



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA

**Dipartimento di Psicologia dello Sviluppo e della
Socializzazione**

**Corso di laurea magistrale in Psicologia Clinica dello
Sviluppo**

Tesi di laurea magistrale

**La relazione tra ideologia tradizionale di
genere, auto-oggettificazione e autostima
in adolescenza**

**The relationship between traditional
gender role ideology, self-objectification
and self-esteem during adolescence**

Relatrice
Prof.ssa Pozzoli Tiziana

Laureanda: Frizzarin Anna
Matricola: 2050661

Anno Accademico 2022/2023

Indice

1. Ideologia tradizionale di genere	4
a. Prospettiva unidimensionale	5
b. Prospettiva multidimensionale	7
c. Dimensione storica	10
d. Ideologia di genere ed età di sviluppo	12
2. Auto-oggettificazione	17
a. Teoria dell'oggettificazione	19
b. Auto-oggettificazione di stato e di tratto	24
c. Auto-oggettificazione e differenze di genere, etnia e orientamento sessuale	26
d. Auto-oggettificazione ed età di sviluppo	28
e. Auto-oggettificazione e ideologia di genere	31
3. Autostima	34
a. Definizioni di autostima	34
b. Autostima e sviluppo	37
c. Correlati dell'autostima	38
d. Autostima e ideologia di genere	41
e. Autostima e auto-oggettificazione	42
f. Autostima, ideologia di genere e auto-oggettificazione	44
4. Ipotesi dello studio e risultati	46
a. Domande di ricerca e ipotesi	46
b. Partecipanti	47
c. Strumenti	48
d. Procedura	49
e. Risultati	49

I.	Statistiche descrittive e correlazioni tra variabili	49
II.	Regressioni lineari	51
5.	Discussione e conclusioni	53
a.	Discussione	53
I.	Autostima, auto-oggettificazione e ideologia tradizionale di genere	55
b.	Limiti e punti di forza	57
c.	Conclusioni	59
6.	Ringraziamenti	60
7.	Bibliografia	61

Ideologia tradizionale di genere

Il pensiero che un uomo si debba comportare in modo mascolino, per il fatto di essere maschio, e che una donna si debba comportare in modo femminile, per il fatto di essere femmina, non è dettato da ragioni biologiche, bensì culturali. Sesso e genere non sono, infatti, la stessa cosa. Il termine “sesso” indica la condizione biologica per la quale si viene classificati come maschio o femmina alla nascita; il termine “genere”, invece, indica le caratteristiche che si acquisiscono come maschio o femmina attraverso esperienze sociali, ossia gli attributi psicologici e socioculturali, che sono associati al sesso biologico all'interno di un determinato contesto socioculturale (Galambos, 2004; Levant, 2011). Un uomo può comportarsi in maniera mascolina o femminile, allo stesso modo una donna può comportarsi in modo femminile o mascolino, in base alla socializzazione di genere che hanno ricevuto e alle loro credenze.

Ogni individuo si comporta adeguandosi alle norme di genere nella vita quotidiana, senza realizzarlo in maniera cosciente; il genere, quindi, può essere visto come una teoria o una prospettiva profondamente interiorizzata, tanto che molti autori si riferiscono a questo processo parlando di ideologia di genere (Sun & Lai, 2017). L'ideologia di genere si riferisce alla norma degli atteggiamenti appropriati secondo ruolo, diritti e responsabilità di uomo e donna; introduce giudizi di valore su quali siano i tratti e le caratteristiche adeguati (Gibbons et al., 1997; Kroska, 2007; Levant, 2011). È un insieme di credenze culturali, date per scontate, riguardanti la natura essenziale e il valore relativo di uomini e donne (Chatillon et al., 2018). È prescrittiva, più che descrittiva (Gibbons, 1997).

Le credenze di genere si possono riferire a un dominio specifico (come vita familiare, politica, educazione, posto di lavoro, religione e matrimonio) oppure al dominio generale. Inoltre, si possono riferire a sé stessi o agli altri (Gibbons et al., 1997; Kroska, 2007). L'ideologia di genere si trasmette di generazione in generazione, attraverso cultura, pratiche familiari, scolastiche e lavorative, stereotipi sociali, organizzazione sociale, politiche ed interazione, che si basano sull'ideologia prevalente (Chatillon et al., 2018; Grunow et al., 2018; Levant, 2011). Infatti, essa dà forma alle

istituzioni sociali e ne regola l'accesso. Il significato culturalmente dominante di mascolinità e femminilità è inserito nelle tradizioni e istituzioni sociali, che supportano l'idea di identità, atteggiamenti e lavori divisi per genere (Chatillon et al., 2018).

Prospettiva unidimensionale

L'ideologia di genere non è unica, esistono diverse correnti di pensiero. Di solito si parla in termini di un continuum tra un'ideologia tradizionale, antifemminista, conservatrice e un'ideologia egualitaria, moderna, femminista e liberale (Gibbons et al., 1997; Kroska, 2007). Secondo la prospettiva tradizionale, l'uomo si occupa di mantenere la famiglia tramite il lavoro e la donna ha il compito di accudire i figli e prendersi cura della casa. Secondo la prospettiva liberale, l'uomo e la donna si dividono equamente le faccende di casa e l'educazione dei figli e contribuiscono entrambi al reddito familiare (Cano & Hofmeister, 2022; Grunow et al., 2018; Lachance-Grzela & Bouchard, 2010; Rajadhyaksha et al., 2015).

Tra i fattori che possono influenzare l'ideologia di genere e farla propendere verso uno dei due poli del continuum sono rilevanti: genere, generazione, partecipazione alla forza lavoro, livello di educazione, classe socioeconomica, religione, politiche sociali, nazionalità ed etnia (Davis, 2007; Davis & Greenstein, 2009; Grunow et al., 2018; Kroska, 2007; Rajadhyaksha et al., 2015; Sun & Lai, 2017). In particolare, gli studi riportano che individui con un maggior livello di istruzione mostrano credenze meno tradizionali; invece, individui che praticano la fede religiosa mostrano una prospettiva più tradizionale. Per quanto riguarda il genere, le donne hanno atteggiamenti più liberali rispetto agli uomini; addirittura, secondo lo studio di Schnittker e colleghi (2003), si dichiarano doppiamente più femministe degli uomini. Inoltre, i dati riportano che le donne lavoratrici hanno un'ideologia più egualitaria, ma che le donne della classe operaia danno più importanza alla ragione economica del lavoro e al loro ruolo in famiglia. Per quanto riguarda la generazione, i giovani mostrano atteggiamenti più liberali rispetto agli anziani. Infine, se consideriamo l'etnia come variabile di controllo, gli afroamericani hanno atteggiamenti più ugualitari rispetto agli europei o americani di

origine europea e agli ispanici (Chatillon et al., 2018; Davis, 2007; Grunow et al., 2018; Harris & Firestone, 1998; Sun & Lai, 2017).

Per quanto riguarda l'etnia, Harris e Firestone (1998) hanno condotto uno studio per analizzare il cambiamento nell'ideologia di genere, partendo da un aumento delle donne (americane) nella forza lavoro e tenendo in considerazione tre etnie diverse (americana di origine europea, afroamericana e ispanica). Hanno riscontrato che, in generale, tutte le etnie stanno diventando simili per quanto riguarda le attitudini verso il genere, e si stanno spostando verso un'idea ugualitaria, indipendentemente da caratteristiche personali e circostanze. Nonostante ciò, le donne con origine straniera hanno una credenza più liberale. Come riportato precedentemente, anche qui viene confermato che il livello di istruzione influenza positivamente l'ideologia, ma si nota come il grado più elevato non influenzi verso il liberalismo tanto quanto il grado precedente. In generale, si nota un cambiamento basato sul tempo verso un'ideologia più liberale tra le donne.

Fino a qui abbiamo visto da cosa viene influenzata l'ideologia di genere. Bisogna però considerare anche le conseguenze che può avere nella vita delle persone. Ad esempio, può modificare la visione che un individuo ha sul ruolo di genere di casalinga o uomo di casa. Ricorrendo alla valutazione EPA (evaluation-potency-activity), secondo cui si valuta un profilo in base alla stima (buono-cattivo), alla potenza (forte-debole) e all'attività (attivo-inattivo) che gli si attribuisce, i liberali vedono le casalinghe come meno buone e attive, ma più potenti e gli uomini di casa come più buoni e attivi, ma meno potenti, rispetto ai conservatori (Kroska, 2001). In sostanza, l'ideologia influenza la percezione dell'equità della divisione dei lavori di casa (Kroska, 2007). A livello individuale influenza comportamenti, credenze e scelte, mentre a livello relazionale, influenza la produzione, riproduzione e legittimazione di istituzioni e relazioni di genere, che tradizionalmente perpetuano la disuguaglianza (Chatillon et al., 2018). Inoltre, le credenze di genere producono bias cognitivi riguardo le attitudini e affinità di sé e gli altri (Chatillon et al., 2018). Se come attitudini, ad esempio, ci riferiamo alla

scelta della carriera, la donna potrebbe pensare di essere più portata per un ruolo di cura e educazione (es. infermiera, maestra), a causa dell'ideologia culturalmente dominante.

Quando si analizza la variabile qui esposta, si presentano delle difficoltà. Innanzitutto, diverse persone possono attribuire diversi significati agli item utilizzati negli strumenti e ai risultati riscontrati, poiché il concetto di genere ha una certa variabilità nel tempo, nello spazio e in diversi contesti sociali. (Chatillon et al., 2018; Gibbons et al., 1997). Per questo motivo, di solito viene misurata da una prospettiva unidimensionale, secondo un continuum che ha, ai due poli, il tradizionalismo e il non tradizionalismo (si parla di non tradizionalismo perché ci possono essere più definizioni di ideologia liberale). Quindi, il soggetto analizzato viene definito come più o meno tradizionale (Gibbons et al., 1997). Recentemente, si è iniziato a pensare che la prospettiva unidimensionale non sia la scelta migliore, in quanto diverse dimensioni dell'ideologia di genere possono essere indipendenti tra di loro e possono portare a differenti effetti (Chatillon et al., 2018). Diversi studiosi hanno proposto correnti di pensiero che non possono essere classificate né come totalmente conservatrici, né come totalmente ugualitarie: essenzialismo di genere, tradizionalismo moderato e genitorialità intensiva (Chatillon et al., 2018; Cotter et al., 2011; Grunow et al., 2018).

Prospettiva multidimensionale

Per presentare adeguatamente tutte le varie correnti di pensiero, bisogna comunque partire con una distinzione bipolare tra femminismo e supremazia maschile, in quanto solo successivamente le ideologie si sono trasformate nuovamente, fino a combinare aspetti diversi dei due poli tradizionale – non tradizionale e femminismo – mascolinità.

Il femminismo si caratterizza per il sostegno all'uguaglianza di genere nei ruoli lavorativi e familiari e per le azioni affermative pro-donne (Schnittker et al., 2003). Secondo lo studio di Schnittker e colleghi (2003), ci sono generazioni che si considerano più femministe di altre, come la generazione che ha vissuto la sua prima adultità (corrispondente circa ai 18-25 anni) tra la metà degli anni '60 e l'inizio degli anni '70, cioè in corrispondenza della seconda ondata femminista. Gli autori pensano

che la diminuita associazione tra atteggiamenti femministi e identificazione con il femminismo nelle nuove generazioni rispecchi una maggiore eterogeneità nelle concezioni pubbliche di femminismo, rispetto al fronte più unito della seconda ondata. Le diverse concezioni di femminismo portano a un consenso diminuito su cosa voglia dire essere femminista e una minore identificazione con l'etichetta, che, di conseguenza, può acquisire anche una connotazione negativa, perché chi si identifica con essa può lavorare per un obiettivo, come per il suo opposto. Alcuni autori, come Kroska (2001), considerano diverse tipologie di femminismo: il femminismo dell'uguaglianza ("sameness feminism"), secondo il quale uomo e donna sono uguali e dovrebbero avere gli stessi diritti e poteri e dividersi equamente i compiti, e il femminismo della diversità ("difference feminism"), secondo il quale uomo e donna sono diversi, ma entrambi con caratteristiche da promuovere; questa seconda prospettiva non prevede una divisione equa dei compiti.

La supremazia o egemonia maschile nasce dall'idea che la mascolinità possa esistere solo contrapposta alla femminilità. La mascolinità tradizionale è caratterizzata da: forza, atletismo, dominio eterosessuale, evitamento di tutto ciò che è femminile e delle debolezze, perfezionismo, estrema autonomia, ricerca di avventure e rischi, anche a costo di ricorrere alla violenza, successo, su cui si è portati a basare la propria autostima, invulnerabilità emotiva (Adams & Govender, 2008; Galambos, 2004; Levant, 2011). La supremazia maschile prevede che l'uomo sia superiore alle donne, agli omosessuali e alle minoranze etniche (Adams & Govender, 2008; Chatillon et al., 2018). Dagli anni '90, inizia una crisi della mascolinità tradizionale (Levant, 2011). Al giorno d'oggi, mentre si mantengono alcuni valori maschili tradizionali, come competizione, autosufficienza e limitazione emotiva, si fa strada l'idea dell'Uomo Nuovo, che porta avanti valori di igiene e cura personale e di diversa occupazione lavorativa (es. fare un lavoro legato alla cura degli altri non sminuisce la mascolinità di un uomo, anche se tradizionalmente è un ambito femminile). I giovani sono i più sensibili nel conflitto ideologico tra l'idea tradizionale e l'Uomo Nuovo, perché si scontrano con l'inadeguatezza derivata dal soddisfare standard ideali fisici, intellettuali ed economici. È importante, quindi, che essi trovino un equilibrio tra i due poli (mascolinità tradizionale e Uomo Nuovo) nel corso

dello sviluppo, per non sentirsi a disagio nel non soddisfare totalmente le aspettative dell'uno o dell'altro polo (Adams & Govender, 2008).

Per quanto ora sia meno accentuato, il fatto che negli anni si sia sempre contrapposto maschile e femminile, a livello ideologico e comportamentale, ha comportato disagio e stress alle persone che non si rispecchiavano in quegli specifici ruoli di genere. Pleck ha costruito un paradigma proprio su questo, il Gender Role Strain Paradigm (GRSP) (Levant, 2011). Secondo questo modello, i ruoli di genere non sono determinati biologicamente, ma rappresentano entità costruite psicologicamente e socialmente, che possono portare vantaggi e svantaggi, ma soprattutto possono cambiare. Possono, quindi, essere incoerenti e inconsistenti. Molte persone non aderiscono ai ruoli di genere e questa “violazione” porta a conseguenze negative, soprattutto per i maschi (Adams & Govender, 2008; Levant, 2011), anche se persone di entrambi i sessi si trovano a provare stress dovuto al conformarsi ai ruoli di genere, a lavoro e in famiglia. Secondo il GRSP, esistono diversi tipi di stress derivati dal conformarsi all'ideologia dominante. Il primo è lo stress di discrepanza, dovuto al fatto di non riuscire a vivere secondo il proprio concetto di mascolinità o femminilità ideale, che si avvicina molto alle norme tradizionali. Il secondo è lo stress da disfunzione o malfunzionamento, dovuto al fatto di riuscire a soddisfare le norme tradizionali, ma sapere che molte di queste caratteristiche hanno effetti negativi su sé stessi e gli altri (es. per tratti disfunzionali come l'aggressività maschile). Il terzo è lo stress da trauma, per coloro i quali hanno avuto esperienze molto dure con gli stress precedenti, ad esempio uomini di colore, omosessuali o sopravvissuti ad abusi infantili (Levant, 2011).

Recentemente si è arrivati a parlare di prospettiva multidimensionale, includendo ideologie che integrano, appunto, aspetti diversi dei due poli femminismo – mascolinità. Si considera l'ideologia di genere come un costrutto complesso e con svariate sfaccettature. Grunow e colleghi (2018) hanno analizzato le ideologie in otto Paesi europei e hanno notato le seguenti declinazioni dell'ideologia di genere, al di là del conservatorismo e del liberalismo: maternità o genitorialità intensiva, essenzialismo ugualitario e tradizionalismo moderato.

Secondo la maternità intensiva, la madre si deve occupare primariamente e solamente dei bisogni del figlio, che viene considerato sacro. Assieme alla genitorialità intensiva, si pone l'accento sull'accudimento. Quindi contrastano l'uguaglianza perché non credono che la donna debba contribuire al guadagno familiare, ma contrastano anche il tradizionalismo perché credono che anche l'uomo debba contribuire all'accudimento dei figli, dato che questa è la responsabilità principale della famiglia (Cotter et al., 2011; Grunow et al., 2018). Secondo l'essentialismo uguagliante, si congiungono la libertà di scelta femminile e l'idea che le due sfere (casa e lavoro) abbiano lo stesso valore, in modo che sia accettata la scelta della donna di fare la casalinga. Si esaltano i tratti tradizionali di genere, ma si nega la gerarchia di potere. Si rinnega la supremazia maschilista, ma si accetta il principio del "diversi, ma uguali" (Chatillon et al., 2018; Cotter et al., 2011; Grunow et al., 2018). Secondo il tradizionalismo moderato, l'uomo non è adatto alla cura dei figli e della casa, ma si accetta la divisione delle due sfere per la donna. Questa prospettiva è opposta a quella della genitorialità intensiva, perché pone l'accento sul contributo lavorativo della donna e nega il contributo dell'uomo nell'accudimento dei figli (Grunow et al., 2018).

Data la recente teorizzazione della prospettiva multidimensionale, bisogna tenere conto del fatto che non esistono ancora studi che la utilizzino per ricercare effetti, conseguenze e relazioni delle ideologie di genere. Quindi, anche negli studi presentati successivamente, si continuerà a fare riferimento alla prospettiva unidimensionale.

