



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PADOVA**

**Dipartimento di Psicologia Generale**

**Corso di laurea Magistrale in Psicologia Clinica**

**Tesi di Laurea Magistrale**

**Immagine corporea, *Social Media*, sesso biologico e orientamento sessuale: uno studio su popolazione non clinica**

*Body Image, Social Media, biological sex and sexual orientation: a study on non clinical-population*

*Relatrice*

**Prof.ssa Marta Ghisi**

*Correlatore*

**Dott. Paolo Mancin**

***Laureanda: Stefania Pittelli***

***Matricola: 2048514***

Anno Accademico 2022/2023



# INDICE

<b>INTRODUZIONE</b>	<b>6</b>
<b>CAPITOLO I: IL COSTRUTTO DI IMMAGINE CORPOREA</b>	<b>10</b>
1.1 Definizione del costrutto di immagine corporea.....	10
1.2 I modelli teorici più influenti riguardo l'immagine corporea.....	10
1.2.1 La teoria socioculturale dell'oggettivazione corporea.....	10
1.2.2 Il modello tripartito di influenza.....	12
1.3 Immagine corporea negativa.....	14
1.3.1 Insoddisfazione corporea.....	14
1.4 Disturbi dell'immagine corporea .....	15
1.4.1 Il disturbo di dismorfismo corporeo.....	15
1.4.1.1 Quadro clinico.....	16
1.4.1.2 Prevalenza e insorgenza.....	16
1.4.2 Il disturbo di dismorfismo corporeo muscolare.....	17
1.4.2.1 Quadro clinico.....	17
1.4.2.2 Prevalenza e insorgenza.....	19
1.4.3 Comorbidità del disturbo di dismorfismo corporeo e del disturbo di dismorfismo muscolare.....	19
1.5 Immagine corporea positiva.....	20
1.5.1 Il costrutto multidimensionale dell'immagine corporea positiva.....	21
1.5.2 <i>Body appreciation</i> .....	22
1.5.3 <i>Body functionality</i> .....	23

1.5.4 <i>Body functionality appreciation</i> .....	24
1.6 Immagine corporea: differenze associate al genere e all'orientamento sessuale.....	25
1.6.1 <i>Focus</i> sull'orientamento sessuale.....	26
1.6.2 Teoria dell'oggettivazione corporea e modello tripartito di influenza adattati al genere maschile e al contesto delle minoranze sessuali.....	26
1.6.3 Insoddisfazione corporea: differenze associate al genere e all'orientamento sessuale.....	32
1.6.3.1 Insoddisfazione corporea nelle minoranze sessuali e <i>Minority Stress Theory</i> .....	35
1.6.4 Disturbi dell'immagine corporea: differenze associate al genere e all'orientamento sessuale.....	36
1.6.5 Immagine corporea positiva: differenze associate al genere e all'orientamento sessuale.....	37
1.7 <i>Self-compassion</i> : un costrutto psicologico associato all'immagine corporea.....	39
1.7.1 <i>Self-compassion</i> : differenze associate al genere e all'orientamento sessuale..	41
<b>CAPITOLO II: IMMAGINE CORPOREA E <i>SOCIAL MEDIA</i></b>	<b>42</b>
2.1 I <i>Social Media</i> : definizione, breve storia e dati di utilizzo.....	42
2.2 Meccanismi alla base del collegamento tra <i>Social Media</i> e immagine corporea.....	44
2.2.1 Esposizione ai contenuti presenti su <i>Social Media</i> e differenze di genere.....	44
2.2.2 La teoria degli usi e delle gratificazioni applicata ai <i>Social Media</i> e differenze di genere.....	54
2.3 Gli <i>appearance focused Social Media</i> vs non <i>appearance focused Social Media</i> ....	57
2.4 Fotografie come strumenti di autopresentazione e differenze di genere.....	59
2.4.1 <i>Photo editing, photo investment</i> e differenze di genere.....	61

