hanbou za vlastné telo a BMI. Výsledky korelačnej analýzy preukázali, že hanba za vlastné telo slabo pozitívne súvisí s BMI u žien ($r = 0.10$, $p = 0.035$) a tento vzťah sa ukázal ako nesignifikančný u mužov ($r = 0.14$, $p = 0.050$).

Diskusia

Hlavným cieľom našej práce bolo preskúmať vzťah medzi hanbou za vlastné telo s body image a sebahodnotením v období strednej a neskorej adolescencie u oboch pohlaví. Zamerali sme sa tiež na vzťahy body image a sebahodnotenia a testovali sme, či pôsobí body-image ako mediátor vzťahu hanby za vlastné telo a sebahodnotenia. Hanbu za vlastné telo, ako hlavný konštrukt našej práce, sme merali tiež vo vzťahu s BMI. Naším čiastkovým cieľom bolo preskúmať rozdiely v miere hanby za vlastné telo, body image a sebahodnotenia u ženského a mužského pohlavia v období strednej a neskorej adolescencie.

Výsledky práce potvrdili náš predpoklad o *negatívnom vzťahu medzi hanbou za vlastné telo a body image* u ženského pohlavia, vzťah sa preukázal ako stredne silný. Skúmali sme tiež doposiaľ málo preskúmaný vzťah medzi hanbou za vlastné telo a body image u mužov, ktorý sa podobne preukázal ako stredne silný. Týmto výsledkom dopĺňame a podporujeme predošlé zistenia o vzťahu medzi hanbou za vlastné telo a body image u žien (Mustapic et al., 2015; Sanfter et al., 1995), aj o zistenie negatívneho vzťahu medzi danými konštruktami u mužov. Sme názoru, že za podstatou existencie vzťahu medzi hanbou za vlastné telo a body image je fakt, že hanba za vlastné telo môže negatívne ovplyvniť vnímanie tiel adolescentov, ako na to upozornili aj autori Gilbert a Thompson (2014).

Vzhľadom k tomu, že viaceré štúdie (e.g. Choma et al., 2010; Mercurio & Landry, 2008) poukazujú na negatívny vzťah medzi hanbou za vlastné telo a sebahodnotením sme predpokladali,

že hanba za vlastné telo bude negatívne súvisieť so sebahodnotením u žien a u mužov v období strednej a neskorej adolescencie. Potvrdili sme predpoklad, a to preukázaním stredne silného negatívneho vzťahu medzi hanbou za vlastné telo a sebahodnotením u oboch pohlaví, čo je v zhode s výsledkami viacerých autorov (e.g. Choma et al., 2010; Jankauskiene & Pajaujiene, 2012; Lowery et al., 2005).

Vzhľadom k tomu, že viaceré výskumy ukazujú vzťah medzi negatívnym body image a nízkym sebahodnotením (e.g. Clay, Vignoles, & Dittmar, 2005; Masheb et al., 2006; Mellor et al., 2010; Van den Berg et al., 2010) sme predpokladali pozitívnu koreláciu medzi sebahodnotením a body image u žien a mužov v období strednej a neskorej adolescencie. Výsledkami sme preukázali *silný pozitívny vzťah medzi body image a sebahodnotením u oboch pohlaví*. Dôvodom existencie silného vzťahu medzi danými premennými je, podľa nášho názoru, skutočnosť, že vnímanie vlastného tela a naše sebahodnotenie sú neoddeliteľne spojené. Autor Harter (1999) dokonca uviedol, že vzhľad, ktorý vnímame, sa javí ako jediný najsilnejší prediktor sebahodnotenia u adolescentov.

Vzájomné vzťahy medzi hanbou za vlastné telo, body image a sebahodnotením sme ďalej testovali mediačnou analýzou, kde sa preukázalo, že body image sprostredkováva vzťah medzi hanbou za vlastné telo a sebahodnotením. Je teda možné, že vyššia hanba za vlastné telo môže viesť k negatívnejšiemu body image, ktorý následne pôsobí na nižšie sebahodnotenie. Intervencie, ktoré by boli zamerané na zmiernenie hanby za vlastné telo by tak mohli prostredníctvom zlepšenia pozitívnejšieho body image zvýšiť aj sebahodnotenie u adolescentov. Myslíme si preto, že je dôležité experimentálne overenie efektu intervencie priamo zameranej na zmiernenie hanby za vlastné telo u adolescentov.