Dimensione storica

Da un punto di vista storico, dagli anni '60 ad oggi si è assistito a un generale cambiamento ideologico. In particolare, con la seconda ondata di femminismo degli anni '70 e la crisi dell'ideologia mascolina degli anni '90, la popolazione si è rivolta maggiormente all'ideologia liberale (Davis & Greenstein, 2009; Lachance-Grzela & Bouchard, 2010; Levant, 2011; Schnittker, 2003). Cotter e colleghi (2011) hanno analizzato questi cambiamenti tra gli anni '70 e i primi anni 2000, evidenziando come, dopo l'ondata femminista degli anni '70 e la reazione conservatrice e i movimenti

antifemministi degli anni '80, si noti un effettivo rallentamento, se non un arresto, nella diffusione dell'ideologia liberale a metà degli anni '90, quando nasce l'essentialismo ugualitario, che unisce gli elementi contrastanti di familismo tradizionale e ugualitarismo femminista. Questa prospettiva è supportata anche dalla maternità intensiva: per preparare il figlio al mondo esterno e alla vita che lo aspetta, il genitore deve stare a casa con lui. Le madri casalinghe aumentano a causa dello stress causato dal conflitto tra lavoro e famiglia, che si accentua sempre più, e il poco supporto istituzionale alla cura dei figli (es. asili nido). La scelta di stare a casa non è più dovuta alla priorità della carriera del marito, ma al benessere della donna e all'educazione dei figli; è una scelta autonoma della moglie e madre, anche se supporta una divisione tradizionale delle faccende di casa. Questa analisi aiuta a spiegare i cambiamenti ideologici attraverso gli avvenimenti dell'epoca.

A proposito di stress dovuto al conflitto lavoro-famiglia, secondo uno studio di Rajadhyaksha e colleghi (2015), sembra che l'ideologia di genere sia un predittore migliore rispetto al genere stesso; una donna conservatrice dovrebbe esperire maggiormente un'interferenza del lavoro nel tempo familiare, mentre un uomo conservatore dovrebbe esperire maggiormente un'interferenza della famiglia nel tempo lavorativo, per la loro idea sulla divisione dei compiti, ma i risultati non sono univoci. Secondo uno studio di Lachance-Grzela e Bouchard (2010), la donna farebbe più fatica a prendersi responsabilità lavorative, a causa del carico di lavoro a casa, che continua ad essere maggiore per lei, rispetto al marito. Questo potrebbe essere in linea con il dato riportato da Rajadhyaksha e colleghi (2015) riguardo a una maggiore interferenza del lavoro con il tempo familiare per la donna, rispetto a una interferenza della famiglia con il tempo lavorativo.

Sempre in riferimento alla dimensione temporale, al giorno d'oggi è difficile parlare di due generi, maschile e femminile, come di due entità separate, che non possono formare altri generi, come, invece, afferma l'ideologia tradizionale passata. Infatti, con il crescere della complessità e fluidità di genere, gli studiosi stanno sviluppando strumenti per identità e credenze di genere non-binarie e contingenti (Chatillon et al., 2018).

Ideologia di genere ed età di sviluppo

Fino ad ora si è parlato di ideologia di genere in riferimento ad una popolazione adulta, ora faremo riferimento anche ad una popolazione in età di sviluppo, infanzia e adolescenza. Si è visto che i bambini internalizzano in tenera età i ruoli di genere, influenzati dalle ideologie dei genitori e dai loro comportamenti a riguardo. In particolare, apprendono dai genitori la divisione dei compiti in casa (accudimento dei figli, faccende, contribuzione al reddito), divisione che tende a basarsi sulla loro ideologia (Cano & Hofmeister, 2022). Bisogna, però, considerare che gli stereotipi di genere tradizionali interiorizzati precocemente possono avere conseguenze negative in futuro, in quanto non permettono di vedere l'ampio spettro delle possibilità lavorative e accademiche, e delle capacità sociali e cognitive. Per questo motivo, Halpern e Perry-Jenkins (2016) hanno analizzato la relazione tra ideologie e comportamenti dei genitori e le attitudini verso i ruoli di genere dei figli, tenendo in considerazione anche il fattore "genere". Hanno notato che le madri sono le prime a impartire conoscenze riguardo i ruoli di genere ai figli; in particolare le figlie potrebbero apprendere dalla madre tramite il meccanismo del modellamento. Infatti, più la madre si comporta in modo tradizionale, più la figlia è a conoscenza degli stereotipi sulle femmine e meno il figlio è a conoscenza degli stereotipi sui maschi. I padri, invece, potrebbero dettare comportamenti e giochi dei figli e orientarli verso norme stereotipiche, già nel primo anno. I risultati indicano che più il padre ha un'ideologia tradizionale alla nascita del bambino, più il figlio è a conoscenza degli stereotipi sulle femmine all'età di 6 anni. Più la madre ha comportamenti tradizionali, più i figli mostrano interesse in carriere tradizionali. Tenendo in considerazione che l'ideologia e il comportamento dei genitori può non essere congruente, gli autori suggeriscono che, se un genitore vuole crescere il figlio con un'ideologia flessibile, deve sapere che l'educazione comincia presto, al primo anno di vita, il comportamento della madre ha un impatto su figli maschi e femmine, e l'ideologia del padre è particolarmente importante nello spiegare gli stereotipi sul genere femminile dei figli maschi (Halpern & Perry-Jenkins, 2016).

Uno studio di Adams e Govender (2008) ha analizzato la relazione tra padre e figlio maschio, considerando come variabile il perfezionismo. Secondo quanto riportato, il padre influenza la vita del figlio, utilizzando, come principale canale di comunicazione, lo sport, che insegna il rispetto delle regole, la forza e la competizione, aspetti centrali della mascolinità tradizionale. I dati, quindi, sono in linea con quelli dello studio di Halpern e Perry-Jenkins (2016), secondo cui il padre riveste un ruolo importante nell'educazione del figlio, nonostante ci si riferisca a popolazioni diverse, in quanto lo studio di Halpern e Perry-Jenkins (2016) è stato eseguito in USA, con bambini di 6 anni, mentre quello di Adams e Govender (2008) in Sudafrica, con ragazzi tra i 15 e i 19 anni. Anche l'analisi di Grunow e colleghi (2018) riporta che, nel tempo, in Europa, si è visto come il ruolo di padre si sia intensificato, rendendosi coinvolto ed emotivamente presente per i figli, anche se il caregiver primario rimane la madre. Questa evoluzione potrebbe essere dovuta ad un maggior ugualitarismo e alla comparsa della corrente della genitorialità intensiva.

Uno studio ancora più recente (Cano & Hofmeister, 2022) analizza la diade padre-figlio in Australia, considerando il contributo paterno nelle faccende di casa, nell'accudimento dei figli e il calore emotivo paterno verso di loro. Il contributo nelle faccende di casa e, in minor misura, nell'educazione dei figli, da parte del padre, influenza l'ideologia dei figli verso l'ugualitarismo. Al contrario il calore emotivo sembra non avere un effetto. Ne risulta che il miglior fattore predittivo è la quantità di tempo dedicata ai lavori di casa, da parte dell'uomo. Se ci si concentra sulla differenza tra infanzia e adolescenza, si riscontra che l'ideologia del figlio adolescente è più ugualitaria quando il padre fa più lavori in casa e quella del bambino è più ugualitaria quando il padre si occupa della sua educazione. Inoltre, se durante l'adolescenza è più influente il contributo paterno nelle faccende di casa, durante l'infanzia è più influente il fatto che la madre lavori. Questi risultati sono in linea con quanto trovato da Halpern e Perry-Jenkins (2016).

Recentemente, si è provato a indagare anche l'influenza dei figli sull'ideologia dei genitori, quindi la relazione inversa, in quanto è stato dimostrato che i bambini possono influenzare l'ideologia di genere

dei genitori, in particolare quando arrivano ad un'età appropriata secondo la cultura (Davis, 2007; Sun & Lai, 2017). Uno studio di Sun e Lai (2017) ha analizzato famiglie cinesi e ha riscontrato che più figli ha la coppia, più i genitori mostrano un'ideologia tradizionale, in particolar modo la madre. Questa particolarità potrebbe essere dovuta al fatto che è ancora la madre il caregiver primario dei figli. Inoltre, gli autori avevano provato a indagare un'influenza del genere del bambino sull'ideologia genitoriale, considerando che la società cinese è patriarcale e preferisce un maschio ad una femmina. Si era ipotizzato che un maschio potesse influire maggiormente, rispetto ad una femmina, su uno spostamento verso il tradizionalismo dell'ideologia materna, ma i dati non sono certi.

Ancor più dei bambini, gli adolescenti internalizzano le aspettative sui ruoli di genere nella loro ideologia, perché sono in una fase di costruzione della propria identità personale e cercano di evitare l'incertezza e la colpa, che derivano dal non conformarsi alle norme sociali (Van der Vleuten et al., 2016). Galambos (2004) parla dell'ipotesi di intensificazione di genere, che afferma che le differenze comportamentali, attitudinali e psicologiche tra ragazzi e ragazze aumentano con l'età e sono il risultato di un'aumentata pressione sociale nel conformarsi ai tradizionali ruoli maschili e femminili. Non si è sicuri della validità di questa ipotesi, perché è difficile che l'intensificazione di genere si applichi uniformemente in diversi ambiti legati al genere.

Secondo l'analisi di Galambos (2004), i ragazzi sono meno ugualitari delle ragazze e si identificano come più maschili che femminili; per loro è più importante avere caratteristiche maschili, perché un'alta mascolinità è legata ad alta autostima e accettazione dei pari. Per le ragazze un'alta femminilità e mascolinità insieme è legata ad alta autostima e accettazione dai pari. I ragazzi sentono più pressione delle ragazze nel comportarsi come prevede il loro genere, mentre le ragazze sembrano essere più flessibili. Secondo Galambos (2004), la scelta della carriera da parte dei giovani sembra rispecchiare ancora una ideologia più tradizionale. Al contrario, dai risultati dello studio di Van der Vleuten e colleghi (2016) si è riscontrato che, negli adolescenti (14-16 anni), l'ideologia di genere influenza le credenze, i valori lavorativi e le preferenze sulle materie, ma non ha un effetto

significativo sulle scelte del percorso educativo, né diretto né indiretto. Si è arrivati a postulare che le credenze sulle competenze matematiche stanno cambiando e che la matematica in sé non è più considerata solo maschile. Questa differenza di risultati potrebbe essere dovuta ai diversi anni di ricerca (ci sono più di 10 anni di differenza tra un articolo e l'altro, che possono significare molto in un mondo che cambia rapidamente), e alla popolazione presa in considerazione: il primo studio fa riferimento alla popolazione americana, mentre il secondo alla popolazione olandese.

Per quanto riguarda la relazione tra genitori e figli adolescenti, i ragazzi con madri single rispecchiano meno il ruolo di genere rispetto a ragazzi con i genitori ancora insieme, senza distinzione di genere. Se si prende in considerazione l'occupazione della madre, le ragazze con madri lavoratrici rispecchiano meno il ruolo di genere rispetto a ragazze con madri casalinghe. Inoltre, gli adolescenti con madri diplomate sono più ugualitari rispetto a adolescenti con madri non diplomate, ma meno ugualitari rispetto a adolescenti con madri laureate. Le ricerche recenti analizzano la relazione dei ragazzi con i fratelli e i pari, non solo con i genitori, per vedere la loro influenza sulle credenze dei giovani. Si è visto che i fratelli maggiori fungono da modello per i fratelli minori, mentre loro stessi cercano di differenziarsi dai secondi; invece, non è risultato chiaro in che modo il gruppo dei pari influenzi o modelli il comportamento legato al genere in adolescenza (Cano & Hofmeister, 2022; Davis, 2007; Davis & Greenstein, 2009; Galambos, 2004).

È importante ricordare che l'ideologia di genere non si forma invariabilmente in adolescenza, è dinamica, viene modificata continuamente da persone, contesti e posti che si incrociano nel tempo e dalla visione di sé stessi e dei ruoli di genere (Davis, 2007; Galambos, 2004). Secondo lo studio di Davis (2007), l'ideologia viene maggiormente influenzata dal contesto e dalle credenze familiari durante l'infanzia e dalle esperienze personali durante l'adolescenza e la prima età adulta. Questo risultato contrasta con quello dello studio di Cano e Hofmeister (2022), nel quale si riscontra che le credenze e i comportamenti dei genitori non diminuiscono di influenza durante l'adolescenza; ad esempio, come detto sopra, in infanzia influisce maggiormente il contributo paterno nell'educazione,

mentre in adolescenza influisce maggiormente il contributo paterno nelle faccende di casa. Lo studio di Davis (2007), inoltre, conferma una costruzione dinamica dell'ideologia nel corso dello sviluppo, presentando le ragazze come più ugualitarie dei ragazzi, ma mostrando un maggiore spostamento verso il liberalismo per i ragazzi. Infine, entrambi gli studi (Cano & Hofmeister, 2022; Davis, 2007) confermano che gli adolescenti mostrano una loro ideologia internalizzata e analizzabile già a partire dai 14 anni.

Auto-oggettificazione

L'argomento principale di questo capitolo sarà l'auto-oggettificazione, ma prima di poter parlare di essa, bisogna parlare di oggettificazione. Oggettificare qualcuno vuol dire vedere, trattare e ritenere una persona come se fosse un oggetto (Calogero, 2012; Nussbaum, 1995). Secondo Nussbaum (1995) si può oggettificare una persona secondo sette principi, come se ci fossero sette modi diversi di trattare una persona come un oggetto. I principi sono: strumentalità, cioè l'individuo viene utilizzato come se fosse uno strumento per l'obbiettivo di chi oggettifica; negazione di autonomia, cioè la persona viene trattata come se non fosse autonoma e non avesse autodeterminazione; inerzia, cioè l'individuo viene trattato come se non avesse competenza; fungibilità, cioè la persona viene trattata come se fosse intercambiabile con oggetti dello stesso tipo o di tipo diverso; violabilità, cioè l'individuo viene trattato come se non avesse confini e, quindi, si potesse rompere o violare; proprietà, cioè la persona viene trattata come se fosse proprietà di qualcuno e potesse essere venduta e comprata; negazione di soggettività, cioè l'individuo viene trattato come se non bisognasse prendere in considerazione le sue esperienze e sensazioni. La mancanza di autonomia sembra essere l'unico principio che non può mancare nell'oggettificazione di una persona, in quanto gli altri possono essere interscambiabili o non necessari. La strumentalità è il principio più moralmente esigente: posso pensare una persona come non autonoma, ma non solamente o principalmente come uno strumento per i miei obbiettivi. Il contesto (cultura, relazione, tono, comunicazione non verbale) è importante per capire come vengono applicati questi principi (Nussbaum, 1995). Langton aggiunge tre principi ai sette elencati da Nussbaum (1995): riduzione al corpo o a una parte del corpo, focus sull'apparenza e silenziamento, cioè si tratta la persona come se non avesse una voce (Zurbriggen, 2013).

Il concetto dell'oggettificazione è legato al concetto dell'oggettificazione sessuale della donna, che assimila la persona con il suo corpo e ha conseguenze negative sull'immagine corporea (Calogero, 2012). Si vede la persona come un insieme di parti o funzioni sessuali, negandone la personalità o soggettività, a favore dell'uso che ne posso fare altri (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997).

Secondo Nussbaum (1995), ha le basi nei principi di strumentalizzazione, diniego di autonomia e soggettività. La sessualizzazione comprende comportamenti specifici dell'oggettificazione sessuale e accade quando il valore di una persona deriva solo dal suo fascino o comportamento sessuale, tanto da escludere altre caratteristiche, quando una persona deve rispecchiare uno standard di attrattività fisica, quando una persona è sessualmente oggettificata e quando la sessualità è imposta inappropriatamente su una persona (Calogero, 2012; Zurbriggen, 2013).

La sessualizzazione permea la cultura dominante nelle società occidentali, grazie anche alla proliferazione di immagini di donne sessualizzate (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997). Le donne sono oggetto di sessualizzazione tutti i giorni, al di là del loro controllo, e molto di più rispetto agli uomini. Questo si vede in fenomeni quali il catcalling, l'essere oggetto di foto senza consenso, ricevere commenti sessuali verso il corpo femminile e nella violenza (Calogero, 2012). Dove c'è uno sguardo sessualizzato, c'è il potenziale per l'oggettificazione sessuale. Visto che lo sguardo sessista è sotto il controllo degli uomini, poche donne possono evitare totalmente contesti potenzialmente oggettificanti (Fredrickson & Roberts, 1997). Le donne sono più guardate e si sentono più guardate rispetto agli uomini. Gli uomini mettono in atto più sguardi non reciproci/corrisposti rispetto alle donne e sono soliti accompagnare lo sguardo con commenti valutativi sessualizzati (Fredrickson & Roberts, 1997). Secondo correnti filosofiche, l'oggettificazione sessuale della donna la pone in uno stato inferiore, togliendole talvolta la statura morale completa di essere umano (Zurbriggen, 2013).

L'oggettificazione nasce in due contesti: attraverso i media e i social e negli incontri interpersonali o sociali, con conoscenti o estranei (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997; Fredrickson et al., 1998; McKay, 2013). In tutti i contesti online non è raro imbattersi in circostanze in cui si oggettifica la donna o in cui si erotizza la violenza contro di lei (Calogero, 2012). Anche nelle pubblicità si oggettifica spesso l'immagine (Fredrickson & Roberts, 1997). Negli incontri sociali, spesso la donna

viene seguita da uno sguardo oggettificante da parte dell'uomo, e il fatto che lei percepisca questo sguardo la rende consapevole della propria apparenza fisica (Fredrickson et al., 1998).