2.4.2 Comportamenti di pubblicazione di fotografie e differenze di genere.....	73
<b>CAPITOLO III: LA RICERCA</b>	<b>75</b>
3.1 Obiettivi e ipotesi.....	75
3.2 Metodo.....	78
3.2.1 Partecipanti.....	78
3.2.2 Procedura.....	79
3.2.3 Strumenti.....	79
3.3 Analisi dei dati.....	86
3.4 Risultati.....	87
3.4.1 Analisi non parametriche ( <i>Kruskal Wallis</i> ).....	87
3.4.2 Analisi correlazionali.....	91
3.4.3 Regressione lineare gerarchica a blocchi.....	93
3.4.3.1 Regressione lineare gerarchica a blocchi con manifestazioni legate al DDC come variabile dipendente nel campione di donne eterosessuali.....	94
3.4.3.2 Regressione lineare gerarchica a blocchi con manifestazioni legate al DDM come variabile dipendente nel campione di donne eterosessuali.....	97
3.4.3.3 Regressione lineare gerarchica a blocchi con manifestazioni legate al DDC come variabile dipendente nel campione di uomini eterosessuali.....	98
3.4.3.4 Regressione lineare gerarchica a blocchi con manifestazioni legate al DDM come variabile dipendente di uomini eterosessuali.....	101
3.5 Discussione e Conclusioni.....	103
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	<b>119</b>

## INTRODUZIONE

L'immagine corporea, ovvero la rappresentazione mentale che una persona ha del proprio corpo (Alleva et al., 2015; Shoraka et al., 2019), è un costrutto psicologico multidimensionale e comprende componenti cognitive, percettive, affettive e comportamentali (Cash et al., 2002). Il campo di studi sull'immagine corporea per molti anni è stato dominato da un *focus* sull'immagine corporea negativa e sulla popolazione femminile e solo recentemente sono stati indagati più in profondità il costrutto di immagine corporea positiva (Smolak & Cash, 2011; Tylka, 2011a, 2012), la popolazione di uomini e la relazione con l'orientamento sessuale (Meneguzzo et al., 2021). L'insoddisfazione corporea è un aspetto centrale dell'immagine corporea negativa e un aspetto rilevante in alcuni disturbi psicologici tra cui il Disturbo di Dismorfismo Corporeo (DDC) e il Disturbo di Dismorfismo Muscolare (DDM) (Hosseini & Padhy, 2019). Il DDC è caratterizzato da preoccupazione eccessiva per uno o più difetti percepiti nell'aspetto fisico e considerati lievi o non osservabili da un osservatore esterno, in risposta alla quale vengono compiuti comportamenti ripetitivi, come ricerca di assicurazioni, o azioni mentali, come confronti con l'aspetto fisico altrui (*American Psychiatric Association [APA]*, 2013). Il DDM, uno specificatore del DDC, è caratterizzato da una preoccupazione eccessiva per la massa muscolare, percepita come eccessivamente esile o non abbastanza muscolosa, in risposta alla quale vengono attuati comportamenti ripetitivi manifesti o mentali, come esercizio fisico eccessivo, alimentazione regolata rigidamente o confronti con l'aspetto fisico degli altri (APA, 2013). Vi sono delle differenze tra uomini e donne per quanto concerne DDC e DDM: ad esempio, nel primo, le preoccupazioni maschili si manifestano più frequentemente verso genitali, torace e capelli, mentre quelle femminili verso pelle, peso, peli, seno e glutei (Sun & Rieder, 2021), mentre nel secondo è stata individuata una prevalenza maggiore tra gli uomini rispetto alle donne (Hale et al., 2013; Readdy et al., 2011; Robert et al., 2009; Tod et al., 2016). Anche nelle minoranze sessuali si riscontra la presenza sia di DDC sia di DDM (Boroughs et al., 2010; Fabris et al., 2022). Invece, l'immagine corporea positiva, la quale differisce dall'immagine corporea negativa e non è identificabile come semplicemente il suo polo opposto, è un costrutto multidimensionale che comprende *body appreciation*, *body acceptance*, *body functionality*, *broadly conceptualizing beauty*, un *investment* adattivo nell'apparenza, *inner positivity*, filtraggio delle informazioni in modo protettivo (Alleva et al., 2017;