Čiastkovým cieľom našej práce bolo testovať vzťah hanby za vlastné telo a BMI u oboch pohlaví. Výsledky ukázali pozitívny vzťah medzi hanbou za vlastné telo a BMI u žien, podobne ako bolo preukázané v predchádzajúcich štúdiách (Fredrickson et al., 1998, Mustapic et al., 2015; Sinclair, 2006). V našej štúdii sa vzťah ukázal iba ako slabý pozitívny, čo môže naznačovať, že je viacero faktorov, ktoré môžu ovplyvňovať hanbu za vlastné telo u žien adolescentiek, a to nielen objektívna premenná BMI. Naopak u mužov sa vzťah medzi hanbou za vlastné telo a BMI ukázal ako nesignifikantný. V zahraničných štúdiách neexistuje zhoda v názoroch na vzťah hanby za vlastné telo a BMI u mužského pohlavia. Zatiaľ čo autori Lindberg, Grabe a Hyde (2007) a Lindberg, Hyde a McKinley (2006) zistili pozitívny vzťah medzi hanbou za vlastné telo a BMI u mužov, autori Fredrickson et al. (1998) koreláciu medzi hanbou za vlastné telo a BMI u mužov nepreukázali. Danú skutočnosť mohol spôsobiť fakt, že BMI, ako objektívna premenná, nemeria množstvo tukovej a svalovej hmoty. Problematické sa javí rovnako to, že BMI nie je, u dospelých jednotlivcov, špecifikované zvlášť pre mužov a ženy. Je známe, že ženské a mužské telo má fyziologický iný pomer telesného tuku (Rothman, 2008). Taktiež, ako limitáciu tohto zistenia je nevyhnutné uviesť, že BMI nebolo diagnostikované na základe somatometrického merania telesnej hmotnosti a výšky, ale dotazníkovou metódou.

Na základe zahraničných štúdií, ktorých výsledky jednoznačne ukazovali vyššiu mieru hanby za vlastné telo u ženského pohlavia v porovnaní s mužským (e.g. Brennan, Lalonde, & Bain, 2010; Doran & Lewis, 2012; Manago et al., 2014; Mustapic et al., 2016; Slater & Tiggemann, 2010) sme predpokladali, že ženy v období strednej a neskorej adolescencie budú vykazovať vyššiu mieru hanby za vlastné telo ako muži v tomto veku a predpoklad sme potvrdili. Rozdiel medzi pohlaviami v miere hanby za vlastné telo reprezentoval veľký efekt. Nakoľko bola aj

v našom výskume preukázaná negatívna súvislosť medzi hanbou a sebahodnotením, vyššia miera hanby za vlastné telo u žien v porovnaní s mužmi môže súvisieť práve s ich nižšou úrovňou sebahodnotenia, ktorú preukázali výsledky viacerých štúdií (e.g. Frost & McKelvie, 2004, Kožuchová & Bašková, 2014; Quatman & Watson, 2001), ale aj s, viditeľnejšími“ sekundárnymi pohlavnými znakmi u žien či vplyvom tlaku kultu tela na štíhlosť a krásu (Sejčová, 2003).

Predpoklad, že *muži v období strednej a neskorej adolescencie budú vykazovať pozitívnejší body image ako ženy* a rovnako aj *vyššie sebahodnotenie ako ženy* sme potvrdili, keďže v našom výskume výsledky ukázali pozitívnejší body image u mužského pohlavia v zhode s výsledkami viacerých autorov (Brennan et al., 2010; Kopcakova, Veselska, Geckova, van Dijk, & Reijneveld, 2014; Rocque & Cioe, 2011). Rozdiel medzi skupinami v našom výskume reprezentoval malý efekt. Aj v tomto prípade sa domnievame, že v pozitívnejšom body image u mužského pohlavia zohráva dôležitú rolu vyššie sebahodnotenie mužov, ktoré ukázali aj výsledky nášho výskumu. Rozdiel medzi pohlaviami v sebahodnotení reprezentoval stredný efekt. Na vyššie sebahodnotenie u mužského pohlavia v priebehu adolescencie poukázali aj autori Bolognini, Placherel, Bettwshart a Halfon (1996) a Chubba, Fertmana a Rossa (1997).