Teoria dell'oggettificazione

Secondo la teoria dell'oggettificazione, ideata da Fredrickson e Roberts (1997), le donne interiorizzano una prospettiva esterna sul proprio corpo, perché si sentono e sono continuamente osservate; spostano il focus sull'apparenza, invece che sull'azione e sull'affettività, come conseguenza psicologica all'oggettificazione che subiscono quotidianamente (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997; Zurbriggen, 2013). Secondo prospettive femministe, le donne finiscono per interiorizzare l'oggettificazione del proprio corpo. Vedendo questo sguardo giudicante che le segue ovunque, assumono anche loro lo stesso sguardo, valutando la propria apparenza (Calogero, 2012). Oggettificazione e auto-oggettificazione sono due fenomeni distinti: il primo lo mette in atto il gruppo dominante contro il gruppo target, il secondo lo mette in atto il gruppo target contro di sé; entrambi i fenomeni possono lavorare al di fuori della consapevolezza (Zurbriggen, 2013).

Alcune donne potrebbero mantenere una prospettiva esterna nella maggior parte dei contesti di vita e altre in pochi contesti o solo in alcuni (Fredrickson & Roberts, 1997). L'apparenza corporea di una donna determina le esperienze che può fare; la bellezza fisica può trasformarsi in potere, in quanto, grazie ad essa, si possono ricevere nuove proposte e opportunità, che altrimenti non sarebbero arrivate (Fredrickson & Roberts, 1997). In particolare, le ragazze imparano direttamente e vicariamente che la loro apparenza conta, che la valutazione degli altri su come appaiono può determinare come vengono trattate e influenza la loro vita sociale ed economica-lavorativa (Roberts & Gettman, 2004). Il corpo femminile diventa, quindi, oggetto di azioni riparative e monitoraggio per controllare l'oggettificazione altrui, attraverso il controllo sul proprio aspetto; questa attenzione verso il proprio aspetto, appresa tramite la socializzazione, è liberamente scelta dalla donna, se non naturale, e rende disfunzionale la relazione con il proprio corpo, in quanto non lo si vive con accettazione, ma con preoccupazione (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997; Fredrickson et al., 1998). L'auto-

oggettificazione, dunque, porta ad un'autocoscienza caratterizzata da un monitoraggio abituale della propria apparenza, per aiutare a controllare come si viene trattati dagli altri (Calogero, 2012). Questa continua consapevolezza di sé comporta che una parte dell'attenzione è rivolta al corpo e non ad altro, e si può venire facilmente distratte da quello che si sta facendo per concentrarsi su come si appare (Fredrickson & Roberts, 1997).

L'auto-oggettificazione porta a delle conseguenze. La prima manifestazione comportamentale del fenomeno è il monitoraggio cronico del proprio corpo o autosorveglianza, di cui si parla nel paragrafo precedente. A questo, si aggiungono conseguenze psicologiche ed esperienziali, quali: vergogna del proprio corpo, ansia d'apparenza e sicurezza, concentrazione ridotta nei compiti fisici e mentali o carenza di motivazione intrinseca, consapevolezza diminuita sugli stati corporei interni (ad esempio, fatica, fame, sete). Queste esperienze soggettive possono portare a elevati rischi di depressione, disturbi alimentari e disfunzioni sessuali (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997; Roberts & Gettman, 2004). Di seguito, si presentano i diversi effetti in maniera più dettagliata (vedi Immagine 1).

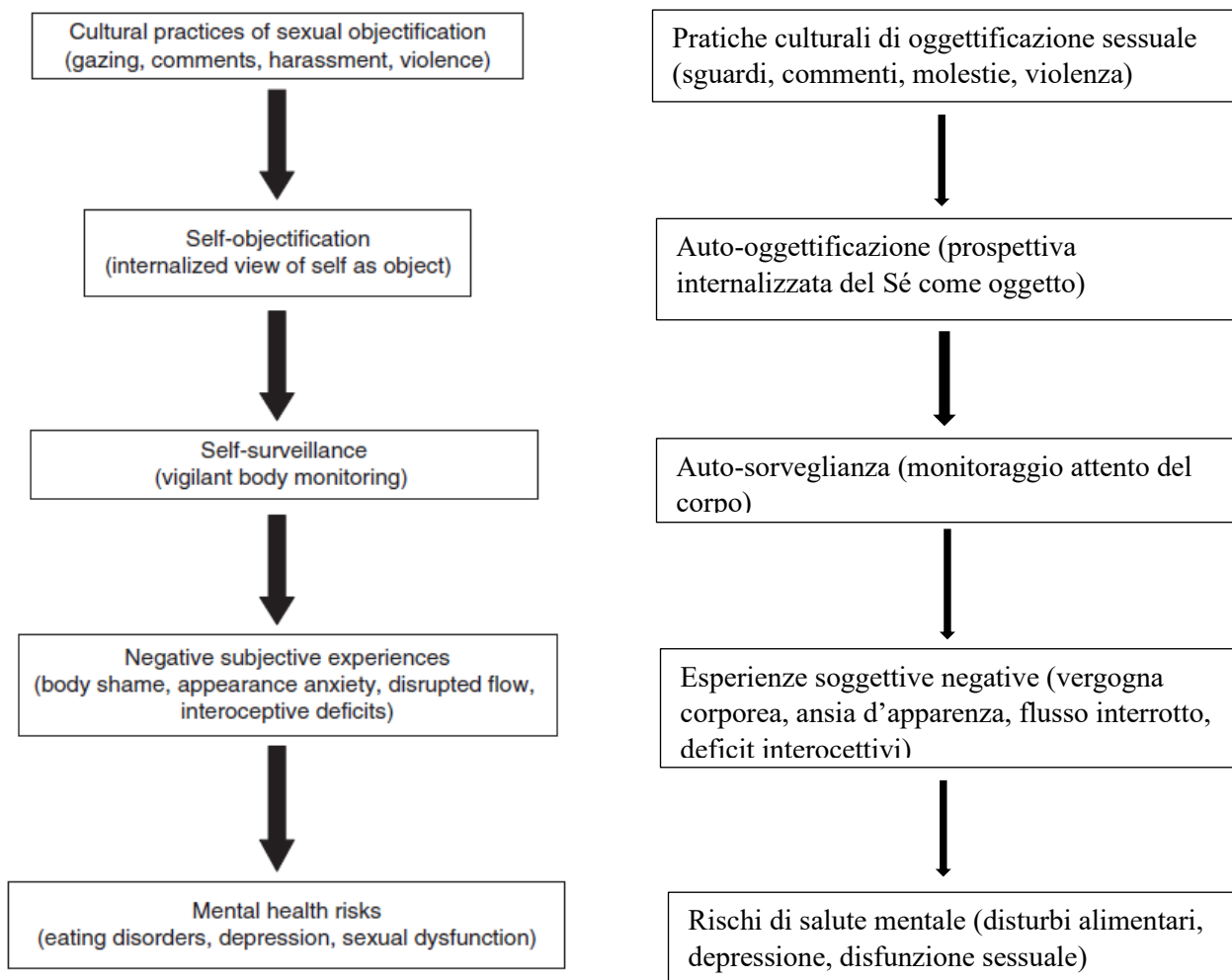


Immagine 1: Rappresentazione grafica della teoria dell'oggettificazione (Calogero, 2012)

La vergogna deriva dall'unione di un'autovalutazione negativa e la potenziale esposizione sociale, dall'impossibilità di raggiungere gli standard culturali a cui si puntava (Fredrickson & Roberts, 1997; Roberts & Gettman, 2004). Secondo la cultura occidentale, la bellezza di una donna coincide con la pelle chiara, la magrezza e la giovinezza, ma l'ideale di per sé è irrealistico e impossibile da raggiungere. Il fatto che le donne continuino a confrontare il proprio corpo con quest'ideale può portarle a provare vergogna (Fredrickson & Roberts, 1997; Fredrickson et al., 1998; Roberts & Gettman, 2004). Questo sentimento porta a un intenso desiderio di nascondersi, di scappare, di sparire, a un senso di inutilità e impotenza (Fredrickson & Roberts, 1997; Roberts & Gettman, 2004).

Essere donna in una cultura che la oggettifica può condurre a diverse forme di ansia, tra cui ansia d'apparire e ansia per la sicurezza: la prima consiste nella preoccupazione per come si appare alle

altre persone (in modo curato o disordinato, con vestiti adeguati o meno, ecc.), la seconda consiste nella preoccupazione per la propria sicurezza fisica. L'ansia di apparire potrebbe essere dovuta a esperienze sociali negative precoci, dove la persona ha ricevuto commenti negativi relativi alla sua persona, oppure potrebbe essere legata al desiderio di raggiungere gli ideali fisici culturali (Fredrickson & Roberts, 1997; Roberts & Gettman, 2004). Si manifesta controllando e aggiustando il proprio apparire spesso o abitualmente. L'ansia di apparire si lega all'ansia per la sicurezza, poiché nella cultura odierna, una donna attraente e, quindi, potente, può apparire ad alcuni uomini come una minaccia, e ritrovarsi, quindi, in una posizione di insicurezza per la sua incolumità fisica (Fredrickson & Roberts, 1997).

Per quanto riguarda la carenza di picchi motivazionali o la riduzione della concentrazione, nella nostra cultura, per alcune donne, può essere difficile immergersi totalmente in un'esperienza, in quanto si può essere interrotte o distratte da commenti sul proprio aspetto fisico, come vedremo in alcuni studi presentati nel paragrafo successivo (Fredrickson & Roberts, 1998; Quinn et al., 2006b). secondo la teoria di Fredrickson e Roberts (1997), l'immersione totale in un'esperienza ha degli effetti positivi, quali gioia e gratificazione, che vengono negati a una donna che ha internalizzato una prospettiva esterna ed è autoconsapevole di sé (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997).

Per quanto riguarda la scarsa consapevolezza di stati corporei interni, i segnali fisiologici determinano, in misura ridotta, l'esperienza soggettiva di una donna, rispetto ad un uomo, perché li riconosce con più difficoltà. La pratica della dieta, sin dalla giovane età, potrebbe abituare a non ascoltare gli stimoli che vengono dal proprio corpo, non solo della fame, ma tutti. Molte donne si affidano alla dieta per mantenere un corpo magro e, secondo alcuni autori come Polivy e colleghi (1990), nel sopprimere gli stimoli della fame, finiscono per diventare insensibili agli stimoli corporei interni. Oppure la donna potrebbe far fatica ad ascoltare gli stimoli interni perché troppo concentrata sulla propria apparenza (Fredrickson & Roberts, 1997).

L'auto-oggettificazione sembra dare una spiegazione anche al fatto del perché le donne che soffrono di depressione siano il doppio degli uomini, unendo spiegazioni precedenti, come quella biologica (le donne hanno meno estrogeni) o quella legata allo status sociale (le donne hanno meno potere e uno status sociale inferiore rispetto agli uomini). I cambiamenti ormonali creano cambiamenti corporei, a causa dei quali la donna viene oggettificata e si auto-oggettifica, esperisce la perdita di sé stessa. L'ansia, la vergogna e la carenza di picchi motivazionali, dovuti all'auto-oggettificazione, portano la donna a fare esperienza di stati negativi e a far fatica a fare esperienze positive e piacevoli; quindi, a manifestare sintomi depressivi (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997). Anche la sensazione di impotenza in una donna, causata dal fatto di non poter controllare o modificare il proprio corpo e le reazioni degli altri ad esso, possono portare a sintomi depressivi. Pertanto, alcuni autori hanno legato l'aumento del rischio di depressione al fatto che le donne abbiano meno esperienze positive, perché si sentono spesso osservate dagli uomini o per carenza di motivazione intrinseca (Fredrickson & Roberts, 1997). La ricerca conferma che l'auto-oggettificazione e l'autosorveglianza sono direttamente legate a depressione (Calogero, 2012).

Le donne sono circa il 90% dei pazienti che soffrono di bulimia e anoressia nervosa e l'obesità è più frequente tra le donne rispetto agli uomini. Fredrickson e Roberts (1997) presentano due prospettive femministe che possono, in parte, spiegare questi dati. Secondo la prima prospettiva, per alcuni i disordini alimentari sono estremi di un continuum normativo secondo cui le ragazze controllano quello che mangiano per controllare il proprio corpo, nel tentativo di raggiungere e mantenere l'ideale corporeo di magrezza. Secondo la seconda prospettiva femminista, il controllo sull'alimentazione potrebbe essere una dichiarazione politica contro il patriarcato, essendo il corpo uno dei pochi ambiti d'influenza femminile, da poter usare contro il potere maschile. Entrambe le spiegazioni sono in linea con la teoria dell'oggettificazione: i disordini alimentari potrebbero diminuire vergogna corporea e ansia d'apparire o essere una resistenza (Fredrickson & Roberts, 1997). La ricerca ha dimostrato che l'auto-oggettificazione e l'autosorveglianza predicono direttamente maggiori comportamenti e

attitudini dei problemi alimentari e che questa relazione può essere in parte spiegata da vergogna del proprio corpo e ansia per l'apparenza (Calogero, 2012).

Le donne tendono a riportare più insoddisfazione e disfunzione sessuale degli uomini. Questo potrebbe essere l'effetto di doppi standard e stereotipi di genere (ad esempio, la donna deve dare e non prendere, non deve essere egoista, mentre l'uomo può farlo). Secondo la teoria dell'oggettificazione, questa differenza potrebbe essere dovuta al monitoraggio continuo del proprio corpo da parte di alcune donne, a vergogna e ansia, e alla scarsa attenzione ai loro stati interni (Fredrickson & Roberts, 1997). Secondo Roberts e Gettman (2004), l'auto-oggettificazione porta la donna a vivere il sesso in una doppia prospettiva, e quindi a viverlo peggio rispetto agli uomini. La ricerca conferma una relazione tra auto-oggettificazione e minor soddisfazione sessuale, minor autostima sessuale, minor competenza sessuale percepita (Calogero, 2012).

Oltre alle conseguenze dell'auto-oggettificazione presentate fin ad ora, che sono state teorizzate da Fredrickson e Roberts (1997) e dimostrate empiricamente (Calogero, 2012; Fredrickson et al., 1998; Roberts & Gettman, 2004; Quinn et al., 2006a; Quinn et al., 2006b), alcuni studi hanno evidenziato altri effetti secondari, come autolesionismo, maggior supporto psicologico e comportamentale per la chirurgia cosmetica, minor capacità cognitiva, sensazioni di umiliazione e disgusto, minor autostima globale e soddisfazione corporea, maggior paura e rischio percepito di stupro e maggior ostilità verso altre donne (Calogero, 2012; McKay, 2013; Strelan & Hargreaves, 2005).

Auto-oggettificazione di stato e di tratto

Fino ad ora abbiamo esaminato la teoria legata all'auto-oggettificazione, ora entriamo nel vivo delle prime ricerche empiriche che hanno confermato l'ipotesi di Fredrickson e Roberts (1997). Il primo studio è stato condotto da Fredrickson e colleghe (1998), che hanno analizzato il rapporto tra auto-oggettificazione e vergogna corporea, problemi alimentari e performance nei compiti matematici. Le studiose hanno testato sia l'auto-oggettificazione di tratto, tramite un questionario (Self-Objectification Questionnaire), sia l'auto-oggettificazione di stato, tramite la richiesta di indossare un

costume da bagno (condizione sperimentale) o un maglione (condizione di controllo). Si può parlare di auto-oggettificazione di stato in quanto essa può essere stimolata da certe situazioni, che accentuano la consapevolezza di una prospettiva esterna sul proprio corpo (ad esempio, indossando un costume da bagno). I risultati hanno mostrato che le donne con maggior auto-oggettificazione di tratto, nella condizione sperimentale, riportano il maggior livello di vergogna corporea, che, a sua volta, predice i problemi alimentari. Quindi, l'auto-oggettificazione è un fattore di rischio per i problemi alimentari, con la mediazione della vergogna corporea. È stato verificato che l'auto-oggettificazione indotta (condizione con il costume) cattura l'attenzione delle donne e riduce le risorse mentali, portando a performance peggiori in compiti matematici. In un secondo momento è stato fatto un confronto anche con gli uomini, che non riportano gli stessi risultati delle donne, ma dicono di sentirsi ridicoli, sciocchi e imbranati nella condizione sperimentale.

Dopo questo studio, ne sono seguiti altri che hanno preso in considerazione l'auto-oggettificazione di stato. In particolare, Quinn e colleghe (2006b) si sono concentrate sulla relazione tra auto-oggettificazione indotta e peggioramento delle performance cognitive. Nell'articolo ci si domanda se il peggioramento delle performance matematiche, riscontrato dallo studio di Fredrickson e colleghe (1998), non sia dovuto all'attivazione di stereotipi di genere (stereotype threat), secondo cui la donna è meno portata per la matematica, rispetto all'uomo. Per escludere questa ipotesi, nello studio si propone il test di Stroop. Le donne nella condizione sperimentale riportano maggior vergogna corporea e mostrano una performance peggiore nel test di Stroop, impiegando più tempo a rispondere per ciascuna parola. Ne consegue che l'oggettificazione potrebbe privare di risorse attentive le donne nel mondo reale.

