

1 **ROLA PLATFORMY INSTAGRAM W ODBIORZE WŁASNEGO**

2 **WYGLĄDU:**

3 **BADANIE ZALEŻNOŚCI MIĘDZY MODYFIKOWANIEM**

4 **SWOJEGO WIZERUNKU, A OCENĄ POSTRZEGANIA**

5 **SWOJEGO CIAŁA WŚRÓD KOBIET**

6 *Sara Pasturczak, Aleksandra Popowska, Wiktor Warchałowski*

7 Wydział Nauk o Zdrowiu, Gdański Uniwersytet Medyczny

8 Praca zaliczeniowa z przedmiotu Metodologia Badań

9 Psychologicznych napisana pod kierunkiem dr Małgorzaty

10 Basińskiej

11 Gdańsk, 24 Maja 2022

ABSTRAKT

Celem niniejszego artykułu jest zanalizowanie i zbadanie problematyki związanej z wpływem reprezentacji własnego „ja” w mediach społecznościowych na postrzeganie i akceptację własnego ciała u młodych kobiet. Badanie zostało przeprowadzone na 76 losowo dobranych użytkowniczkach platformy Instagram, najpopularniejszego serwisu społecznościowego wśród osób młodych. Reprezentacja własnego „ja” została opisana binarnie jako modyfikowanie lub niemodyfikowanie własnego wizerunku, zaś postrzeganie własnego ciała jako wynik polskiej adaptacji 10 itemowego kwestionariusza Body Appreciation Scale 2.

Słowa kluczowe: media społecznościowe, postrzeganie siebie, ocena ciała

1 W dzisiejszych czasach coraz więcej osób ma dostęp do internetu, a co za tym idzie - rów-
2 nież do portali społecznościowych, które cieszą się ogromnym zainteresowaniem. Najpopular-
3 niejszym portalem wśród amerykańskich nastolatków jest Instagram. Pozwala on na kontakty z
4 rówieśnikami, wymianę informacji, a także wyrażanie siebie (Longobardi et al., 2020). Jednak-
5 że tak powszechne użycie mediów społecznościowych prowokuje u młodych osób zachowania
6 koncentrujące się na dążeniu do statusu w sieci (ang. *digital status seeking*), czyli dążenia do
7 popularności w Internecie mierzonej ilością polubień, komentarzy, udostępnień i obserwatorów
8 (Nesi and Prinstein, 2019). Takie działania często prowadzą do zachowań ryzykownych, a sa-
9 mo wystawienie się na tego typu sieciową rywalizację, pozwala badaczom wysunąć wniosek,
10 że Instagram jest najbardziej szkodliwym serwisem społecznościowym. Jego nadmierne używa-
11 nie może prowadzić nawet do problemów psychicznych czy zaburzeń postrzegania swojego
12 ciała (Royal Society for Public Health, 2017). Oprócz samego udziału młodych osób w kształ-
13 towaniu treści mediów społecznościowych, na tworzenie ich zawartości mają również wpływ
14 czynniki socjokulturowe (Giorgianni et al., 2020). Kultura zachodnia od wieków ma tendencję
15 do uprzedmiotawiania kobiet, a także cały czas zwraca uwagę na ważność wyglądu zewnętrznego
16 go (Lyu, 2016). Ze względu na tak utarte kulturowe stereotypy, większość środków masowego
17 przekazu powiela je i tworzy wizerunek ideału szczupłego ciała. Promowanie idealnych mode-
18 lek i nagradzanie tego typu wizerunku w mediach jest czymś powszechnym. Stanowi to często
19 główny powód niezadowolenia młodych kobiet ze swojego ciała, co z kolei może prowadzić do
20 zaburzeń odżywiania (Grabe et al., 2008). Problemy te wynikają z dążenia do perfekcyjnego
21 wyglądu, w celu sprostania oczekiwaniom społeczeństwa. Aby stworzyć złudzenie idealnego
22 ciała w mediach społecznościowych, kobiety modyfikują swoje zdjęcia i często stanowi to dla
23 nich mechanizm radzenia sobie z brakiem akceptacji siebie (Lyu, 2016). Duży wpływ na po-
24 czucie zadowolenia z własnego wyglądu ma również porównywanie się z innymi osobami.
25 Zetknięcie się przez młode dziewczęta ze zmodyfikowanymi zdjęciami rówieśników prowadzi
26 do sytuacji, w których postrzegają one siebie bardziej negatywnie. Natomiast zdjęcia, które
27 nie są przez rówieśników w żaden sposób zmieniane, nie są źródłem takich skłonności (Kle-
28 emans et al., 2018). Pomimo wielu przeprowadzonych badań potwierdzających szkodliwość
29 platformy Instagram istnieją i takie, które zaprzeczają jego krzywdzącemu wpływowi. McLe-