Originalita našej práce a význam získaných výsledkov spočíva v preskúmaní hanby za vlastné telo u slovenskej populácie adolescentov, keďže danému konceptu doposiaľ u slovenskej populácie nebola venovaná významnejšia pozornosť; rovnako v preskúmaní vzťahu hanby za vlastné telo a body image u mužskej populácie, keďže v preskúmaní daného vzťahu sme objavili isté nejednoznačnosti v zahraničných štúdiách.

V súvislosti s našimi výsledkami by sme mohli polemizovať o prepojení nami meraných konštruktov so zmysluplnosťou života adolescentiek. Získané výsledky by mohli byť nápomocné pri tvorbe psychologických stratégií v oblasti prevencie a intervencie na zníženie miery hanby za vlastné telo. Domnievame sa, že by mohli byť prospešné aj pre adolescentky s normálnou hmotnosťou, keďže vzťah medzi hanbou za vlastné telo a BMI u žien v období strednej a neskorej adolescencie v našej práci bol preukázaný iba ako slabý. Je potrebné poznamenať, že danú problematiku by bolo potrebné opätovne preskúmať v slovenskej populácii a domnievame sa, že by bolo vhodné ju doplniť aj o kvalitatívnu analýzu so zameraním sa na hanbu za vlastné telo adolescentov oboch pohlaví.

Uvedomujeme si určité limitácie našej práce, ktoré by bolo vhodné v nasledujúcich výskumoch redukovať na minimum. Nami získané výsledky nemožno zovšeobecňovať na širšiu populáciu adolescentov, vzhľadom k nedostatočnej veľkosti výskumného súboru, pomerne veľkému vekovému rozmedziu a nízkemu zastúpeniu mužského pohlavia vo výskume. Nakoľko sme vo výskume použili sebavýpovedňové dotazníky, ktoré mohli spôsobiť sociálne žiaduce odpovede respondentov, mohlo dôjsť k skresleniu výsledkov. Za ďalšiu limitáciu našej práce považujeme použitie BMI ako indexu telesnej hmotnosti. Hoci sa jedná o široko používanú metódu, je spojená s mnohými nevýhodami, ako napr. nemeria množstvo tukovej a svalovej hmoty v tele (Rothman, 2008). Napriek popísaným limitáciám nášho výskumu veríme, že získané výsledky budú prospešné pre ďalšie výskumy a prax.

Záver

V našej štúdii sme sa zamerali na vzťah medzi hanbou za vlastné telo, body image a sebahodnotením u slovenských adolescentov. Ukázalo sa, že hanba za vlastné telo stredne silne pozitívne koreluje s body image a sebahodnotením u oboch pohlaví adolescentov. Mediačná analýza ďalej preukázala, že body image sprostredkováva vzťah medzi hanbou za vlastné telo a sebahodnotením. Myslíme si preto, že intervencia zameraná na zmiernenie hanby za vlastné telo by mohla prispieť prostredníctvom zvýšenia pozitívneho body image k zlepšeniu sebahodnotenia u adolescentov. Tento predpoklad by bolo dôležité overiť v ďalších výskumoch.

Výsledky našej práce tiež ukázali slabý pozitívny vzťah medzi hanbou za vlastné telo a BMI u žien, u mužov nebol tento vzťah preukázaný. Je preto dôležité zamerať sa aj na zmapovanie ďalších faktorov, ktoré by pomohli objasniť problematiku hanby za vlastné telo u adolescentov, ako sú postoje k stravovaniu, diéty, cvičenie či zobrazovanie ideálneho tela v médiách. Na základe našich výsledkov usudzujeme, že by bolo žiaduce zaoberať sa hanbou za vlastné telo u slovenskej populácii vo vyššie miere, nakoľko môže vyústiť aj do psychopatológie (Gilbert, 2002).