Quinn e colleghe (2006a) hanno indagato come le esperienze temporanee di oggettificazione possano modificare il modo in cui si vedono le donne, portandole ad essere più attente al proprio corpo. In particolare, hanno analizzato la relazione tra auto-oggettificazione indotta e pensieri negativi sul corpo persistenti, in seguito alla condizione sperimentale. Le donne riportano un aumento della

vergogna e continui pensieri sul proprio corpo, anche dopo essersi rivestite (circa dopo dieci minuti dallo stato di auto-oggettificazione). I pensieri persistenti sul corpo sono mediati dalla vergogna corporea. Ciò significa che le donne che sperimentano più vergogna in uno stato di auto-oggettificazione rischiano di continuare a ruminare maggiormente sui loro corpi, anche dopo che lo stimolo oggettivante è passato.

Roberts e Gettman (2004) hanno notato che si può indurre uno stato di auto-oggettificazione in modo molto sottile, semplicemente presentando parole oggettificanti, che rimandano all'apparenza fisica. Questo stato di auto-oggettificazione accresce i livelli di ansia d'apparenza e di vergogna corporea. Il fatto che semplici parole possano indurre uno stato di auto-oggettificazione vuol dire che può accadere semplicemente leggendo un giornale. Questo dà un'idea del potere che hanno i media sui pensieri delle persone e del rischio di incorrere in un continuo stato di auto-oggettificazione.

Auto-oggettificazione e differenze di genere, etnia e orientamento sessuale

Dagli studi visti fino ad ora, sembra che gli uomini siano immuni all'oggettificazione e all'auto-oggettificazione. In realtà, nel corso degli ultimi trenta anni, grazie a una crescente oggettificazione del corpo maschile, alcuni studi hanno riportato che anche gli uomini mostrano di essere affetti da stati di auto-oggettificazione: si riscontra minor autostima, minor benessere psicologico generale e minor soddisfazione corporea, maggior autosorveglianza, problemi alimentari e diete (Calogero, 2012; Martins et al., 2007; Schwartz et al., 2010; Strelan & Hargreaves, 2005; Wagner Oehlhof et al., 2009). Inoltre, è stato dimostrato un legame tra un'immagine corporea negativa e stress psicologico negli uomini (Schwartz et al., 2010).

I media e le pubblicità rinforzano un ideale corporeo maschile muscoloso e definito, a cui l'uomo è portato a paragonarsi, come la donna, e che tenta di raggiungere con ogni mezzo (es. palestra, steroidi) (Martins et al., 2007; Murnen & Don, 2012; Strelan & Hargreaves, 2005). L'esposizione a immagini idealizzate porta l'uomo a sentirsi più insoddisfatto del proprio corpo e ad allenarsi per motivi legati all'apparenza (Strelan & Hargreaves, 2005).

Oltre ad evidenziare gli effetti dell'oggettificazione sull'uomo, si possono evidenziare le differenze di conseguenze tra diverse popolazioni, distinte per età, etnia e orientamento sessuale (Fredrickson & Roberts, 1997).

Uno studio di Hebl e colleghi (2004), condotto negli Stati Uniti d'America, ha preso in considerazione uomini e donne di diverse etnie (caucasica, afroamericana, asiatica, ispanica). Si è visto che, anche se le donne caucasiche sono le più sensibili a esperienze negative legate all'immagine corporea, l'auto-oggettificazione di stato influenza a livello psicologico e comportamentale tutti i partecipanti, di diverso genere ed etnia: tutti hanno avuto maggior vergogna corporea, minor autostima e performance matematiche peggiori nella condizione sperimentale. Gli individui afroamericani hanno una attitudine più positiva verso il proprio corpo e minori tratti di auto-oggettificazione, mentre gli individui ispanici hanno una attitudine più negativa e maggiori tratti di auto-oggettificazione, rispetto ad altre etnie. Le donne hanno una minor autostima corporea e maggiori tratti di auto-oggettificazione, rispetto agli uomini.

Per quanto riguarda la sessualità, secondo Calogero (2012) non c'è differenza tra donne lesbiche e eterosessuali in oggettificazione sessuale e auto-oggettificazione, ma c'è per autosorveglianza. Quindi il fatto di non cercare l'approvazione degli uomini, dato dall'orientamento sessuale, non protegge totalmente dagli effetti dell'oggettificazione.

Alcuni studi si sono concentrati sulla differenza di orientamento sessuale tra gli uomini e la relazione con l'oggettificazione. Gli uomini omosessuali riportano una maggiore auto-oggettificazione, rispetto agli eterosessuali; alcuni autori hanno ricondotto questo risultato al fatto che fanno parte di una subcultura che oggettifica il corpo e enfatizza l'apparenza fisica e l'attrattività, cosa che li porta a catturare l'attenzione del partner con l'aspetto fisico (Calogero, 2012; Martins et al., 2007; Wagner Oehlhof et al., 2009). I risultati dello studio di Martins e colleghi (2007) riportano che gli omosessuali mostrano livelli maggiori di auto-oggettificazione, autosorveglianza, vergogna corporea, insoddisfazione corporea e problemi alimentari, rispetto agli eterosessuali. I risultati supportano la

teoria dell'oggettificazione per gli omosessuali, che mostrano un livello maggiore di auto-oggettificazione di stato e di tratto rispetto agli eterosessuali, i quali comunque mostrano un aumento dei livelli di insoddisfazione corporea e problemi alimentari, quando si induce uno stato di auto-oggettificazione.

Auto-oggettificazione ed età di sviluppo

Risulta interessante indagare il costrutto dell'auto-oggettificazione tra gli adolescenti, in quanto l'adolescenza, come periodo di grande cambiamento e formazione identitaria, dove aumenta l'autoconsapevolezza, la preoccupazione per l'immagine e l'accettazione sociale, è un periodo di sviluppo importante per l'auto-oggettificazione (Tiggemann & Slater, 2015).

Già dalle prime teorizzazioni, Fredrickson e Roberts (1997) avevano evidenziato delle differenze nel corso del ciclo di vita. Infatti, avevano ipotizzato che il massimo grado di auto-oggettificazione si sarebbe riscontrato in ragazze adolescenti e giovani adulte, mentre che, all'aumentare dell'età, sarebbe diminuita l'oggettificazione sessuale e, di conseguenza, anche l'auto-oggettificazione, l'autosorveglianza, la vergogna corporea, l'ansia d'apparire e i disturbi alimentari (Calogero, 2012). Con l'avanzare dell'età, il corpo delle donne comincia a perdere visibilità, lasciando spazio ad altre loro caratteristiche e successi, aumenta la salute mentale, il senso di autonomia e autodeterminazione. Con il diminuire del senso di oggettificazione, dovrebbero invertirsi gli effetti subiti in adolescenza (Fredrickson & Roberts, 1997).

Le ragazze adolescenti riportano una prospettiva esterna sul loro corpo, maggiore rispetto ai ragazzi, e una maggiore insoddisfazione corporea (Calogero, 2012; Katz-Wise et al., 2012). Fanno esperienza di un calo drastico e prolungato di autostima e dai 13 anni mostrano sintomi depressivi, autosorveglianza, vergogna corporea e problemi alimentari (Fredrickson & Roberts, 1997; Katz-Wise et al., 2012; Tiggemann & Slater, 2015). Questo avviene perché il corpo di una ragazza che cambia le forme con la pubertà diventa di pubblico dominio: viene osservato e commentato, controllato da genitori e insegnanti e diventa oggetto di sessualizzazione (Fredrickson & Roberts, 1997). Alcune

evidenze empiriche parlano perfino di bambine che si auto-oggettificano e di sessualizzazione di ragazze in età prepuberale nei media (Daniels et al., 2020). Uno studio di Tiggemann e Slater (2015) si è concentrato sulla prima adolescenza (ragazze tra i 10 e i 12 anni) e ha confermato che, anche in questa fascia d'età, l'auto-oggettificazione è associata a vergogna corporea, che, a sua volta, è associata a dieta e sintomi depressivi.

Se in infanzia e prima adolescenza compare l'auto-oggettificazione, in adolescenza questa cresce, a causa dell'aumento degli incontri oggettificanti. Visto che l'adolescenza è un periodo delicato per la formazione della propria identità, se all'interno di questa identità rientrano prospettive auto-oggettificanti, è probabile che si riscontrino anche in età più avanzate, come in età adulta. Secondo uno studio di Vangeel e colleghi (2018), un aumento nell'internalizzazione degli ideali di apparenza in adolescenza porta a un aumento nei livelli di sorveglianza corporea e valorizzazione dell'apparenza sulla competenza, in giovane età adulta. Ciò conferma che l'auto-oggettificazione in adolescenza ha degli effetti duraturi anche in età adulta.

Per quanto riguarda l'insoddisfazione sessuale, le ragazze con auto-oggettificazione elevata potrebbero cedere alle richieste sessuali dei ragazzi, proteggersi meno o in maniera irregolare e sentirsi meno a loro agio a parlarne; mentre ragazze con bassa auto-oggettificazione sono più a loro agio a parlare di sessualità e fanno più esperienze (Daniels et al., 2020). In adolescenza, l'auto-oggettificazione provoca vergogna corporea e ansia d'apparire, che, a loro volta, rispettivamente, provocano sintomi depressivi e problemi alimentari in giovinezza. Come negli adulti, sembra che l'auto-oggettificazione impedisca alle adolescenti di utilizzare pienamente le loro risorse cognitive (Daniels et al., 2020).

La socializzazione alla cultura occidentale e all'oggettificazione avviene tramite il contesto familiare, in modo particolare grazie al rapporto con la madre, che rimane il caregiver principale, tramite il gruppo dei pari e l'esposizione ai media (Daniels et al., 2020).

Le madri hanno un ruolo importante nel trasmettere attitudini e ideali corporei ai propri figli adolescenti (Katz-Wise et al., 2012). Secondo Daniels e colleghi (2020), le ragazze potrebbero imparare ad auto-oggettificarsi attraverso il modellamento della madre, in quanto l'auto-oggettificazione e l'insoddisfazione corporea delle ragazze correla con l'auto-oggettificazione, l'autosorveglianza e l'insoddisfazione corporea della propria madre. Secondo uno studio di Katz-Wise e colleghi (2012), in adolescenza si verifica l'ipotesi dell'individuazione e non del modellamento, come riportato da Daniels e colleghi (2020), secondo cui il ragazzo ha un atteggiamento autonomo e indipendente rispetto ai genitori, in quanto si riporta una relazione negativa tra l'autosorveglianza della madre e quella del figlio/a. Ciò significa che, se la madre ha alti livelli di auto-oggettificazione e bassi livelli di stima corporea, l'adolescente avrà bassi livelli di auto-oggettificazione e alti livelli di stima corporea e viceversa. Negli studi precedenti non viene presa in considerazione la figura del padre. Secondo alcuni dati, le ragazze potrebbero imparare a valorizzare l'apparenza fisica in infanzia, rispecchiando l'attitudine verso il proprio corpo della madre; mentre in adolescenza l'influenza materna potrebbe diminuire e la relazione con la madre potrebbe essere un fattore protettivo, portando a minor vergogna e maggior stima corporea (Daniels et al., 2020; Katz-Wise et al., 2012).

In adolescenza, il gruppo dei pari diventa un importante fonte di informazione sociale, anche se le ragazze sono a rischio di auto-oggettificazione e di vergogna, di fronte alle valutazioni fisiche fatte proprio dai pari (Daniels et al., 2020; Vangeel et al., 2018). Secondo alcuni studi, anche i commenti positivi sul corpo e le conversazioni sull'apparenza incoraggiano le adolescenti a focalizzarsi sul proprio aspetto (Daniels et al., 2020; Tiggemann & Slater, 2015). Inoltre, i dati riportano che il passaggio alla scuola media porta a maggiori problemi di autosorveglianza e vergogna corporea, a causa dell'esposizione a ragazzi più grandi (Daniels et al., 2020).

In adolescenza, i media sono una fonte di socializzazione tanto quanto i pari, date le ore che i giovani spendono con questi (Daniels et al., 2020; Tiggemann & Slater, 2015). La quantità di tempo passata

sui social media potrebbe influire sull'autosorveglianza corporea e il confronto con gli altri, grazie all'esposizione a messaggi sessualizzanti, come "l'apparenza è la cosa più importante" (Daniels et al., 2020; Vangeel et al., 2018). L'effetto dei media potrebbe essere minore nella prima adolescenza (quando si usano meno) e potrebbe essere attenuato da alcuni moderatori, come l'identità etnica (Daniels et al., 2020).

Auto-oggettificazione e ideologia di genere

Secondo diversi studiosi, l'oggettificazione sessuale potrebbe far parte di una più ampia ideologia sessista (Calogero, 2012). Sotto il patriarcato, le ragazze sono più soggette a sguardi oggettificanti rispetto ai ragazzi, quindi si auto-oggettificano di più (Daniels et al., 2020). Il femminismo vede l'oggettificazione delle donne da parte degli uomini come un problema centrale nella vita quotidiana, in quanto priva le donne di autoespressione e autodeterminazione; ha il compito di sessualizzarle in modo che trattino loro stesse come oggetti da valutare in base al proprio aspetto (Fredrickson et al., 1998; Nussbaum; 1995).

Nella società, si insegna ad oggettificare una donna attraverso i ruoli di genere tradizionali, che formano gli stereotipi sugli attributi personali di uomo e donna (Calogero, 2013; McKay, 2013). Le donne che ricoprono il ruolo tradizionale e hanno più tratti femminili hanno attitudini più negative verso il proprio corpo; mentre le donne che fanno propri aspetti femminili e maschili insieme ("androgine") aderiscono meno agli stereotipi di genere e potrebbero essere meno soggette ad auto-oggettificazione (McKay, 2013). Secondo uno studio svolto con partecipanti maschi adulti eterosessuali, una rigida aderenza alle norme maschili porta a maggior stress legato all'ideale corporeo maschile (muscoloso) (Schwartz et al., 2010). Concentrarsi su successo, obiettivi, competizione, potere e controllo e essere capaci di formare connessioni emotive profonde predicono negativamente l'auto-oggettificazione, perché il focus non è più sull'apparenza esterna; mentre uomini che fanno fatica ad avere connessioni emotive profonde con gli altri sono più auto-oggettificati. Avere un senso del sé autonomo è un fattore protettivo contro l'auto-oggettificazione

(Schwartz et al., 2010). In generale, uomini e donne che si preoccupano di conformarsi al ruolo di genere, quindi uomini che puntano ad avere posizioni di potere e donne che accettano una posizione subordinata, sono più suscettibili a messaggi su ideali corporei, in quanto l'immagine corporea stereotipizzata supporta i ruoli di genere stereotipizzati (Murnen & Don, 2012).

Alcuni studiosi hanno preso in considerazione la teoria della giustificazione del sistema per spiegare perché le donne si auto-oggettificano anche se porta a conseguenze negative. Secondo questa teoria, le ideologie dominanti, che giustificano le disuguaglianze di gruppo, modificano le attitudini e i comportamenti del gruppo svantaggiato, in modo che accettino e preservino lo status quo (Calogero & Jost, 2011). Le donne, quindi, sono incoraggiate a oggettificare il proprio sé da ideologie sessiste che legittimano i ruoli di genere tradizionali (Calogero, 2013). Se esposte a stereotipi sessisti (anche benevoli), le donne adulte aumentano la propria auto-oggettificazione, autosorveglianza e vergogna corporea, e diminuiscono il livello di performance cognitiva (Calogero, 2013; Calogero & Jost, 2011; Siegel & Calogero, 2019). L'ideologia sessista (benevola) può legittimare le disuguaglianze di genere e suscitare comportamenti tradizionali di genere, aumentando auto-oggettificazione e controllo dell'apparenza nelle donne. Ricordare alle donne, in maniera sottile, del loro ruolo inferiore può favorire a breve termine un coinvolgimento e a lungo termine un'identificazione con valori sociali tradizionalmente femminili (Calogero & Jost, 2011). Questo dato può venire collegato alla diminuzione di partecipazione femminile nell'attivismo sociale. Uno studio di Calogero (2013) riporta che una maggiore auto-oggettificazione di tratto e di stato predice una maggiore giustificazione del sistema, che, a sua volta, predice un minore attivismo sociale di genere (es., le donne lottano meno per cambiare il proprio status sociale). Quindi, la partecipazione nell'attivismo sociale è diminuita perché una donna è motivata a supportare lo status quo, quando è più concentrata su come appare rispetto a cosa prova e cosa può fare (Calogero, 2013). Secondo uno studio di Zurbriggen (2013), l'auto-oggettificazione rende impossibile la consapevolezza della differenza di condizione per il gruppo dominante e quello target; quindi, rende impossibile anche immaginare una realtà alternativa, percepire di meritarsi di meglio e provare rabbia. L'auto-oggettificazione

interferisce con la consapevolezza e la coscienza di gruppo, porta alla credenza della impermeabilità dei confini del gruppo, della stabilità della struttura sociale (Zurbriggen, 2013).

Infine, uno studio di Siegel e Calogero (2019) analizza la relazione tra l'auto-oggettificazione e l'identificazione con il femminismo in studentesse universitarie. Ne risulta che auto-identificarsi come femminista, rispondendo in modo affermativo alla domanda "ti identifichi come femminista?", non protegge dall'auto-oggettificazione, in quanto non si rigettano le norme femminili tradizionali come la bellezza e il romanticismo, che sono predittive di auto-oggettificazione.