1 an et al. (2015) w swoim badaniu pokazali, że publikowanie swoich zdjęć może wpływać na
2 młode kobiety dwojako - mogą one zawyżać ocenę na temat swojego ciała, lub przyczyniać się
3 do niezadowolenia z własnego wyglądu. Wyniki te mogą zaprzeczać jakiegokolwiek zależności
4 między oceną własnego ciała a korzystaniem z mediów społecznościowych. Z tego powodu,
5 celem niniejszego artykułu jest sprawdzenie czy fakt modyfikacji zdjęć własnego wizerunku na
6 platformie Instagram ma związek z poziomem zadowolenia z własnego ciała u młodych kobiet.
7 Przyjęta została hipoteza, iż fakt modyfikacji zdjęć będzie występował częściej u osób posia-
8 dających niskie zadowolenie z własnego wyglądu. Wynika to z faktu, że modyfikacja zdjęć
9 może być mechanizmem radzenia sobie przez niektórych z negatywną samooceną (Kleemans
10 et al., 2018; Lyu, 2016). Oprócz tego na tworzenie fałszywego wizerunku w mediach społecz-
11 nościowych wpływa internalizacja ideału szczupłej sylwetki, która koreluje z negatywną oceną
12 własnego ciała (Blowers et al., 2003).

Literatura

- Blowers, L. C., Loxton, N. J., Grady-Flessner, M., Occhipinti, S., and Dawe, S. (2003). The relationship between sociocultural pressure to be thin and body dissatisfaction in preadolescent girls. *Eating Behaviors*, 4(3):229–244.
- Giorgianni, F., Danthinne, E., and Rodgers, R. F. (2020). Consumer warning versus systemic change: The effects of including disclaimer labels on images that have or have not been digitally modified on body image. *Body Image*, 34:249–258.
- Grabe, S., Ward, L. M., and Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134(3):460–476.
- Kleemans, M., Daalmans, S., Carbaat, I., and Anschütz, D. (2018). Picture Perfect: The Direct Effect of Manipulated Instagram Photos on Body Image in Adolescent Girls. *Media Psychology*, 21(1):93–110.
- Longobardi, C., Settanni, M., Fabris, M., and Marengo, D. (2020). Follow or be followed: Exploring the links between Instagram popularity, social media addiction, cyber victimization, and subjective happiness in Italian adolescents. *Children and Youth Services Review*, 113:104955.
- Lyu, S. O. (2016). Travel selfies on social media as objectified self-presentation. *Tourism Management*, 54:185–195.
- McLean, S. A., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., and Masters, J. (2015). Selfies and social media: relationships between self-image editing and photo-investment and body dissatisfaction and dietary restraint. *Journal of Eating Disorders*, 3(S1):O21.
- Nesi, J. and Prinstein, M. J. (2019). In Search of Likes: Longitudinal Associations Between Adolescents' Digital Status Seeking and Health-Risk Behaviors. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 48(5):740–748.

- ¹ Royal Society for Public Health (2017). Status of Mind: Social media and young people's
- ² mental health.