Literatúra

- Allgood-Merten, B., Lewinsohn, P. M., & Hops, H. (1990). Sex differences and adolescent depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 99(1), pp. 55–63.
- Bell, L., & Rushforth, J. (2008). *Overcoming Body Image Disturbance. A Programme for People with Eating Disorders*. New York: Routledge.
- Blatný, M., & Phláková, A. (2003). *Temperament, inteligencia, sebezpojetí. Nové pohledy na tradiční témata psychologického výskumu*. Brno: Psychologický ústav Akademie věd ČR.
- Bolognini, M., Placherel, B., Bettwshart, W., & Halfon, O. (1996). Self-esteem and mental health in early adolescence: development and gender differences. *Journal of adolescence*, 19(3), pp. 233–245.
- Branden, N. (1992). *The Power of Self-Esteem*. Florida: Health Communications.
- Brennan, A. M., Lalonde, E. CH., & Bain, L. J. (2010). Body Image Perceptions: Do Gender Differences Exist?, *Psi Chi Journal of Undergraduate Research*, 15(3), pp.130–138.
- Bruchon-Schweitzer, M. (1987). Dimensionality of the body-image: the Body-Image Questionnaire (BIC). *Perceptual Motor Skills*, 65(3), pp. 887–892.
- Clay, D., Vignoles, V. L., & Dittmar, H. (2005). Body Image and Self-Esteem Among Adolescent Girls: Testing the Influence of Sociocultural Factors. *Journal of Research on Adolescence*, 15(4), pp. 451–477.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2007). *Research Methods in Education*. 6th ed. London: Routledge.
- Doran, J., & Lewis, C. A. (2012). Components of shame and eating disturbance among clinical and non-clinical populations. *European Eating Disorders Review*, 20(4), pp. 265–270.
- Eyck, T. C. (2003). Shame and the Adolescents. *Corrections Today*, 65(4), pp. 98–100.
- Fialová, L. (2006). *Moderní body image*. Praha: Grada Publishing.
- Field, A. (2013). *Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics*, 4th Edition. London: Sage.
- Fredrickson, L. B., Roberts, T. A., Noll, S.M., Quinn, D. M., & Twenge, J.M. (1998). That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), pp.269–284.
- Frost, J., & McKelvie, S. (2004). Self-Esteem and Body Satisfaction in Male and Female Elementary School, High School, and University Students. *Sex Roles*, 51(1), pp. 45–54.