Tylka & Wood-Barcalow, 2015b). Le donne, rispetto agli uomini, sembrano avere livelli di *body appreciation* più bassi (He et al., 2020b) e l'orientamento sessuale sembra essere un fattore di rischio negli uomini per una *body appreciation* più bassa, dato che le donne appartenenti alle minoranze sessuali sembrano avere livelli più elevati rispetto alle eterosessuali, sebbene in misura modesta (Ramseyer Winter et al., 2015) e gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali hanno mostrato livelli più bassi di *body appreciation* rispetto agli eterosessuali (Alleva et al., 2018). La *self-compassion* è un costrutto multidimensionale, sviluppatosi dalla filosofia buddista, per la quale la compassione può essere diretta anche verso se stessi, e si riferisce a come le persone si rapportano a se stesse in momenti di sofferenza e in tutti quei momenti in cui sentono di aver fallito o di essere inadeguate (Neff, 2022). Le donne sembrano avere livelli più bassi di *self-compassion* rispetto alla controparte maschile (Yarnell et al., 2015). La *self-compassion* è legata all'immagine corporea: ad esempio, può proteggere dallo sviluppo di un'immagine corporea negativa (Tylka & Van Diest, 2015) e ha un ruolo protettivo per la *body appreciation* (Homan & Tylka, 2015; Siegel et al., 2020).

Tradizionalmente è stata sottolineata l'importanza assunta da famiglia, gruppo dei pari e *media* nell'influenzare l'immagine corporea (Thompson et al., 1999). Negli ultimi anni una nuova forma di *media*, i *Social Media*, ovvero piattaforme *online* che consentono agli utenti la creazione di profili *online* pubblici o privati per interagire e formare relazioni con altri utenti (Holland & Tiggemann, 2016), sono sempre più diffuse. In particolar modo, le attività basate sulle fotografie, quali *photo investment* e *photo manipulation*, sembrano avere un effetto negativo sull'immagine corporea, in quanto sono risultate collegate all'insoddisfazione corporea (McLean et al., 2015), sia nelle donne (Beos et al., 2021; Lonergan et al., 2019; Tiggemann et al., 2020) sia negli uomini (Lonergan et al., 2019; Modica, 2020). Tuttavia, nessuno studio disponibile ha indagato come questi comportamenti tenuti *online* si possono presentare nelle minoranze sessuali. Inoltre, non è stata approfondita la loro relazione con i sintomi di DDC e DDM presi nel loro complesso, così come il ruolo moderatore dell'immagine corporea positiva. Il presente studio, dunque, si pone l'obiettivo di indagare le differenze nell'immagine corporea negativa, indagata come sintomi di DDC e DDM, nell'immagine corporea positiva, indagata come *body appreciation*, nel comportamento di pubblicazione di fotografie e nel costrutto di *self-compassion*, all'interno di un campione, attivo nella pubblicazione di *selfie* sui *Social Media*, composto da individui *cisgender* e di diverso orientamento sessuale, tratto dalla popolazione generale italiana.

Inoltre, si pone l'obiettivo di indagare la relazione tra l'immagine corporea negativa, indagata come sintomi di DDC e di DDM, e i comportamenti di pubblicazione delle fotografie, quali *photo investment* e *photo manipulation*, e il possibile ruolo di variabile moderatrice della *body appreciation* e della *self-compassion*, nelle donne e negli uomini *cisgender* eterosessuali del campione. Tale obiettivo è in parte esplorativo perché, come accennato, non sono ancora stati indagati gli effetti di comportamenti di pubblicazione di fotografie sull'immagine corporea nelle minoranze sessuali; gli studi sul genere maschile che mettono in relazione immagine corporea e comportamenti di pubblicazione di fotografie sono limitati (Lonergan et al., 2019; Modica, 2020); la relazione tra specifici comportamenti di pubblicazione di fotografie e le manifestazioni di DDC e DDM non è ancora stata indagata; non risultano disponibili degli studi che abbiano valutato il ruolo moderatore dell'immagine corporea positiva, la quale si presenta come un fattore protettivo per il benessere individuale (Tylka & Wood-Barcalow, 2015b), nella relazione tra comportamenti di pubblicazione di fotografie e le manifestazioni di DDC e DDM. Tale obiettivo è in parte confermativo perché è stato possibile ipotizzare gli effetti negativi sull'immagine corporea delle pratiche di *photo investment* e *photo manipulation* sulla base di studi precedenti (Beos et al., 2021; Lonergan et al., 2019; McLean et al., 2015; Modica, 2020; Tiggemann et al., 2020) e perché il ruolo di variabile moderatrice della *self-compassion* tra comportamenti di pubblicazione di fotografie e immagine corporea negativa è già stato esaminato da Lonergan e collaboratori (2019).