Autostima

Definizioni di autostima

Il termine “autostima” viene visto e definito in diversi modi, ma, in generale, si riferisce alla percezione o stima soggettiva del proprio valore personale, alla misura in cui un individuo ha una visione negativa o positiva su di sé (Abdel-Khalek, 2016; Madsen, 2014; Minev et al., 2018; Rosenberg et al., 1995; Orth & Robins, 2014). È legata a credenze personali riguardo le capacità, le abilità e le relazioni sociali. È un barometro globale di autovalutazione, che comprende la stima cognitiva riguardo il valore generale e le esperienze affettive del sé, che sono collegate alla stima generale (Abdel-Khalek, 2016; Rosenberg et al., 1995; Sowislo & Orth, 2013). Secondo una prospettiva clinica, l’autostima è la disposizione di fare esperienza di sé come competente nell’affrontare le sfide basiche della vita e come degno di felicità. Secondo una prospettiva sociale, l’autostima è un’interpretazione globale favorevole del Sé (Campbell et al., 2010; Minev et al., 2018).

L’autostima è composta da due aspetti: competenza e valore. La competenza si riferisce al considerarsi efficiente, capace ed efficace, a fidarsi della propria abilità di pensare, imparare, scegliere e fare giuste decisioni, superare le sfide e creare cambiamento (Abdel-Khalek, 2016; Cast & Burke, 2002). Il valore si riferisce al rispettarci, al confidare di avere il diritto di essere felice e di essere meritevole di rispetto, al sentirsi una persona di valore (Abdel-Khalek, 2016; Cast & Burke, 2002).

Si può parlare di autostima globale e di autostima dominio specifica (abilità fisiche o cognitive, ruolo sociale, ecc.) (Abdel-Khalek, 2016; Brown & Marshall, 2006; Sowislo & Orth, 2013). La prima è la valutazione generale del Sé, positiva o negativa; rappresenta come le persone si sentono generalmente riguardo a sé stesse (Adams et al., 2017; Brown & Marshall, 2006; Cast & Burke, 2002; Minev et al., 2018; Orth & Robins, 2014). La seconda si riferisce a come le persone valutano le proprie abilità e attributi (Abdel-Khalek, 2016; Brown & Marshall, 2006). Si può parlare di autovalutazioni, in quanto si riferisce alle valutazioni che vengono fatte su attributi fisici, caratteristiche di personalità e abilità. Secondo questa prospettiva, le persone hanno diversi livelli di autostima, per diversi domini (Brown

& Marshall, 2006). Secondo Rosenberg e colleghi (1995), l'autostima globale e quella specifica sono due fenomeni interrelati, ma distinti e non interscambiabili: la prima ha una componente più affettiva e tende a essere più associata con il benessere psicologico (ha una relazione più forte rispetto all'autostima specifica), mentre la seconda ha una componente più cognitiva e tende a essere associata con la performance, infatti, un comportamento specifico è meglio predetto dall'autostima specifica che è in qualche modo connessa con quel comportamento.

Ci sono altre distinzioni che si possono fare. Ad esempio, Brown e Marshall (2006) e Abdel-Khalek (2016) parlano di autostima di stato, oltre all'autostima globale e all'autostima riguardante un dominio specifico. L'autostima di stato è contingente, si modifica in base ad eventi esterni ed esperienze; dipende da successi e fallimenti di uno specifico dominio di contingenza, a differenza dell'autostima globale, che è stabile nel tempo (Orth & Robins, 2014). Si riferisce alle reazioni emotive di autovalutazione agli eventi, che possono minacciare o rinforzare l'autostima. Queste reazioni emotive sono sentimenti di valore personale, come sentirsi orgoglioso e soddisfatto o umiliato e imbarazzato (Abdel-Khalek, 2016; Brown & Marshall, 2006). È considerata generalmente maladattiva, perché suggerisce che l'individuo non ha un senso stabile di valore personale (Adams et al., 2017; Orth & Robins, 2014).

Inoltre, l'autostima può essere esplicita o implicita. La prima è controllabile, consapevole e deliberata; mentre la seconda è automatica, riflessiva e non controllabile (Bosson et al., 2008; Ostrowsky, 2009).

L'autostima di una persona può dipendere da fonti interne, come pensiero indipendente, progetti produttivi, impegni morali, o da fonti esterne, come fama, salute, apparenza fisica, approvazione da parte dei pari o della famiglia, o da un insieme di entrambe le fonti (Campbell et al., 2010). Secondo uno studio di Josephs e colleghi (1992), esistono differenze di genere riguardo alle fonti dell'autostima, a causa dei diversi pattern di interazioni sociali ed esperienze interpersonali che caratterizzano uomini e donne fin dai primi anni della loro vita. La maggior parte delle donne ha una

visione di sé più collettivista o connessa, le relazioni con gli altri, specie persone importanti e di valore, sono un elemento cruciale e fanno parte del Sé. La maggior parte degli uomini ha una visione più individualista, indipendente o autonoma del Sé, e si vede distinto rispetto agli altri. I risultati dello studio, condotto tra studenti e studentesse universitari americani, indicano che, per gli uomini, l'abilità di vedersi come un individuo unico e distinto è una fonte di autostima; mentre per le donne, l'autostima dipende, almeno in parte, dalla capacità di connettersi e interdipendere dagli altri.

Infine, l'autostima viene spesso legata al concetto di narcisismo, secondo cui il narcisista presenta un pattern pervasivo di grandiosità e importanza del Sé, è impegnato nel dimostrare la propria superiorità, cerca attenzione e ammirazione dagli altri (Abdel-Khalek, 2016; Bosson et al., 2008; Campbell et al., 2010). Il narcisismo può essere visto come una forma estrema di autostima, dato che punteggi elevati nelle scale dell'autostima tendono a riportare livelli di narcisismo (Abdel-Khalek, 2016). Bosson e colleghi (2008) analizzano il modello della maschera, secondo cui le persone che hanno un alto punteggio narcisista hanno un'alta autostima esplicita e una bassa autostima implicita. Secondo questo modello, i narcisisti hanno un Sé grandioso che maschera profonde insicurezze. Gli studi analizzati riportano risultati contrastanti, dovuti a diverse motivazioni (misurazioni diverse, diverse concezioni di narcisismo e aspetti del Sé). Ciò però non esclude che, dietro alla grandiosità del narcisista, si possa nascondere una fragilità, che può non essere una visione implicita negativa di Sé, ma forse legata alla natura instabile o contingente dell'alta autostima. Secondo Campbell e colleghi (2010), il narcisista potrebbe semplicemente avere un'alta autostima o un'autostima difensiva, con conflitti interni con le proprie autovalutazioni. Se l'alta autostima fosse realistica e dipendesse da fonti interne, dovrebbe essere distinta dal narcisismo, che è irrealistico, in quanto grandioso, e largamente basato su fonti esterne, quali ammirazione da parte degli altri e segni del proprio essere superiori. C'è una correlazione positiva tra autostima esplicita globale e narcisismo e tra narcisismo e alcune fonti esterne come confronto sociale, apparenza personale, riconoscimento del successo. Questo indica che il narcisismo è una forma fragile di alta autostima, che tende a reagire a certi tipi di eventi esterni (Campbell et al., 2010).

Autostima e sviluppo

L'autostima inizia a formarsi sin dalla tenera età, in risposta a fattori relazionali e temperamentali (Abdel-Khalek, 2016; Minev et al., 2018). Per entrambi i generi, l'autostima è alta durante l'infanzia, diminuisce durante l'adolescenza e risale dalla tarda adolescenza all'età adulta, fino a raggiungere un picco massimo tra i 50 e i 60 anni, dopo i quali inizia a diminuire ad un ritmo accelerato (Bleidorn et al., 2015; Orth et al., 2012; Orth & Robins, 2014). Ci sono dati discordanti riguardo alla misura del declino dell'autostima in età avanzata. Dato che il declino in salute, abilità cognitive e stato socioeconomico moderano il declino dell'autostima, può essere che i dati contrastanti siano dovuti a differenze di salute e benessere nella popolazione di riferimento (Orth & Robins, 2014). Il processo di sviluppo comprende periodi di declino durante cambiamenti di fase di sviluppo o di status sociale (Abdel-Khalek, 2016). Secondo la ricerca di Bleidorn e colleghi (2015), condotta in 48 nazioni, l'andamento rimane lo stesso per entrambi i sessi.

Pur non essendoci differenze di genere e di generazione nell'andamento dell'autostima, ce ne possono essere a livello etnico-culturale (Orth & Robins, 2014). Secondo l'analisi di Orth e Robins (2014), gli individui afroamericani, a confronto con gli individui americani caucasici, mostrano un aumento più netto in adolescenza e giovane età adulta e un declino maggiore in età avanzata. Inoltre, se consideriamo le differenze nei tratti di personalità, le persone che sono più emotivamente stabili, coscienti e estroverse tendono a mostrare uno sviluppo dell'autostima più positivo, rispetto a individui che sono più carenti in questi tratti.

L'adolescenza è un periodo critico per la formazione dell'autostima. Infatti, durante essa, l'autostima diventa progressivamente meno contingente, cioè meno dipendente dai fattori esterni (Orth & Robins, 2014), sembra che diminuisca nella prima metà e inizi ad aumentare nella seconda metà (Abdel-Khalek, 2016; Myers et al., 2011).

In adolescenza, l'autostima può essere incoraggiata e sostenuta da genitori e insegnanti (Minev et al., 2018). Il coinvolgimento dei genitori e la loro volontà di dare ai figli adolescenti libertà e autonomia

sono positivamente correlati con un'alta autostima in adolescenza (Abdel-Khalek, 2016). Secondo uno studio di Ikiz e Cakar (2010), condotto tra studenti liceali turchi (maschi e femmine), il supporto sociale di genitori e amici è correlato con l'autostima e il benessere di un adolescente. Senza differenza di genere, esiste una relazione positiva tra autostima e supporto sociale percepito tra gli adolescenti. Ne risulta che il conflitto tra adolescente e genitori o tra adolescente e amici è un fattore di rischio per la bassa autostima.

Quando si parla di infanzia, invece, inizialmente l'autostima si forma sulla base di come il bambino viene trattato dal genitore, dato che la famiglia è il suo primo ambiente di socializzazione. Successivamente, con l'inizio del periodo scolastico, l'autostima può migliorare grazie a successi in ambiti accademici o relazionali. Un'autostima positiva dipende, quindi, dalla relazione tra genitore e bambino, dalle modalità di coping, dall'auto-accettazione e dal comportamento sociale (Hosogi et al., 2012).

Correlati dell'autostima

L'autostima influenza innumerevoli aspetti della vita di un individuo. In generale, una alta autostima dovrebbe portare a effetti positivi, specialmente durante infanzia e adolescenza, mentre una bassa autostima dovrebbe portare a effetti negativi e potrebbe essere un fattore di rischio (Cast & Burke, 2002; Sowislo & Orth, 2013). Di seguito vediamo alcune delle conseguenze.

Una bassa autostima è correlata con depressione maggiore, disturbi alimentari, disturbi da uso di sostanze, problemi esternalizzanti, disturbi d'ansia e comportamento antisociale. L'autostima è negativamente correlata con l'internet addiction: l'uso compulsivo dei social media riflette il bisogno di sfamare l'ego e inibire un'autovalutazione negativa (Abdel-Khalek, 2016; Myers et al., 2011; Ostrowsky, 2009; Rosenberg et al., 1995; Sowislo & Orth, 2013).

Per quanto riguarda il comportamento aggressivo e la violenza, Ostrowsky (2009) ha condotto una revisione di articoli per comprendere se commettono più atti violenti persone con alta o bassa

autostima. I dati sono contrastanti. Gli studi potrebbero essere inconsistenti perché potrebbero considerare autostima globale o dominio-specifica, stabile o instabile, implicita o esplicita, o potrebbero non considerare la differenza tra diversi tipi di violenza e aggressività (fisica o verbale, reattiva o proattiva). Secondo la revisione, le persone che mostrano una aggressività proattiva tendono ad avere un'alta autostima, mentre le persone che mostrano una aggressività reattiva tendono ad avere una bassa autostima. Inoltre, chi ha un'autostima instabile, che sia alta o bassa, tende ad essere più violento. Infine, la relazione tra autostima e comportamento aggressivo potrebbe non essere lineare.

Sowislo e Orth (2013) hanno condotto una metanalisi per analizzare il rapporto tra bassa autostima e disturbi internalizzanti (depressione e ansia). È risultato che la relazione tra bassa autostima e depressione è meglio descritta dal modello di vulnerabilità o diatesi-stress, secondo cui la bassa autostima e le valutazioni negative del Sé sono un fattore di rischio per la depressione. Anche secondo un'analisi di Orth e colleghi (2012), la bassa autostima predice la depressione. Mentre, secondo Sowislo e Orth (2013), la relazione tra autostima e ansia è meglio descritta da un legame reciproco simmetrico, secondo cui una buona autostima può attenuare i sintomi d'ansia, che, allo stesso tempo, potrebbero lasciare dei segni ("cicatrici") nel concetto di Sé, riducendo o minacciando l'autostima stessa.

Secondo un'analisi di Orth e colleghi (2012), che comprende studi con partecipanti con età compresa tra i 16 e i 97 anni, l'autostima è causa, e non conseguenza, di soddisfazione nella relazione e nel lavoro, di status occupazionale e salario, di affetti positivi e negativi, di depressione e salute fisica. L'autostima predice un aumento negli affetti positivi e un calo negli affetti negativi. Inoltre, è legata a livelli maggiori di soddisfazione nella relazione e nel lavoro, di salario e status occupazionale, di salute fisica.

Prendendo in considerazione variabili quali genere, status sociale e grado di istruzione, si possono riscontrare delle differenze. Secondo Orth e colleghi (2012), gli individui con un maggior grado di istruzione hanno un'autostima più alta, rispetto a individui con un minor grado di istruzione. Secondo

Abdel-Khalek (2016), individui di classi sociali elevate hanno maggiori sentimenti positivi verso di sé rispetto a individui di classi sociali inferiori. Secondo Josephs e colleghi (1992), non ci sono differenze di genere sui livelli di autostima, ma questo dato è in contrasto con quello riportato da Bleidorn e colleghi (2015), secondo cui gli uomini mostrano un'autostima maggiore rispetto alle donne. In particolare, la ricerca di Bleidorn e colleghi (2015) ha coinvolto partecipanti di 48 nazioni diverse, di età compresa tra i 16 e i 45 anni e ha riportato che nelle nazioni sviluppate, ugualitarie e individualiste (es. Canada, Danimarca), c'è una maggiore differenza di genere, che tende a diminuire nel corso dell'età adulta; mentre, nelle nazioni in via di sviluppo, collettiviste e con una grande disuguaglianza di genere (es. Bolivia, India), c'è una minore differenza di genere, che tende ad aumentare nel corso dell'età adulta. Sia Abdel-Khalek (2016) che Josephs e colleghi (1992) sono concordi sul dire che le donne sono maggiormente influenzate dalle relazioni sociali; Abdel-Khalek (2016) aggiunge che gli uomini tendono ad essere influenzati dal successo oggettivo.

Concentrandosi su fasi di sviluppo specifiche, la giovane età adulta potrebbe essere un periodo chiave per comprendere la relazione tra autostima ed esiti relativi alla salute (benessere, successo accademico, problemi psicologici), in quanto è un periodo di transizione cruciale per la formazione dell'individuo e della sua autostima, ed è un periodo in cui è elevata l'incidenza di depressione, ansia e uso di sostanze. Per questo, Arsandaux e colleghi (2020) hanno analizzato questa relazione nella popolazione universitaria. Gli autori hanno riscontrato una relazione negativa tra autostima e consumo di alcol, e tra autostima e comportamento sessuale a rischio. Inoltre, hanno riscontrato una relazione positiva tra autostima ed esercizio, e tra autostima e alimentazione sana.

Se parliamo di adolescenza, una bassa autostima può portare alla delinquenza e la delinquenza rafforza l'autostima. Secondo uno studio di Rosenberg e colleghi (1989), condotto con ragazzi di 15-16 anni, l'effetto dell'autostima sulla delinquenza è maggiore tra persone con un alto livello socioeconomico e l'effetto della delinquenza sull'autostima è maggiore tra persone con un basso livello socioeconomico.

Secondo uno studio di Minev e colleghi (2018), condotto in Bulgaria, con studenti e studentesse liceali, i ragazzi hanno un'autostima maggiore rispetto alle ragazze, probabilmente perché le ragazze tendono a conformarsi di più rispetto ai ragazzi, che sono più indipendenti dalle opinioni altrui. I ragazzi si ritengono più indipendenti e meritevoli delle ragazze, riescono a gestire meglio la sfera emotiva. I dati di questo studio non riportano un impatto sull'autostima da parte delle performance scolastiche, mentre i dati di uno studio di Rosenberg e colleghi (1989) riportano che i voti scolastici hanno un effetto sull'autostima, ma l'autostima globale ha un effetto minimo o nullo sulla performance accademica.

Infine, secondo uno studio di Myers e colleghi (2011), condotto con adolescenti tra i 15 e i 17 anni, negli Stati Uniti d'America, i fattori di benessere sono predittivi dell'autostima. In particolare, fattori quali credenze realistiche, gestione dello stress, valore personale e piacere correlano con l'autostima globale e potrebbero avere un effetto positivo sull'autostima scolastica, mentre amore e amicizia sono legati all'autostima sociale (con i pari e con i genitori).

Se, invece, consideriamo il periodo dell'infanzia, una buona autostima è un elemento essenziale per lo sviluppo psicologico del bambino, in quanto supporta una stabilità psicologica e una attività sociale positiva. La bassa autostima è legata a diversi problemi psicologici (disturbi alimentari, depressione) e ad assenze scolastiche. Le malattie fisiche croniche (es. obesità, problemi cardiaci o renali cronici) possono contribuire alla diminuzione dell'autostima nel bambino, limitando le attività sociali positive e portando a un disadattamento sociale (Hosogi et al., 2012).