- Gilbert, P. (2002). Body shame: A biopsychosocial conceptualisation and overview, with treatment implications. In: P. Gilbert, J. Miles (Eds.), *Body Shame: Conceptualisation, Research and Treatment* (s. 3–54). New York: Brunner-Routledge.
- Gilbert, P. (2014). Body shame: A biopsychosocial conceptualisation and overview, with treatment implications. In: P. Gilbert, J. Miles (Eds.), *Body Shame: Conceptualisation, Research and Treatment* (s. 3–54). New York: Brunner-Routledge.
- Gilbert, S. C., & Thompson, J. K. (2014). Body shame in childhood and adolescence. In: P. Gilbert, J. Miles (Eds.), *Body shame: conceptualisation, research, and treatment* (s. 55–74). New York: Brunner-Routledge.
- Gray-Little, B., Williams, L. S. V., & Hancock, D. T. (1997). An Item Response Theory Analysis of the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(5), pp. 443–451.
- Greenleaf, C., & McGreer, R. (2006). Disordered eating attitudes and self-objectification among physically active and sedentary female college students. *The Journal of Psychology*, 140(3), pp. 187–198.
- Grogan, S. (2000). *Body image: psychologie nespokojenosti s vlastním tělem*. Praha: Grada Publishing.
- Grossbard, R. J., Lee, M. CH., Neighbors, C., & Larimer, E. M. (2009). Body Image Concerns and Contingent Self-Esteem in Male and Female College Students. *Sex Roles*, 60(3), pp. 198–207.
- Halama, P., & Bieščad, M. (2006). Psychometrická analýza Rosenbergovej škály sebahodnotenia s použitím metód klasickej teórie testov (CTT) a teórie odpovede na položku (IRT). *Československá psychologie*, 50(4), pp. 569–583.
- Harper, M. J. (2012). Regulation and coping with shame. In: R. Trnka, K. Balcar & M. Kuška, (Eds.), *Re-constructing Emotional Spaces: From Experience to Regulation* (pp. 189–206). Prague: Prague College of Psychosocial Studies Press.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford Press.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach*. New York, NY: The Guilford Press
- Choma, B., Beth, V., Pozzebon, J., Bogaert, A., Busseri, M., & Sadava, S. (2010). Self-Objectification, Self-Esteem, and Gender: Testing a Moderated Mediation Model. *Sex Roles*, 63(9–10), pp. 645–656.
- Chubb, N. H., Fertman, C. I., & Ross, J. L. (1997). Adolescent selfesteem and locus of control: a longitudinal study of gender and age differences. *Adolescence*, 32(125), pp. 113–129.
- Jankauskiene, R., & Pajaujiene, S. (2012). Disordered eating attitudes and body shame among athletes, exercisers and sedentary female college students. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 52(1), pp. 92–101.
- Koleck, M., Bruchton-Schweitzer, M., Cousson-Gélie, F., Gilliard, J., & Quintard, B. (2002). The Body-image Questionnaire: An Extension. *Perceptual and motor skills*, 94(1), pp. 189–196.
- Kopčakova, J., Veselska, Z. D., Geckova, A. M., van Dijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2014). Is being a boy and feeling fat a barrier for physical activity? The association between body image, gender and physical activity among adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11(11), pp. 1167–1176.
- Kožuchová, M., & Bašková, M. (2014). Držanie diét a sebahodnotenie postavy u školskej mládeže v oblasti stredného Slovenska. *Kontakt*, 16(4), pp. 265–270.
- Krch, D. F., Beumont, P., Deth, R., Eisler, I., Fairburn, G. Ch., Faltus, F. ... Williams, H. (2005). *Poruchy příjmu potravy*. 2. vyd. Praha: Grada Publishing.
- La Rocque, L. Ch., & Cioe, J. (2011). An evaluation of the relationship between body image and sexual avoidance. *Journal of Sex Research*, 48(4), pp. 397–408.
- Lindberg, M. S., Grabe, S., & Hyde, S. J. (2007). Gender, Pubertal Development, and Peer Sexual Harassment Predict Objectified Body Consciousness in Early Adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 17(4), pp. 723–742.
- Lindberg, M. S., Hyde, S. J., & McKinley, N. M. (2006). A measure of objectified body consciousness for preadolescent and adolescent youth. *Psychology of women quarterly*, 30(1), pp. 65–76.