Nel primo capitolo verranno introdotti il costrutto di immagine corporea e i modelli teorici volti alla comprensione di questo costrutto, quali la teoria socioculturale dell'oggettivazione corporea (Fredrickson & Roberts, 1997) e il modello tripartito di influenza (Thompson et al., 1999). In seguito, verrà presentata l'immagine corporea negativa, con particolare riferimento all'insoddisfazione corporea. Verranno, inoltre, presentati il DDC e il DDM, approfondendo le caratteristiche diagnostiche, la prevalenza nella popolazione, l'età d'esordio e la comorbidità. Verrà trattata, poi, l'immagine corporea positiva, fornendo una descrizione delle sue componenti. Inoltre, verranno trattati gli adattamenti al genere maschile e al contesto delle minoranze sessuali dei modelli dell'immagine corporea e le possibili differenze associate al genere e all'orientamento sessuale nell'insoddisfazione corporea, nel DDC e nel DDM e nell'immagine corporea positiva. Infine, verrà presentato il costrutto di *self-compassion* e le possibili differenze associate al genere e all'orientamento sessuale.



Nel secondo capitolo verrà fornita una descrizione dei *Social Media*, dei diversi tipi di contenuti a cui uomini e donne sono esposti e le motivazioni che possono spingere uomini e donne al loro utilizzo, attraverso la Teoria degli Usi e delle Gratificazioni (Katz & Blumler, 1974). Inoltre, verranno approfondite le diverse conseguenze sull'immagine corporea che le attività *appearance focused* possono avere, rispetto alle non *appearance focused*. Verranno, successivamente, prese in considerazione le fotografie come strumenti di autopresentazione sui *Social Media* e il loro legame con il genere. Inoltre, verranno approfondite delle specifiche attività svolte all'interno dei *Social Media*, ovvero i comportamenti basati sulle fotografie, quali il *photo investment* e *photo manipulation*, descrivendo il loro legame con l'insoddisfazione corporea e le possibili differenze di genere. Infine, verranno trattati i comportamenti di pubblicazione di fotografie, evidenziando le motivazioni dietro tali comportamenti e le possibili differenze tra uomini e donne.

Nel terzo capitolo verrà presentato lo studio condotto, descrivendo le ipotesi, gli obiettivi, la metodologia utilizzata, specificando le informazioni relative ai partecipanti, alla procedura e agli strumenti psicometrici. Verranno, inoltre, spiegate le analisi statistiche effettuate e i risultati che da esse sono emersi. Si concluderà con una discussione finale, nella quale verranno proposte delle possibili interpretazioni dei risultati ottenuti, oltre a individuare i limiti dello studio e le possibili prospettive per il futuro.

# CAPITOLO I

## IL COSTRUTTO DI IMMAGINE CORPOREA

### 1.1 Definizione del costrutto di immagine corporea

L'immagine corporea è la rappresentazione mentale che una persona ha del proprio corpo (Alleva et al., 2015; Shoraka et al., 2019). Si tratta di un costrutto psicologico multidimensionale che comprende una componente cognitiva, ovvero pensieri e credenze sul proprio corpo; una componente percettiva, ossia la percezione della forma e della taglia del proprio corpo; una componente affettiva, ovvero le emozioni riguardo al corpo; una componente comportamentale, ossia tutti quei comportamenti che le persone mettono in atto, ad esempio, per controllare o alterare il proprio corpo (Cash et al., 2002). L'immagine corporea, dunque, comprende componenti valutative, percettive, affettive e comportamentali, ma sono soprattutto le prime a essere oggetto di studio (Kling et al., 2019). L'importanza nell'indagine dell'immagine corporea è data dalla sua rilevanza tra le componenti utilizzate per definire la propria identità personale (Hosseini & Padhy, 2019).