Autostima e ideologia di genere

Per quanto riguarda la relazione tra autostima e ideologie di genere, analizzate nel primo capitolo, i dati sono pochi.

Secondo un'analisi di Galambos (2004), per i ragazzi, una alta mascolinità, ma non un'alta femminilità è legata ad alta autostima, mentre per le ragazze, un'alta femminilità e mascolinità

insieme sono legate ad alta autostima. Mentre, uno studio di Davis (2007), svolto con adolescenti e giovani adulti tra i 14 e i 25 anni, riporta che chi ha un'alta autostima durante gli anni del liceo, ha un'ideologia meno ugualitaria nella giovane età adulta. Inoltre, uno studio di Santos e colleghi (2013) indaga la relazione tra due componenti dell'ideologia mascolina, la forza fisica ("i maschi devono essere forti") e lo stoicismo emotivo ("i maschi non devono piangere"), e l'autostima, in ragazzi maschi di 12-14 anni. I risultati riportano una correlazione negativa tra la mascolinità e l'autostima, tenendo in conto che gli aspetti mascolini considerati sono tra quelli maladattivi.

Un lavoro di Deutsch e colleghi (2001) studia la relazione tra la divisione equa del lavoro domestico tra genitori e gli effetti sull'autostima e sui pensieri riguardanti il genere, in bambini di 10/11 anni. Il coinvolgimento emotivo del padre nella cura dei figli (conforto, aiuto, preoccupazione) è associato con una preferenza dei figli (sia maschi che femmine) verso attività considerate femminili, quali cucinare, cucire, saltare la corda e l'arte, ma non verso attività considerate maschili, quali lo sport e le scienze. Inoltre, il coinvolgimento paterno sembra portare a una maggiore autostima. Uno stile di accudimento autorevole e una relazione profonda con i genitori permettono un rafforzamento dell'autostima, in maniera indipendente dalle cure dei genitori. In sintesi, anche quando la madre si sta occupando dei figli, un contributo paterno facilita lo sviluppo dei bambini, che sono più liberi da stereotipi e hanno un'autostima migliorata.

Se invece prendiamo in considerazione un campione di donne adulte, per coloro che hanno un'ideologia tradizionale, l'autostima è legata all'importanza e all'attenzione che si dà al mantenersi attraenti e potrebbero essere più influenzate dagli standard culturali d'apparenza (Lennon et al., 1999). Da uno studio di Lennon e colleghi (1999), risulta che l'attitudine verso i ruoli di genere è positivamente correlata e predice l'autostima. Questo significa che donne con un'ideologia meno tradizionale mostrano un'autostima più alta.

Autostima e auto-oggettificazione

Secondo diverse ricerche, tra le conseguenze empiriche dell'auto-oggettificazione, analizzata nel capitolo precedente, c'è una bassa autostima globale, sia tra le donne, che tra gli uomini (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997; Hebl et al., 2004; McKay, 2013; Schwartz, 2010; Strelan & Hargreaves, 2005; Zurbriggen, 2013). Nella teoria dell'oggettificazione, si spiega come l'apparenza ha un impatto sull'autostima, portando la persona a credere che il proprio valore sia determinato dal proprio aspetto fisico (Adams et al., 2017).

Barzoki e colleghi (2018) hanno analizzato la relazione tra sorveglianza e vergogna corporea, autostima contingente e autostima globale. I dati, rilevati in un campione di studentesse tra i 18 e i 30 anni, hanno riportato che la vergogna corporea e l'autostima contingente mediano la relazione tra sorveglianza corporea e autostima. La sorveglianza corporea intensifica la vergogna corporea e l'autostima contingente che influiscono negativamente sull'autostima. La sorveglianza e la vergogna corporea intensificano l'autostima contingente, portando le donne a mettere in atto comportamenti auto-sessualizzanti (comportamenti per apparire più "sexy", come indossare pantaloni corti) per aumentare la loro autostima.

Anche Adams e colleghi (2017) si concentrano sull'autostima contingente, prendendo in considerazione il dominio specifico dell'apparenza fisica, che influenza l'autovalutazione generale, motivazione e comportamento. I dati raccolti tra studentesse universitarie riportano che l'autostima legata all'apparenza è positivamente correlata con l'auto-oggettificazione. L'auto-oggettificazione è associata con maggiore ansia d'apparire e minore autostima generale. Quindi, la relazione tra l'autostima legata all'apparenza e l'autostima generale è totalmente mediata da auto-oggettificazione e ansia d'apparire.

Secondo uno studio di Watt e Konnert (2020), svolto con donne dai 55 anni in su, le donne con un'alta insoddisfazione corporea mostrano una bassa autostima. In particolare, gli studiosi hanno evidenziato come siano i paragoni con le altre persone (sia persone migliori che peggiori), e non il confronto con il Sé del passato, a mediare la relazione tra soddisfazione corporea e autostima e come l'auto-

oggettificazione sia negativamente correlata con la soddisfazione corporea. Questo è un dato importante in quanto il 20% del campione analizzato riporta insoddisfazione corporea, nonostante, secondo la teoria dell'oggettificazione, i livelli di auto-oggettificazione dovrebbe diminuire con l'aumento dell'età; quindi, si evidenzia come in età avanzata l'autostima sia modificabile, rispetto a periodi precedenti.

Autostima, ideologia di genere e auto-oggettificazione

Prendendo in considerazione tutte e tre le variabili viste fino ad ora, andiamo a vedere gli studi che le mettono in relazione.

Nello studio di Lennon e colleghi (1999) non si analizza solo la relazione tra attitudini verso i ruoli di genere e l'autostima, ma si considera anche la teoria dell'oggettificazione. Dai dati raccolti tra studentesse universitarie di varie etnie, risulta che l'immagine corporea e l'attitudine verso i ruoli di genere predicono l'autostima; in particolare, una migliore immagine corporea predice una maggiore autostima, e l'attitudine verso i ruoli di genere correla positivamente con l'autostima. L'importanza data all'apparenza è positivamente correlata con l'autostima nelle donne con un'ideologia tradizionale, ma non nelle donne con un'ideologia liberale.

Choma e colleghi (2010) indagano, inizialmente, cosa medi la relazione tra auto-oggettificazione e autostima (analizzata nel paragrafo precedente). Con i dati raccolti da studenti e studentesse universitari canadesi, si nota che la relazione tra autosorveglianza (operazionalizzazione dell'auto-oggettificazione) e autostima è completamente mediata da vergogna corporea e ansia d'apparire; in particolare, una maggiore autosorveglianza predice una minore autostima, mentre una maggiore vergogna corporea e ansia d'apparire predicono una maggiore autosorveglianza e una minore autostima. Questi dati si mantengono uguali per donne e uomini, ma i livelli di auto-oggettificazione risultano maggiori tra le donne. Inoltre, si è indagato se l'ideologia di genere avesse un peso all'interno della relazione tra auto-oggettificazione, vergogna corporea, ansia d'apparire e autostima, Risultata che nessun ruolo di genere moderi la relazione tra le variabili della teoria dell'oggettificazione

e l'autostima; solo la mascolinità modera la relazione tra autosorveglianza da un lato e vergogna corporea e ansia d'apparire dall'altro. La mascolinità tradizionale potrebbe attenuare la vergogna corporea e l'ansia d'apparire.

Uno studio di Caso e colleghi (2020) ha indagato la relazione tra auto-oggettificazione e comportamento verso i social network, in un campione di donne italiane tra i 18 e i 30 anni. Nel fare ciò, hanno preso in considerazione anche variabili come l'autostima e il sessismo. I risultati riportano che l'ideologia sessista è positivamente associata all'auto-oggettificazione. Inoltre, si riconferma che l'autostima è negativamente associata all'auto-oggettificazione.

Ipotesi dello studio e risultati

Domande di ricerca e ipotesi

Lo studio mira ad analizzare le relazioni tra le tre variabili presentate nei capitoli precedenti: ideologia di genere, auto-oggettificazione e autostima.

In primo luogo, si vogliono indagare eventuali differenze di genere nelle variabili indagate. Per quanto riguarda l'auto-oggettificazione, secondo diversi studi le donne tendono ad avere livelli di auto-oggettificazione maggiori rispetto agli uomini, anche in età adolescenziale (Calogero, 2012; Hebl et al., 2004; Katz-Wise et al., 2012). Per quanto riguarda l'ideologia di genere, uno studio di Schnittker e colleghi (2003) riporta che le donne si dichiarano doppiamente più femministe rispetto agli uomini e secondo l'analisi di Galambos (2004), i ragazzi adolescenti sono più tradizionalisti rispetto alle ragazze. Infine, per quanto riguarda l'autostima, i dati sono contrastanti: secondo Josephs e colleghi (1992), non ci sono differenze di genere sui livelli di autostima, mentre secondo Bleidorn e colleghi (2015), gli uomini riportano una maggior autostima rispetto alle donne. In questo caso, si tratta di un'ipotesi esplorativa.

Il secondo obiettivo è indagare la relazione tra ideologia di genere tradizionale e auto-oggettificazione, in una popolazione di adolescenti. Secondo uno studio di Murnen e Don (2012), uomini e donne adulti con un'ideologia più tradizionale sono maggiormente suscettibili a messaggi di ideali corporei e, quindi, più vulnerabili all'oggettificazione. Anche nello studio di Caso e colleghi (2020) risulta una relazione positiva tra sessismo e auto-oggettificazione, tra donne italiane. Si ipotizza, quindi, che, anche tra gli adolescenti, coloro che hanno credenze tradizionali sono maggiormente esposti all'auto-oggettificazione, in quanto quest'ultima può essere usata come una modalità per mantenere la gerarchia tradizionale.

Il terzo obiettivo è indagare la relazione tra autostima e ideologia di genere. Secondo uno studio di Lennon e colleghi (1999), le donne con un'ideologia più tradizionale mostrano un'autostima più

bassa. Per quanto riguarda le analisi sugli adolescenti, ci sono dati contrastanti. Galambos (2004) afferma che i maschi con credenze tradizionali hanno un'alta autostima, mentre femmine con credenze tradizionali hanno una bassa autostima; secondo Davis (2007), chi ha un'alta autostima durante il liceo, ha una ideologia meno ugualitaria durante la giovane età adulta. Potrebbe essere importante fare una distinzione di genere. Si può ipotizzare che i ragazzi con un'ideologia tradizionale abbiano una autostima maggiore rispetto alle ragazze con un'ideologia tradizionale, in quanto i primi, mantenendo il proprio status sociale, mantengono una posizione di potere, a differenza delle seconde.

Il quarto obiettivo è indagare la relazione tra auto-oggettificazione e autostima. I dati riportati da diversi studi, a sostegno della teoria dell'oggettificazione, affermano che l'auto-oggettificazione porta a una bassa autostima nella persona (Hebl et al., 2004; Schwarz et al., 2010; Strelan & Hargreaves, 2005). Si ipotizza che, in questa ricerca, i ragazzi e le ragazze adolescenti con maggiore auto-oggettificazione riportino una minore autostima, come si è visto per la popolazione adulta.

L'ultimo obiettivo è di tipo esplorativo e riguarda l'analisi della relazione tra tutte e tre le variabili. Uno studio di Choma e colleghi (2010) riporta che la relazione tra auto-oggettificazione e autostima viene mediata da vergogna corporea e ansia d'apparenza e che questa relazione mediata non viene moderata dalle credenze sui ruoli di genere. In questo studio vogliamo esplorare se l'ideologia tradizionale di genere modera la relazione diretta tra auto-oggettificazione e autostima.

Partecipanti

Inizialmente, sono stati contattati 2385 studenti e studentesse di scuola secondaria di primo e secondo grado. Il contatto è avvenuto successivamente all'approvazione del progetto di ricerca da parte del dirigente scolastico. I genitori hanno ricevuto il consenso informato per la partecipazione dei figli allo studio e 2075 (87%) di loro hanno acconsentito. Sono stati successivamente esclusi dalle analisi 371 partecipanti per assenze durante una delle somministrazioni o per risposte mancanti in una delle scale utilizzate. Inoltre, sono stati esclusi altri 29 studenti perché non hanno risposto alla domanda sul sesso o hanno indicato l'opzione "altro". Quindi, nelle analisi sono stati considerati, in totale,

1675 studenti e studentesse. Di questi, 640 erano della scuola secondaria di primo grado: 293 maschi e 347 femmine, tra gli 11 e i 13 anni, di cui l'età media è 12 anni e 5 mesi (DS = 6 mesi). Gli studenti della scuola secondaria di secondo grado erano 1042: 358 maschi e 677 femmine, tra i 14 e i 18 anni, di cui l'età media era 15 anni e 3 mesi (DS = 10 mesi).

Strumenti

Per gli obiettivi di questo studio sono stati considerati tre questionari self-report tra gli strumenti somministrati nel corso della raccolta dati: il Traditional Gender Role Ideology, la Self-Objectification Scale, e la scala dell'autostima di Rosenberg.

Il primo strumento misura il grado di adesione all'ideologia tradizionale, maschile e femminile, in adolescenza (Vermeersch et al., 2010). È composto da due sottoscale: traditional masculine ideology ($\alpha = .71$) e traditional feminine ideology ($\alpha = .67$). La prima sottoscala è composta da 7 item, che valutano aspetti relativi all'autonomia, forza maschile e antifemminismo; la seconda sottoscala è composta da 8 item, incentrati sull'importanza di essere attraenti e sul ruolo femminile in casa (accudire i figli, fare le pulizie, ecc.). I partecipanti dovevano indicare il loro grado di accordo con i 15 item presentati, scegliendo la risposta tra 5 punti da “per niente d'accordo” a “completamente d'accordo”. Alcuni esempi di item sono:

- “i maschi dovrebbero prendere le decisioni in famiglia”,
- “quando una donna ha bambini dovrebbe stare a casa e lasciare il lavoro”,
- “un vero uomo non dovrebbe aver bisogno di nessuno per raggiungere i suoi obiettivi”,
- “un ragazzo non verrà giudicato male se reagisce quando viene provocato o se dà un pugno quando necessario”,
- “è normale che le femmine ci mettano più tempo per curare il proprio aspetto rispetto ai maschi”.

Il secondo strumento misura il grado di auto-oggettificazione nella persona (Talmon & Ginzburg, 2016). È composto da 17 item, con una scala di risposta a 5 punti, da “per niente d'accordo” a

“completamente d'accordo”. Gli item si dividono in due sottoscale: invisibilità, composta da 10 item, e mancanza di autonomia, composta da 7 item. Alcuni esempi di item sono:

- “le persone si comportano come se potessero farmi fare quello che vogliono”,
- “molte volte le persone ignorano i miei sentimenti”,
- “quando dico quello che sento, le altre persone non prestano attenzione”,
- “altre persone prendono decisioni al mio posto”.

Per questo studio si è considerato il punteggio medio della scala totale ($\alpha = .91$).

Il terzo e ultimo strumento misura l'autostima globale di una persona, considerando sentimenti positivi e negativi verso il Sé (Rosenberg, 1965). La versione italiana, utilizzata in questa ricerca e validata da Prezza e colleghi (1997), è un questionario di 10 item, con una scala di risposta a 5 punti, da “per niente d'accordo” a “completamente d'accordo” ($\alpha = .87$). Alcuni esempi di item sono:

- “penso di valere almeno quanto gli altri”,
- “ho un atteggiamento positivo verso me stesso”,
- “a volte penso di essere un buono a nulla”.

Procedura

Dopo aver ottenuto il consenso da parte dei genitori, è stato chiesto un consenso orale da parte degli studenti, a cui è stato presentato il progetto di ricerca e la modalità di somministrazione dei questionari. La somministrazione dei questionari si è svolta tra novembre e dicembre 2022, in due momenti differenti, a distanza di massimo 7-10 giorni. Entrambe le somministrazioni hanno avuto una durata di circa 40 minuti e i questionari sono stati compilati nell'aula computer della scuola o in classe, con l'ausilio di computer portatili o tablet.

Risultati

Statistiche descrittive e correlazioni tra variabili

Le statistiche descrittive sono riportate, separatamente per maschi e femmine, in tabella 1. Per verificare se ci fossero differenze di genere nelle variabili considerate in questo studio è stato condotto un t-test per campioni indipendenti.

	Maschi				Femmine				<i>t</i> (1673)
	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>M</i>	<i>DS</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>M</i>	<i>DS</i>	
Autostima	1.2	5	3.68	.72	1.1	5	3.21	.79	12.32***
Ideologia tradizionale maschile	1	5	2.25	.74	1	4.4	1.70	.45	19.18***
Ideologia tradizionale femminile	1	4.7	2.14	.66	1	3.7	1.80	.47	12.11***
Auto-oggettificazione	1	4.6	2.15	.69	1	5	2.42	.79	-7.15***

Nota. *** $p < .001$

Tabella 1. Risultati delle statistiche descrittive e differenze di genere.

Dai risultati è emerso che i maschi ottengono punteggi più alti delle femmine sia per quanto riguarda l'autostima, sia nelle due sottoscale relative all'ideologia tradizionale di genere (maschile e femminile). Al contrario, le femmine riportano livelli maggiori di auto-oggettificazione rispetto ai maschi.

In tabella 2 sono riportate le correlazioni bivariate tra le variabili considerate in questo studio separatamente per maschi e femmine.

	1.	2.	3.	4.
1. Autostima	-	.004	-.003	-.56***
2. Ideologia tradizionale maschile	.02	-	.53***	-.04
3. Ideologia tradizionale femminile	.06	.62***	-	.03
4. Auto-oggettificazione	-.56***	.05	.01	-

Nota. *** $p < .001$; maschi sotto la diagonale, femmine sopra la diagonale.

Tabella 2. Correlazioni bivariate tra le variabili dello studio.