- Lowery, E. S., Robinson-Kurpius, E. S., Befort, Ch., Blanks, E. H., Sollenberger, S., Nicpon, M. F., & Huser, L. (2005). Body image, self-esteem, and health-related behaviors among male and female first year college students. *Journal of college student development*, 46(6), pp. 612–623.
- Macek, P. (2003). *Adolescence*. 2.vyd. Praha: Portál.
- Manago, A., Ward, M. L., Lemm, M. K., Reed, A. L., & Seabrook, R. (2014). Facebook Involvement, Objectified Body Consciousness, Body Shame, and Sexual Assertiveness in College Women and Men. *Sex Roles*, 72(1–2), pp. 1–14.
- Markham, A., Thompson, T., & Bowling, A. (2005). Determinants of body-image shame. *Personality and Individual Differences*, 38(7), pp. 1529–1541.
- Masheb, R. M., Grilo, C. M., Burke-Martindale, C. H., & Rothschild, B. S. (2006). Evaluating oneself by shape and weight is not the same as being dissatisfied about shape and weight: A longitudinal examination in severely obese gastric bypass patients. *International Journal of Eating Disorders*, 39(8), pp. 716–720.
- McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). The objectified body consciousness scale development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), pp. 181–215.
- Mellor, D., Fuller-Tyszkewics, M., McCabe, P. M., & Ricciardelli, A. L. (2010). Body Image and Self-Esteem Across Age and Gender: A Short-Term Longitudinal Study. *Sex Roles*, 63(9), pp. 672–681.
- Mercurio, E. A., & Landry, J. L. (2008). Self-objectification and Well-being: The Impact of Self-objectification on Women's Overall Sense of Self-worth and Life Satisfaction. *Sex Roles*, 58(7), pp. 458–466.
- Mustapic, J., Marcinko, D., & Vargek, P. (2015). Eating Behaviours in Adolescent Girls: The role of Body Shame and Body Dissatisfaction. *Eating and Weight Disorders*, 20(3), pp. 329–335.
- Mustapic, J., Marcinko, D., & Vargek, P. (2016). Body Shame and Disordered Eating in Adolescents. *Current Psychology*, 36(3), pp. 1–6.
- Pliner, P., Chaiken, S., & Flett, G. L. (1987). *Concern with body weight and physical appearance over the lifespan*. Unpublished manuscript, University of Toronto.
- Preacher, K. J., & Kelley, K. (2011). Effect size measures for mediation models: Quantitative strategies for communicating indirect effects. *Psychological Methods*, 16, pp. 93–115.
- Quatman, T., & Watson, M.C. (2001). Gender Differences in Adolescent Self-Esteem: An Exploration of Domains. *The Journal of Genetic Psychology*, 161(1), pp. 93–117.
- Radzik, M., Sherer, S., & Neinstein, S. L. (2009). Psychosocial Development in Normal Adolescents. In: L.S. Neinstein, C.M. Gordon, D.K. Katzman, D.S. Rosen, & E.R. Woods. (Eds.) *Handbook of Adolescent Health Care* (pp. 14–17). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, N.J.: Princeton University Press.
- Rothman, K. J. (2008). BMI- related errors in the measurement of obesity. *International Journal of Obesity*, 32(3), 56–59.
- Sanftner, J. L., Barlow, D. H., Marschall, D. E., & Tangney, J. P. (1995). The relation of shame and guilt to eating disorder symptomatology. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 14(4), pp. 315–324.
- Sejčová, Ľ. (2003). Metódy psychoterapie a ich uplatnenie v liečbe obezity. *Psychiatria*, 3, pp. 160–169.
- Schooler, D., Ward, M. L., Merriwether, A., & Caruthers, S. A. (2005). Cycles of Shame: Menstrual Shame, Body Shame, and Sexual Decision-Making. *Journal of Sex Research*, 42(4), 324–334.
- Sinclair, L. S. (2006). Object Lessons: A Theoretical and Empirical Study of Objectified Body Consciousness in Women. *Journal of Mental Health Counseling*, 28(1), pp. 48–68.
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2010). Body image and disordered eating in adolescent girls and boys: a test of objectification theory. *Sex Roles*, 63(1–2), pp. 42–49.
- Tangney, P. J. (1996). Conceptual and methodological issues in the assessment of shame and guilt. *Behaviour Research and Therapy*, 34(9).

- Thompson, A., & Kent, G. (2001). Adjusting to disfigurement: processes to involved in dealing with beaing visibly different. *Clinical Psychology Review*, 21(5), pp. 663–682.
- van den Berg, P., Mond, J., Eisenberg, M., Ackard, D., & Neumark-Sztainer, D. (2010). The link between body dissatisfaction and self-esteem in adolescents: similarities across gender, age, weight status, race/ethnicity, and socioeconomic status. *Journal of Adolescent Health*, 47(3), pp. 290–296.
- Wen, Z., & Fan, X. (2015). Monotonicity of effect sizes: Questioning kappa-squared as mediation effect size measure. *Psychological Methods*, 20, pp. 193–203
- Wigfield, A., Eccles, J. S., Mac Iver, D., Reuman, D. A., & Midgley, C. (1991). Transitions during early adolescence: Changes in children's domain-specific self-perceptions and general self-esteem across the transition to junior high school. *Developmental Psychology*, 27(4), pp. 552–565.
- Wolf, N. (2000). *Mýtus krásy*. Bratislava: Aspekt.