### 1.2 I modelli teorici più influenti riguardo l'immagine corporea

Tra i modelli teorici più influenti che hanno avuto lo scopo di spiegare l'immagine corporea e, più nello specifico, il ruolo assunto dal contesto socioculturale, vi sono la teoria socioculturale dell'oggettivazione corporea (Fredrickson & Roberts, 1997) e il modello tripartito di influenza (Thompson et al., 1999).

#### 1.2.1 La teoria socioculturale dell'oggettivazione corporea

La teoria socioculturale dell'oggettivazione corporea (Fredrickson & Roberts, 1997) ha sottolineato l'impossibilità di comprendere l'immagine corporea senza includere il ruolo dei contesti sociali e culturali in cui l'individuo è inserito. Secondo tale teoria, nella società occidentale si è assistito, e si assiste tutt'oggi, al fenomeno di oggettivazione sessuale che coinvolge in particolare le donne: il corpo femminile nel suo complesso o solo alcune sue parti vengono ridotti a meri strumenti di piacere, a oggetti da guardare e da valutare (Bartky, 1990). Questo processo comporta il fatto che le donne vengono ridotte a semplici oggetti attraverso lo sguardo maschile e, a loro volta, esse stesse possono essere indotte a interiorizzare una prospettiva di "osservatore esterno" quando riflettono sul proprio corpo. Questo fenomeno, definito auto-

oggettivazione, è caratterizzato dal fatto che le donne osservano il proprio aspetto fisico “come se” lo osservasse o valutasse una terza persona (Fredrickson & Roberts, 1997). L’oggettivazione e l’auto-oggettivazione corporea sono associate a conseguenze psicologiche negative per le donne: emozioni di vergogna e ansia legate all’aspetto fisico, diminuzione dell’esperienza di *flow*, ovvero uno stato di coscienza caratterizzato da una completa immersione in un’attività (Csikszentmihaly, 1982, 1990), e una ridotta consapevolezza degli stati interni del proprio corpo (Fredrickson & Roberts, 1997).

Per quanto riguarda la vergogna, questa emozione deriva dal confronto che le donne fanno del proprio aspetto fisico, valutato come se fosse un oggetto, con quello femminile ideale, proposto dalla società occidentale (Fredrickson & Roberts, 1997). In seguito al riconoscimento di una differenza avvertita tra il proprio aspetto fisico reale e quello ideale, le donne mettono in atto comportamenti per cambiarlo e modellarlo, come una dieta restrittiva, l’esercizio fisico eccessivo e l’utilizzo di prodotti di bellezza invasivi, fino alla scelta di svolgere interventi di chirurgia plastica estetica (Fredrickson & Roberts, 1997). Inoltre, l’oggettivazione corporea e l’auto-oggettivazione si legano all’ansia, data l’incertezza di quando e come potrebbe avvenire un’eventuale valutazione del proprio aspetto fisico (Fredrickson & Roberts, 1997). L’ansia per il proprio aspetto fisico può indurre al monitoraggio continuo e ai tentativi di migliorarlo (Keelan et al., 1992). Infine, dato che le donne sono costantemente indotte a focalizzarsi sul proprio aspetto fisico, possono subire una riduzione di attenzione rivolta allo svolgimento di attività quotidiane e, di conseguenza, di immersione nelle stesse (Csikszentmihaly, 1990; Fredrickson & Roberts, 1997). La vigilanza costante, o *body surveillance*, sul proprio aspetto fisico potrebbe, inoltre, diminuire le risorse attentive disponibili per monitorare gli stati corporei interni come, ad esempio, battito cardiaco, contrazioni dello stomaco, livelli di glucosio nel sangue e i cambiamenti fisiologici legati all’*arousal* sessuale (Blascovich et al., 1992; Fredrickson & Roberts, 1997; Harver et al., 1993; Katkin, 1985; Katkin et al., 1981; Laan et al., 1995).

Vergogna, ansia, ridotta esperienza di *flow* e di consapevolezza degli stati interni del corpo, a loro volta, possono essere associati allo sviluppo di un disturbo psicologico, come un disturbo depressivo maggiore, una disfunzione sessuale e un disturbo alimentare (Fredrickson & Roberts, 1997).