Sia nei maschi che nelle femmine emerge una correlazione negativa e significativa tra autostima e auto-oggettificazione e una correlazione positiva tra le due forme di ideologia tradizionale di genere. Le altre correlazioni non raggiungono la significatività statistica.

Regressioni lineari

Al fine di analizzare più nello specifico come l'auto-oggettificazione e l'adesione a un'ideologia tradizionale di genere si associno ai livelli di autostima, è stata condotta un'analisi di regressione, separatamente per maschi e femmine. Nello specifico, l'autostima è stata inserita come variabile dipendente. Come variabili indipendenti sono state considerate l'auto-oggettificazione e l'ideologia tradizionale di genere (maschile e femminile). Sono state inoltre considerate le interazioni a due vie tra le due forme di ideologia tradizionale e l'auto-oggettificazione. Per una maggiore interpretabilità dei risultati, le interazioni sono state calcolate utilizzando i punteggi delle scale centrati sulla media del gruppo-genere. L'età dei partecipanti è stata inserita come variabile di controllo. A livello esplorativo sono state testate anche le interazioni a due e tre vie con l'età, ma nessuna di esse è risultata significativa e sono state, quindi, escluse dai modelli in un'ottica di parsimonia.

I modelli finali sono sintetizzati in tabella 3.

	Maschi				Femmine			
	B	SE	t	p	B	SE	t	p
Età	-.01	.01	-.81	.419	-.05	.01	-3.95	<.001
Auto-oggettificazione (AO)	-.57	.03	-16.75	<.001	-.56	.03	-21.50	<.001
Ideol. Trad. Maschile (ITM)	.01	.04	.22	.823	-.06	.05	-1.15	.25
Ideol. Trad. Femminile (ITF)	.06	.04	1.38	.168	.02	.05	.40	.690
ITM x AO	-.06	.06	-1.13	.258	-.00	.07	-.01	.989
ITF x AO	.09	.06	1.38	.169	-.00	.06	-.09	.929

Tabella 3. Regressioni lineari relative all'associazione tra autostima, auto-oggettificazione (AO) e ideologia tradizionale maschile (ITM) e femminile (ITF).

Il modello spiega il 32% della varianza nei maschi ($F_{(6, 644)} = 51.11, p <.001$) e il 32% della varianza nelle femmine ($F_{(6, 1017)} = 80,79, p <.001$). In entrambi i campioni, l'unico effetto significativo riguarda l'auto-oggettificazione, che risulta negativamente associata all'autostima sia nei ragazzi che nelle ragazze. Solo nel campione femminile emerge un effetto significativo dell'età, per cui all'aumentare dell'età si notano minori livelli di autostima. Né l'ideologia tradizionale di genere né le interazioni tra questa e l'auto-oggettificazione sono risultate significative.

Discussione e conclusioni

Discussione

Lo studio si proponeva di indagare le differenze di genere nelle tre variabili considerate (auto-oggettificazione, ideologia tradizionale di genere e autostima), le correlazioni a due vie e la moderazione dell'ideologia di genere nella relazione diretta tra auto-oggettificazione e autostima.

I primi risultati riportati presentano le differenze di genere nelle diverse variabili. Come ipotizzato, le femmine riportano livelli maggiori di auto-oggettificazione rispetto ai maschi. Questo risultato è in linea con la letteratura precedente (Calogero, 2012; Hebl et al., 2004; Katz-Wise et al., 2012). Un altro risultato in linea con la letteratura precedente riguarda l'ideologia di genere (Galambos, 2004; Schnittker et al., 2003). Nello studio emerge che i maschi ottengono punteggi più alti delle femmine nelle due sottoscale relative all'ideologia tradizionale di genere. Inoltre, i risultati riportano che i maschi hanno livelli maggiori di autostima rispetto alle femmine. Quest'ultimo dato è in linea con lo studio di Bleidorn e colleghi (2015), e in contrasto con quello di Josephs e colleghi (1992), in cui non si riscontravano differenze di genere nei valori dell'autostima. La conclusione tratta da Josephs e colleghi (1992) deriva da tre studi: nel primo si riporta una differenza significativa tra maschi e femmine, nel secondo no e nel terzo la differenza di genere non viene testata. Potrebbe, quindi, essere che sia più corretto assumere che, in generale, i maschi tendono ad avere un'autostima maggiore rispetto alle femmine, in quanto l'obiettivo dello studio di Josephs e colleghi (1992) non è la differenza di genere nei livelli di autostima e, di conseguenza, non viene indagata appropriatamente.

Successivamente, vengono riportate le correlazioni bivariate. Emerge una correlazione negativa e significativa tra autostima e auto-oggettificazione, sia nei maschi che nelle femmine. Questo dato conferma che, anche per gli adolescenti, come per gli adulti (Schwarz et al., 2010; Strelan & Hargreaves, 2005), la bassa autostima è legata a una alta auto-oggettificazione. Sarebbe interessante indagare la direzione della relazione, per poter verificare se la bassa autostima può essere un precursore o una conseguenza dell'auto-oggettificazione, e vedere se variabili come vergogna

corporea e ansia d'apparire, che vengono considerate conseguenze primarie dell'auto-oggettificazione, mediano la relazione.

Inoltre, a livello correlazionale, è emersa un'associazione significativa e positiva tra le due sottoscale dell'ideologia tradizionale di genere, maschile e femminile, a indicare che coloro che tendono ad attribuire al ruolo maschile caratteristiche di potere, supremazia, forza, competenza lavorativa, tendono anche ad associare all'essere donna caratteristiche quali sensibilità, emotività, posizione sottoposta, propensione alla cura della casa e all'accudimento dei figli..

Le altre correlazioni indagate (ideologia tradizionale di genere e auto-oggettificazione; autostima e ideologia tradizionale di genere) non raggiungono la significatività statistica. Per quanto riguarda ideologia di genere e auto-oggettificazione, si era ipotizzata una relazione significativa e positiva, a partire da studi condotti con adulti (Caso et al., 2020; Murnen e Don, 2012). Il fatto di non aver trovato significativa questa correlazione potrebbe essere dovuto a una differenza di popolazione: gli studi riportati in precedenza sono condotti con persone adulte, uomini e donne, con un pensiero ben formato, per quanto ancora mutevole; mentre lo studio qui presentato è condotto con adolescenti e preadolescenti, che stanno ancora formando la propria identità. In ogni caso, questo dato potrebbe confutare l'uso della teoria della giustificazione del sistema, per spiegare perché le donne si auto-oggettificano, anche se porta a conseguenze negative (cioè, si conformano all'ideologia dominante tradizionale) (Calogero, 2013; Calogero & Jost, 2011). O, per lo meno, la teoria potrebbe risultare non veritiera in una popolazione di adolescenti. Potrebbe essere interessante indagare se la significatività della relazione cambia se si prende in considerazione l'ideale corporeo e l'immagine corporea, come riportato nello studio di Murnen e Don (2012), dove si afferma che uomini e donne, che si preoccupano di conformarsi al ruolo tradizionale di genere, sono più suscettibili a messaggi su ideali corporei.

Per quanto riguarda autostima e ideologia tradizionale di genere, pur avendo ipotizzato una relazione positiva per i maschi e negativa per le femmine, non si è riscontrata una correlazione significativa. Il

risultato si inserisce in un quadro di dati già di per sé contrastanti. Galambos (2004) afferma che i maschi adolescenti con credenze tradizionali hanno un'alta autostima, mentre le femmine con credenze tradizionali hanno una bassa autostima. Secondo Davis (2007), nei ragazzi e nelle ragazze tra i 14 e i 25 anni, chi ha un'alta autostima durante il liceo, ha una ideologia più tradizionale durante la giovane età adulta. Infine, Santos e colleghi (2013) riportano una correlazione negativa tra mascolinità e autostima, in maschi di 12-14 anni. La difficoltà nel trovare una linea comune potrebbe essere dovuta al cambiamento nel tempo dell'ideologia di genere e della cultura annessa. Gli studi utilizzati da Galambos (2004) nella sua analisi risalgono, per lo più, a prima degli anni 2000, quando l'ideologia dominante ha subito diversi cambiamenti, tra movimenti femministi degli anni '70 e crisi dell'ideologia mascolina degli anni '90 (Levant, 2011; Schnittker, 2003). I dati raccolti da Davis (2007) risalgono ad una indagine longitudinale svolta tra il 1994 e il 2002, mentre quelli raccolti da Santos e colleghi (2013) risalgono all'anno scolastico 2010-2011. Secondo uno studio di Cotter e colleghi (2011), si nota un rallentamento, se non un arresto, nella diffusione dell'ideologia liberale a metà degli anni '90, ma questo non significa che i livelli di diffusione dell'ideologia tradizionale siano tornati ai livelli degli anni '60, prima dell'inizio dei movimenti femministi. Proprio per questa trasformazione a livello di pensiero ideologico di genere, è difficile confrontare risultati dati da studi svolti in decenni differenti, in quanto non avendo lo stesso pensiero può essere che uno stesso fattore sia più o meno legato ad altri concetti di sé, come l'autostima. Può essere che l'autostima dipendesse maggiormente dall'ideologia tradizionale di genere prima dell'avvento femminista, e che ora l'ideologia di genere, che sia tradizionale o liberale, influenzi meno l'autostima e viceversa. Infine, si può notare come gli item del questionario utilizzato si riferiscano a ruoli tradizionali adulti. È possibile che la misura abbia colto l'adesione all'ideologia tradizionale di genere in età adulta, ma non in età adolescenziale, e che queste non siano sovrapponibili.

Autostima, auto-oggettificazione e ideologia tradizionale di genere

Infine, abbiamo esplorato la possibilità che l'ideologia tradizionale di genere moderasse la relazione diretta tra auto-oggettificazione e autostima. Dai modelli analizzati risulta che l'unico effetto significativo riguarda l'auto-oggettificazione, che risulta negativamente associata all'autostima, sia nei ragazzi che nelle ragazze, come già emerso a livello correlazionale. Si arricchisce in questo modo la letteratura precedente, secondo cui la bassa autostima è una delle conseguenze empiriche dell'auto-oggettificazione, sia tra uomini che tra donne (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997; McKay, 2013; Schwartz, 2010; Strelan & Hargreaves, 2005), sostenendo lo stesso esito in una popolazione differente, come quella adolescenziale. Solo tra le ragazze emerge un effetto significativo dell'età, per cui all'aumentare dell'età si notano minori livelli di autostima. Questo dato potrebbe essere indagato maggiormente in futuro, in quanto potrebbe essere dovuto a fattori culturali, a cambiamenti nella vita a livello scolastico e sociale, per esempio, o a fattori fisiologici, come all'inizio della pubertà e dei cambiamenti corporei. Galambos (2004) riporta che le ragazze mostrano un calo in autostima (non drammatico) durante l'adolescenza, che non si nota nei ragazzi. Alla base di tutto ciò ci potrebbe essere la differenza di genere, significativa in questo studio, secondo cui i maschi hanno un'autostima maggiore delle femmine.

L'ideologia tradizionale di genere e le interazioni tra questa e l'auto-oggettificazione non sono risultate significative nei modelli. Ciò significa che l'ideologia di genere non predice l'autostima e non modera la relazione diretta tra auto-oggettificazione e autostima, proprio come risulta anche dallo studio di Choma e colleghi (2010), nel quale si riporta che la relazione tra auto-oggettificazione e autostima viene mediata da vergogna corporea e ansia d'apparenza e che questa relazione mediata non viene moderata dalle credenze sui ruoli di genere. Questo dato si ricollega a ciò scritto in precedenza: può essere che, ad oggi, l'autostima non venga influenzata in maniera significativa dall'ideologia di genere. Inoltre, si può notare come l'ideologia di genere non riporti un'associazione significativa con nessuna variabile interessata nello studio, né auto-oggettificazione, né autostima, e non mostri di avere un effetto moderatore all'interno della relazione diretta tra auto-oggettificazione e autostima. Questo potrebbe farci pensare che l'ideologia tradizionale di genere non sia legata

all'auto-oggettificazione o all'autostima, in una popolazione adolescenziale, anche se concettualmente l'auto-oggettificazione nasce in una società sessista e l'autostima e il concetto di Sé possono dipendere anche da questo (Calogero, 2012; Daniels et al., 2020; Fredrickson & Roberts, 1997; McKay, 2013). Nelle prossime ricerche, si potrebbe indagare ulteriormente il ruolo dell'ideologia di genere, considerando le sue innumerevoli sfaccettature; infatti, l'ideologia non si divide unicamente tra tradizionale e non tradizionale, ma comprende anche il femminismo, la mascolinità, la genitorialità intensiva, l'essentialismo ugualitario e il tradizionalismo moderato (Adams & Govender, 2008; Cotter et al., 2011; Grunow et al., 2018; Schnittker et al., 2003). Ciascuna di queste sfaccettature potrebbe interagire in maniera differente con il concetto di autostima e auto-oggettificazione, in quanto si pongono diversi obiettivi e hanno diverse caratteristiche. Inoltre, si potrebbe analizzare in relazione ad altri fattori contestuali, come la cultura, individualista o collettivista, che influisce sull'andamento dell'autostima e sulle differenze di genere in relazione ad essa, secondo uno studio di Bleidorn e colleghi (2015). Si potrebbe indagare se la relazione tra ideologia di genere e cultura influisce sull'autostima o modera la relazione tra auto-oggettificazione e autostima.

Limiti e punti di forza

Nello studio si possono evidenziare limiti e punti di forza. Innanzitutto, il campione si può considerare sufficientemente ampio, in quanto comprende 1675 studenti e studentesse, ma non sufficientemente rappresentativo degli adolescenti italiani, in quanto le indagini sono state svolte in prevalenza in regioni del Nord Italia (fatta eccezione per una scuola in Sicilia). In futuro si potrebbe ampliare il campione in altre zone d'Italia per rendere più generalizzabili i risultati.

Le indagini si sono svolte secondo una logica trasversale e non longitudinale e questo non ha permesso di identificare la direzione della relazione tra auto-oggettificazione e autostima. In futuro, si può pensare di procedere con un'indagine longitudinale in modo da poter determinare al meglio questa relazione.

Per quanto riguarda gli strumenti, vengono utilizzati solo questionari self-report, le cui risposte potrebbero essere soggette alla desiderabilità sociale. È anche da considerare che risulta difficile riproporre gli stessi strumenti a genitori e insegnanti, in quanto le variabili si centrano su pensieri e opinioni personali. Tuttavia, sarebbe sicuramente interessante esplorare le relazioni indagate attraverso l'utilizzo di strumenti differenti e diverse metodologie. Per esempio, si potrebbe abbinare alla scala di auto-oggettificazione una misura sperimentale di induzione dello stato di auto-oggettificazione, come quella proposta da Fredrickson e colleghi (1998), in cui la persona deve completare la frase "Io sono..." venti volte, pensando alla sua identità e a come si è sentita dopo aver indossato diversi capi di abbigliamento. Per quanto riguarda l'ideologia tradizionale di genere, si potrebbe abbinare al Traditional Gender Role Ideology, uno strumento che analizzi le attitudini degli adolescenti verso i ruoli di genere, come un adattamento del Sex Role Learning Index (SERLI, Edelbrock & Sugawara, 1978). Per quanto riguarda l'autostima, sarebbe interessante affiancare alla misura dell'autostima globale uno strumento che analizzi anche l'autostima dominio-specifica relativa all'apparenza, come il Self-Perception Profile for Adolescent (SPPA, Harter, 1988) o strumenti per misurare l'autostima implicita.

Come accennato precedentemente, viene indagata solo l'ideologia tradizionale di genere, senza prendere in considerazione altre possibilità. In futuro si potrebbero valutare anche altre opzioni, come il tradizionalismo moderato, l'essentialismo ugualitario e la genitorialità intensiva. Per quanto venga analizzata solo l'ideologia tradizionale, bisogna considerare che viene analizzata sia la parte relativa al ruolo di genere maschile, sia quella relativa al ruolo di genere femminile. Questo è un punto di forza dello studio, in quanto analizza entrambe le componenti dell'ideologia di genere in maniera completa, e queste componenti, da quanto riportato dai risultati, sono associate significativamente ma non sono sovrapponibili. In futuro si potrebbero raccogliere anche questionari sull'ideologia di genere dai genitori degli studenti, per analizzare quanto le opinioni dei genitori influenzino quelle dei figli adolescenti e se queste si legano ad auto-oggettificazione e autostima, in quanto possono influenzare

non solo il pensiero, ma anche il comportamento dell'adolescente (Adams & Govender, 2008; Cano & Hofmeister, 2022; Daniels et al., 2020; Halpern & Perry-Jenkins, 2016; Katz-Wise et al., 2012).

Conclusioni

In sintesi, sono state confermate le ipotesi riguardanti le differenze di genere e la relazione tra autostima e auto-oggettificazione, mentre non sono state confermate le ipotesi riguardanti la relazione tra autostima e ideologia tradizionale di genere e tra auto-oggettificazione e ideologia di genere. Questo studio va a inserirsi in una letteratura ristretta riguardante la relazione tra queste variabili e apre le porte a nuovi studi futuri. Per quanto i risultati sembrano indicare un'assenza di associazione da parte dell'ideologia di genere con le altre due variabili, la letteratura indica come l'ideologia tradizionale sia la culla della teoria dell'oggettificazione e, di conseguenza, anche dell'auto-oggettificazione. Infatti, è proprio in una società sessista che si può notare questo fenomeno nella vita quotidiana delle persone, dal rapporto con gli altri, alla lettura di un articolo che oggettifica la donna o utilizza termini che attivano uno stato di auto-oggettificazione in chi legge (Calogero, 2012; Fredrickson & Roberts, 1997; Roberts & Gettman, 2004). Nel futuro, si potrà indagare su queste variabili, considerando altri fattori che possono mediare o moderare la relazione tra di esse, come le diverse tipologie di ideologie moderne, le diverse culture, l'influenza dei genitori.