### 1.2.2 Il modello tripartito di influenza

Secondo il modello tripartito di influenza (Thompson et al., 1999), il gruppo dei pari, i genitori e i *media*, attraverso processi di interiorizzazione degli ideali di bellezza socioculturali e di confronto sociale basato sull'aspetto fisico, influenzano l'immagine corporea e lo sviluppo di possibili disturbi psicologici incentrati su essa, come i disturbi alimentari.

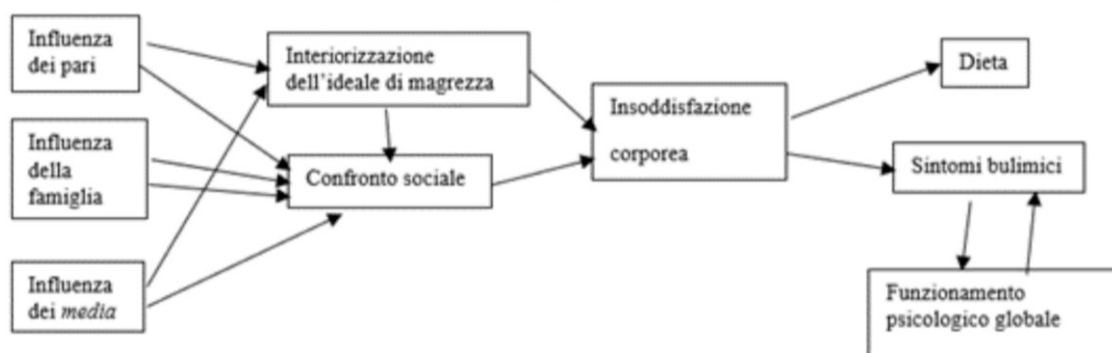
Per quanto riguarda le fonti di influenza, uno studio ha riportato che le ragazze adolescenti maggiormente derise dai pari per il loro peso e forma fisica sono anche coloro che riportano di seguire più frequentemente una dieta, a parità di peso (Paxton et al., 1999). Allo stesso modo, un altro studio ha sottolineato che le adolescenti e le giovani adulte con diagnosi di bulimia nervosa riferiscono di ricevere un incoraggiamento da parte di amici a essere magre maggiormente rispetto alle ragazze senza questa diagnosi ma con stesso indice di massa corporea (IMC) (Stice et al., 1996). Anche il ruolo rivestito dalla famiglia nello sviluppo di disturbi alimentari è ben documentato: ad esempio, la pressione da parte dei genitori a raggiungere un aspetto fisico magro, percepita tra le ragazze di scuola secondaria di primo grado predice lo sviluppo di disturbi alimentari (Levine et al., 1994). Inoltre, sempre per quanto riguarda il legame con la famiglia, l'insoddisfazione corporea in giovani adulte è collegata all'insoddisfazione corporea che anche le loro madri vivono rispetto al proprio corpo (Rieves & Cash, 1996). Per quanto riguarda i *media*, il modello tripartito di influenza ha inizialmente considerato l'impatto di riviste e televisione sull'immagine corporea e sullo sviluppo di disturbi alimentari. Ad esempio, in uno studio di Irving (1990) è emerso che donne esposte a immagini di modelle magre, peso corporeo medio od *oversize*, sono tanto più insoddisfatte tanto più osservano modelle magre. In un altro studio, l'insoddisfazione corporea è risultata essere predetta dalla visione di *soap opera* in televisione e l'impulso alla magrezza dal tempo trascorso guardando video musicali, ma nessuna delle due dimensioni dell'immagine corporea è risultata essere predetta dal tempo complessivo impiegato guardando la televisione (Tiggemann & Pickering, 1996).

Il modello tripartito di influenza non si è limitato solo a individuare le fonti che possono influire sull'immagine corporea e sui disturbi alimentari, ma ha anche chiarito quali possono essere i processi che rendono ciò possibile, individuando l'interiorizzazione degli ideali di bellezza e il confronto sociale (Van de Berg et al., 2002). Il concetto di bellezza è un costrutto sociale e culturale e nella società occidentale è connesso alla

forma e alla taglia corporea (Smith et al., 2007; Swami & Tovée, 2007). Tradizionalmente, l'ideale di bellezza previsto per le donne è quello di un aspetto fisico magro, mentre per gli uomini è quello di un aspetto fisico muscoloso e tonico, con fianchi stretti e addome piatto (Tiggemann, 2004). Pari, famiglia e *media* possono indurre al perseguimento della magrezza e, dato che l'ideale di magrezza viene fatto proprio (interiorizzato), le persone possono essere portate a paragonare il proprio aspetto fisico con quello delle altre (confronto sociale). Non è il confronto sociale in sé a essere deleterio, ma la sua tipologia: infatti, secondo la teoria del confronto sociale (Festinger, 1954), le persone possono impegnarsi in confronti sociali verso l'alto, ovvero con individui percepiti come aventi qualità superiori rispetto alle proprie (Sala et al., 2021), ad esempio, una maggiore magrezza, o verso il basso, ovvero con individui che vengono ritenuti inferiori o con qualità peggiori (ad esempio, "più brutte"). In generale, la prima tipologia di confronto sociale può indurre a valutarsi in modo peggiore e a provare emozioni negative (Leahey et al., 2011). Il confronto sociale, a sua volta, può influire sul modo in cui una persona valuta il proprio aspetto fisico e modulare i propri livelli di insoddisfazione corporea. Questi ultimi possono influenzare i comportamenti alimentari, i quali possono configurarsi come disfunzionali, nel momento in cui sono eccessivi, provocano un disagio significativo e sono volti a raggiungere un aspetto fisico irrealistico (Donovan et al., 2020).

**Figura 1**

*Modello tripartito di influenza (Donovan et al., 2020)*



### **1.3 Immagine corporea negativa**

Gli studi sull'immagine corporea si sono concentrati per molto tempo proprio sull'immagine corporea negativa (Tylka & Wood-Barcalow, 2015b). Questo costrutto prevede la presenza di insoddisfazione corporea, di dispercezione corporea, di preoccupazione per il proprio aspetto fisico e l'impegno in comportamenti di controllo o evitamento, come guardarsi spesso allo specchio, pesarsi o evitare di mostrarsi in pubblico (Hosseini & Padhy, 2019). Molto spesso, questo costrutto viene valutato attraverso i livelli di insoddisfazione corporea (Hosseini & Padhy, 2019).

#### **1.3.1 Insoddisfazione corporea**

L'insoddisfazione corporea è una componente dell'immagine corporea negativa e può essere definita come i pensieri e le emozioni negativi che una persona ha nei confronti del proprio aspetto fisico (Grogan, 2016). È stata riconosciuta come un'importante problematica di salute pubblica (Bucchianeri & Neumark-Sztainer, 2014; Mond et al., 2011; Paxton, 2000): infatti, risulta associata a diverse condizioni e disturbi psicologici, come tono dell'umore disforico (Goldfield et al., 2010), disturbi alimentari (Brownell & Walsh, 2017) e una ridotta qualità di vita (Griffiths et al., 2016). L'insoddisfazione corporea non è un disturbo psicologico in sé, ma è una componente rilevabile in alcuni di essi (Tiggemann, 2004). L'insoddisfazione corporea, inoltre, può essere considerata come un tratto e come uno stato. Nel primo caso, è possibile definirla come il grado in cui le persone generalmente sperimentano insoddisfazione per la loro forma fisica o il proprio peso (Dondzilo et al., 2022). A sua volta, all'interno del tratto insoddisfazione corporea, è possibile identificare le dimensioni di frequenza, ovvero quanto spesso una persona vive episodi di insoddisfazione corporea in media, e durata, ovvero quanto una persona stima sia durato un episodio di insoddisfazione corporea in media (Dondzilo et al., 2022). Tuttavia, la frequenza spiega una proporzione più grande del tratto di insoddisfazione corporea rispetto alla durata: sembrerebbe che le persone valutino la loro insoddisfazione corporea più in base a quanto spesso la provano, piuttosto che alla durata dell'esperienza stessa (Dondzilo et al., 2022). Le due dimensioni sono risultate essere associate a diverse componenti relative ai comportamenti alimentari problematici: la durata è risultata essere associata a esperienze di *binge eating*, mentre la frequenza a restrizioni alimentari (Dondzilo et al., 2022). Invece, l'insoddisfazione corporea come stato è il grado in cui una persona si sente insoddisfatta del proprio aspetto fisico in un determinato momento (Sala et al., 2021). Lo stato di insoddisfazione