Ringraziamenti

Ringrazio la mia relatrice, professoressa Tiziana Pozzoli, per la disponibilità, la sincerità e il supporto offertomi durante la scrittura dell'elaborato.

Ringrazio i miei genitori, Marilena e Michele, per aver sempre creduto in me, anche quando ero io la prima a dubitare, per non avermi mai lasciata sola e per avermi strappato un sorriso nei momenti più difficili. Ringrazio le mie sorelle, Giulia e Rebecca, che con il loro esempio mi hanno fatto credere che tutto fosse possibile.

Ringrazio Francesco che è sempre stato al mio fianco, supportandomi e sopportandomi. Hai saputo assecondare ogni mia follia, lacrima e risata e ne sei stato partecipe.

Ringrazio Alessandra e Laura per aver accolto ogni mia lamentela e aver esultato per ogni mio traguardo. Siete state la spalla su cui piangere e le compagne con cui scherzare.

Ringrazio Silvia, che è, e sempre sarà, la perfetta compagna di banco, anche quando non abbiamo le stesse lezioni, anche quando di lezioni non ne abbiamo.

Ringrazio Elena e Eva, che hanno saputo farmi conoscere il mondo senza paura.

Ringrazio Eleonora e Alessia, per aver saputo esserci a chilometri di distanza ed essere stata la mia quotidianità in una delle più belle esperienze della mia vita.

Bibliografia

- Abdel-Khalek, A. M. (2016). Introduction to the psychology of self-esteem. In Holloway, F. (Ed.), *Self-esteem: perspectives, influences and improvement strategies* (pp. 1-23). Nova Science Publishers, Inc.
- Adams, K. E., Tyler, J. M., Calogero, R., & Lee, J. (2017). Exploring the relationship between appearance contingent self-worth and self-esteem: The roles of self-objectification and appearance anxiety. *Body Image*, 23, 176-182. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.004>
- Adams, L. A., & Govender, K. (2008). "Making a perfect man": Traditional masculine ideology and perfectionism among adolescent boys. *South African Journal of Psychology*, 38(3), 551-562. <https://doi.org/10.1177/008124630803800309>
- Arsandaux, J., Montagni, I., Macalli, M., Bouteloup, V., Tzourio, C., & Galéra, C. (2020). Health risk behaviors and self-esteem among college students: Systematic review of quantitative studies. *International Journal of Behavioral Medicine*, 27, 142-159. <https://doi.org/10.1007/s12529-020-09857-w>
- Barzoki, M. H., Vahedi, M., Nourmohamadi, S., & Kalantari, S. E. (2018). The mediating role of contingent self-esteem in the association between self-objectification and self-esteem. *Sexuality & Culture*, 22, 1300-1309. <https://doi.org/10.1007/s12119-018-9533-3>
- Bleidorn, W., Arslan, R. C., Denissen, J. J. A., Rentfrow, P. J., Gebauer, J. E., Potter, J., & Gosling, S. D. (2015). Age and gender differences in self-esteem: A cross-cultural window. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111(3), 396-410. <http://dx.doi.org/10.1037/pspp0000078>
- Bosson, J. K., Lakey, C. E., Campbell, W. K., Zeigler-Hill, V., Jordan, C. H., & Kernis, M. H. (2008). Untangling the links between narcissism and self-esteem: A theoretical and empirical review. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(3), 1415-1439. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00089.x>

- Brown, J. D., & Marshall, M. A. (2006). The three faces of self-esteem. In Kernis, M. (Ed.), *Self-esteem: issues and answers: A sourcebook of current perspectives* (pp. 4-9). Psychology Press.
- Calogero, R. M. (2012). Objectification theory, self-objectification and body image. In Cash, T. (Ed.), *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance* (2nd vol., pp. 574-580). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00091-2>
- Calogero, R. M. (2013). Objects don't object: Evidence that self-objectification disrupts women's social activism. *Psychological Science*, 24(3), 312-318. <https://doi.org/10.1177/0956797612452574>
- Calogero, R. M., & Jost, J. T. (2011). Self-subjugation among women: Exposure to sexist ideology, self-objectification and the protective function of the need to avoid closure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100(2), 211-228. <https://doi.org/10.1037/a0021864>
- Campbell, R. L., Eisner, S., & Riggs, N. (2010). Sources of self-esteem: From theory to measurement and back again. *New Ideas in Psychology*, 28, 338-349. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2009.09.008>
- Cano, T., & Hofmeister, H. (2022). The intergenerational transmission of gender: Paternal influences on children's gender attitudes. *Journal of Marriage and Family*, 85, 193-214. <https://doi.org/10.1111/jomf.12863>
- Caso, D., Schettino, G., Fabbriatore, R., & Conner, M. (2020). "Change my selfie": Relationship between self-objectification and selfie behavior in young Italian women. *Journal of Applied Social Psychology*, 50, 538-549. <https://doi.org/10.1111/jasp.12693>
- Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). A theory of self-esteem. *Social Forces*, 80(3), 1041-1068. <https://doi.org/10.1353/sof.2002.0003>
- Chatillon, A., Charles, M., & Bradley, K. (2018). Gender ideologies. In B. J. Risman, C. M. Froyum, & W. J. Scarborough (Eds.), *Handbook of sociology of gender* (2nd ed., pp. 217-226). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-76333-0>

- Choma, B. L., Visser, B. A., Pozzebon, J. A., Bogaert, A. F., Busseri, M. A., & Sadava, S. W. (2010). Self-objectification, self-esteem and gender: Testing a moderated mediation model. *Sex Roles*, *63*, 645-656. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9829-8>
- Cotter, D., Hermsen, J. M., & Vanneman, R. (2011). The end of the gender revolution? Gender role attitudes from 1977 to 2008. *American Journal of Sociology*, *117*(1), 259-289. [https://doi.org/0002-9602/2011/11701-0006\\$10.00](https://doi.org/0002-9602/2011/11701-0006$10.00)
- Daniels, E. A., Zurbriggen, E. L., & Ward, L. M. (2020). Becoming an object: A review of self-objectification in girls. *Body Image*, *33*, 278-299. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.016>
- Davis, S. N. (2007). Gender ideology construction from adolescence to young adulthood. *Social Science Research*, *36*, 1021-1041. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.08.001>
- Davis, S. N., & Greenstein, T. N. (2009). Gender ideology: Components, predictors, and consequences. *Annual Review of Sociology*, *35*, 87-105. <http://www.jstor.org/stable/27800070>
- Deutsch, F. M., Servis, L. J., & Payne, J. D. (2001). Paternal participation in child care and its effects on children's self-esteem and attitudes toward gendered roles. *Journal of Family Issues*, *22*(8), 1000-1024. <https://doi.org/10.1177/019251301022008003>
- Edelbrock, C. S., & Sugawara, A. I. (1978). Acquisition of sex-typed preferences in preschool-aged children. *Developmental Psychology*, *14*(6), 614-623. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.14.6.614>
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, *21*, 173-206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Fredrickson, B. L., 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), 269-284. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.75.1.269>

- Galambos, N. L. (2004). Gender and gender role development in adolescence. In Lerner, R. M., & Steinberg, L. (Eds.), *Handbook of Adolescent Psychology* (2nd ed., pp. 233-262). John Wiley and Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9780471726746.ch8>
- Gibbons, J. L., Hamby, B. A., & Dennis, W. D. (1997). Researching gender-role ideologies internationally and cross-culturally. *Psychology of Women Quarterly*, 21, 151-170. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00106.x>
- Grunow, D., Begall, K. & Buchler, S. (2018). Gender ideologies in Europe: A multidimensional framework. *Journal of Marriage and Family*, 80, 42-60. <https://doi.org/10.1111/jomf.12453>
- Halpern, H. P., & Perry-Jenkins, M. (2016). Parents' gender ideology and gendered behavior as predictors of children's gender-role attitudes: A longitudinal exploration. *Sex Roles*, 74, 527-542. <https://doi.org/10.1007/s11199-015-0539-0>
- Harris, R. J., & Firestone, J. M. (1998). Changes in predictors of gender role ideologies among women: A multivariate analysis. *Sex Roles*, 38(3/4), 239-252. [https://doi.org/0360-0025/98/0200-0239\\$15.00/0](https://doi.org/0360-0025/98/0200-0239$15.00/0)
- Harter, S. (1988). Self-perception profile for adolescents. *Gifted Child Quarterly*.
- Hebl, M. R., King, E. B., & Lin, J. (2004). The swimsuit becomes us all: Ethnicity, gender, and vulnerability to self-objectification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(10), 1322-1331. <https://doi.org/10.1177/0146167204264052>
- Hosogi, M., Okada, A., Fujii, C., Noguchi, K., & Watanabe, K. (2012). Importance and usefulness of evaluating self-esteem in children. *BioPsychoSocial Medicine*, 6(9), 1-6. <https://doi.org/10.1186/1751-0759-6-9>
- Ikiz, F. E., & Cakar, F. S. (2010). Perceived social support and self-esteem in adolescence. *Procedia Social and Behavioral Science*, 5, 2338-2342. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.07.460>

- Josephs, R. A., Tafarodi, R. W., & Markus, H. R. (1992). Gender and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 391-402. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.63.3.391>
- Katz-Wise, S. L., Budge, S. L., Lindberg, S. M., & Hyde, J. S. (2012). Individuation or identification? Self-objectification and the mother-adolescent relationship. *Psychology of Women Quarterly*, 37(3), 366-380. <https://doi.org/10.1177/0361684312468425>
- Kroska, A. (2001). Do we have consensus? Examining the relationship between gender ideology and role meanings. *Social Psychology Quarterly*, 64(1), 18-40. <https://doi.org/10.2307/3090148>
- Kroska, A. (2007). Gender Ideology and Gender Role Ideology. In G. Ritzer, *The Blackwell Encyclopedia of Sociology*. John Wiley and Sons. <https://doi.org/10.1002/9781405165518.wbeosg019>
- Lachance-Grzela, M., & Bouchard, G. (2010). Why do women do the lion's share of housework? A decade of research. *Sex Roles*, 63, 767-780. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9797-z>
- Lennon, S. J., Rudd, N. A., Sloan, B., & Kim, J. S. (1999). Attitudes toward gender roles, self-esteem and body image: Application of a model. *Clothing and Textiles Research Journal*, 17(4), 191-202. <https://doi.org/10.1177/0887302X9901700403>
- Levant, R. F. (2011). Research in the psychology of men and masculinity using the gender role strain paradigm as a framework. *American Psychologist*, 66(8), 765–776. <https://doi.org/10.1037/a0025034>
- Madsen, O. J. (2014). Self-esteem. *Research Gate Journal*, 1705-1707.
- Martins, Y., Tiggemann, M., & Kirkbride, A. (2007). Those speedos become them: The role of self-objectification in gay and heterosexual men's body image. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 33(5), 634-647. <https://doi.org/10.1177/0146167206297403>

- McKay, T. (2013). Female self-objectification: causes, consequences and prevention. *McNair Scholars Research Journal*, 6(7), 53-70.
- Minev, M., Petrova, B., Mineva, K., Petkova, M., & Strebkova, R. (2018). Self-esteem in adolescents. *Trakia Journal of Sciences*, 2, 114-118. <https://doi.org/10.15547/tjs.2018.02.007>
- Murnen, S. K., & Don, B. P. (2012). Body image and gender roles. *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance*, 1, 128-134. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-384925-0.00019-5>
- Myers, J. E., Willse, J. T., & Villalba, J. A. (2011). Promoting self-esteem in adolescents: The influence of wellness factors. *Journal of Counseling & Development*, 89(1), 28-36. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2011.tb00058.x>
- Nussbaum, M. C. (1995). Objectification. *Philosophy & Public Affairs*, 24(4), 249-291. <https://www.jstor.org/stable/2961930>
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23(5), 381-387. <https://doi.org/10.1177/0963721414547414>
- Orth, U., Robins, R. W., & Widaman, K. F. (2012). Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6), 1271-1288. <https://doi.org/10.1037/a0025558>
- Ostrowsky, M. K. (2009). Are violent people more likely to have low self-esteem or high self-esteem? *Aggression and Violent Behavior*, 15, 69-75. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2009.08.004>
- Prezza, M., Trombaccia, F. R., & Armento, L. (1997). La scala dell'autostima di Rosenberg. Traduzione e validazione italiana. *Bollettino di Psicologia Applicata*, 223, 35-44.
- Polivy, J., Herman, C. P., & Pliner, P. (1990). Perception and evaluation of body image: The meaning of body shape and size. In J. M. Olson & M. P. Zanna (Eds.), *Self-inference processes: The Ontario symposium*, (vol. 6, pp. 87-114). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

- Quinn, D. M., Kallen, R. W., & Cathey, C. (2006a). Body on my mind: The lingering effect of state self-objectification. *Sex Roles*, 55, 869-874. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9140-x>
- Quinn, D. M., Kallen, R. W., Twenge, J. M., & Fredrickson, B. L. (2006b). The disruptive effect of self-objectification on performance. *Psychology of Women Quarterly*, 30, 59-64. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2006.00262.x>
- Rajadhyaksha, U., Korabik, K., & Aycan, Z. (2015). Gender, gender-role ideology, and the work-family interface: A cross-cultural analysis. In Mills, M. J. (Ed.), *Gender and The Work-Family Experience*, (pp. 99-117). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-08891-4_6
- Roberts, T.-A., & Gettman, J. Y. (2004). Mere exposure: Gender differences in the negative effects of priming a state of self-objectification. *Sex Roles*, 51(1/2), 17-27. <https://doi.org/10.1023/B:SERS.0000032306.20462.22>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberg, M., Schooler, C., & Schoenbach, C. (1989). Self-esteem and adolescent problems: Modeling reciprocal effects. *American Sociological Review*, 54(6), 1004-1018. <https://doi.org/10.2307/2095720>
- Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 60(1), 141-156. <https://doi.org/10.2307/2096350>
- Santos, C. E., Galligan, K., Pahlke, E., & Fabes, R. A. (2013). Gender-typed behaviors, achievement and adjustment among racially and ethnically diverse boys during early adolescence. *American Journal of Orthopsychiatry*, 83(2,3), 252-264. <https://doi.org/10.1111/ajop.12036>
- Schnittker, J., Freese, J., & Powell, B. (2003). Who are feminists and what do they believe? The role of generations. *American Sociological Review*, 68(4), 607-622. <https://doi.org/10.2307/1519741>

- Schwartz, J. P., Grammas, D. L., Sutherland, R. J., Siffert, K. J., & Bush-King, I. (2010). Masculine gender roles and differentiation: Predictors of body image and self-objectification in men. *Psychology of Men and Masculinity, 11*(3), 208-224. <https://doi.org/10.1037/a0018255>
- Siegel, J. A., & Calogero, R. M. (2019). Conformity to feminine norms and self-objectification in self-identified feminist and non-feminist women. *Body Image, 28*, 115-118. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.01.005>
- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin, 139*(1), 213-240. <https://doi.org/10.1037/a0028931>
- Strelan, P., & Hargreaves, D. (2005). Reasons for exercise and body esteem: Men's responses to self-objectification. *Sex Roles, 53*, 495-503. <https://doi.org/10.1007/s11199-005-7137-5>
- Sun, X., & Lai, K. (2017). Are mothers of sons more traditional? The influence of having son(s) and daughter(s) on parent's gender ideology. *The Journal of Chinese Sociology, 4*(1), 1-19. <https://doi.org/10.1186/s40711-016-0049-7>
- Talmon, A., & Ginzburg, K. (2016). The nullifying experience of self-objectification: The development and psychometric evaluation of the Self-Objectification Scale. *Child Abuse & Neglect, 60*, 46-57. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.09.007>
- Tiggemann, M., & Slater, A. (2015). The role of self-objectification in the mental health of early adolescent girls: Predictors and consequences. *Journal of Pediatric Psychology, 40*(7), 704-711. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsv021>
- Van der Vleuten, M, Jaspers, E., Maas, I., & Van der Lippe, T. (2016). Boys' and girls' educational choices in secondary education. The role of gender ideology. *Educational Studies, 42*(2), 181-200. <https://doi.org/10.1080/03055698.2016.1160821>

Vangeel, L., Vanderbosch, L., & Eggermont, S. (2018). The multidimensional self-objectification process from adolescence to emerging adulthood. *Body Image*, 26, 60-69. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.05.005>

Vermeersch, H., T'sjoen, G., Kaufman, J. M., Vincke, J., & Van Houtte, M. (2010). Gender ideology, same-sex peer group affiliation and the relationship between testosterone and dominance in adolescent boys and girls. *Journal of Biosocial Science*, 42(4), 463-475. <https://doi.org/10.1017/S0021932010000106>

Wagner Oehlhof, M. E., Musher-Eizenman, D. R., Neufeld, J. M., & Hauser, J. C. (2009). Self-objectification and ideal body shape for men and women. *Body Image*, 6, 308-310. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.05.002>

Watt, A. D., & Konnert, C. A. (2020). Body satisfaction and self-esteem among middle-aged and older women: The mediating roles of social and temporal comparisons and self-objectification. *Aging and Mental Health*, 24(5), 797-804. <https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1544222>

Zurbriggen, E. L. (2013). Objectification, self-objectification, and societal change. *Journal of Social and Political Psychology*, 1(1), 188-215. <https://doi.org/10.5964/jspp.v1i1.94>