corporea è associato a un investimento disfunzionale nell'apparenza, atteggiamenti negativi riguardo al cibo (fino ai sintomi di un disturbo alimentare) e strategie di *coping* negative sull'immagine corporea, come evitamento o tentativi di migliorare la propria apparenza, misurati come variabili di tratto (Melnyk et al., 2004). Inoltre, essere insoddisfatti in un dato momento può predire una bassa affettività positiva di stato e un'elevata affettività negativa di stato, ma non il contrario (Sala et al., 2021). Sembra anche che l'insoddisfazione di stato non sia associata con il mettere in atto comportamenti di controllo di peso, intesi come condotte di stato, in popolazione non clinica (Sala et al., 2020), diversamente a quanto si riscontra in persone con disturbo alimentare (Srivastava et al., 2021).

## **1.4 Disturbi dell'immagine corporea**

Nei disturbi dell'immagine corporea si possono rilevare: componenti comportamentali, come controllarsi ripetutamente allo specchio o mettersi a dieta; attitudinali, come l'atteggiamento in merito a prendere peso; cognitive, come il pensiero di essere maggiormente apprezzati dalle persone se si è più magri; percettive, ovvero quelle componenti che riguardano l'accuratezza della valutazione che una persona fa della propria taglia, forma corporea e del proprio peso rispetto alle attuali proporzioni (Hosseini & Padhy, 2019; Túry et al., 2010). Il confine tra le condizioni patologiche di tali componenti e quelle non patologiche non è sempre facilmente comprensibile: ad esempio, in merito alle cognizioni, il pensiero di piacere di più se si è più magri è riscontrabile anche nella popolazione generale e bisogna capire quando tale pensiero diventa patologico (Túry et al., 2010). I disturbi dell'immagine corporea comprendono il disturbo di dismorfismo corporeo e il disturbo di dismorfismo muscolare.

### **1.4.1 Il disturbo di dismorfismo corporeo**

Il DDC è presente nella sezione dedicata al “Disturbo ossessivo-compulsivo e disturbi correlati” all'interno della quinta edizione del Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali (DSM-5; APA, 2013). In passato, questo disturbo è stato definito dismorfofobia ed è stato classificato come un disturbo somatoforme (APA, 1980, 1987, 2000). Tuttavia, sono stati riportati risultati a sostegno del fatto che questo disturbo abbia più caratteristiche in comune con il disturbo ossessivo-compulsivo, come i comportamenti ripetitivi, tali da inserirlo in questa categoria (Van Ameringen et al., 2014). Il DDC è caratterizzato da un'eccessiva preoccupazione per uno o più difetti

corporei. Questi difetti possono essere minimi o totalmente assenti, ma vengono in ogni caso percepiti come profondamente disturbanti. Chi manifesta questo disturbo si definisce spesso brutto, anormale o deforme e la percezione di questi difetti è fonte di vergogna e disagio profondi (APA, 2013).

#### **1.4.1.1 Quadro clinico**

I criteri per la diagnosi di DDC (APA, 2013) sono:

- A. Preoccupazione per uno o più difetti percepiti nell'aspetto fisico, che non sono osservabili o che appaiono lievi per gli altri.
- B. Nel corso del disturbo, l'individuo ha eseguito comportamenti ripetitivi (ad esempio, controlli ripetuti allo specchio e ricerca di rassicurazioni) o azioni mentali (ad esempio, confronti tra il suo aspetto con quello di altri) in risposta alla preoccupazione.
- C. La preoccupazione causa disagio clinicamente significativo o compromissione dell'area sociale, lavorativa o di altre aree importanti del funzionamento.
- D. La preoccupazione per l'aspetto fisico non è meglio spiegata da preoccupazioni per il peso corporeo o dalla presenza di sintomi che soddisfano i criteri diagnostici per un disturbo alimentare.

Inoltre, è necessario specificare il livello di *insight*, ovvero il grado di consapevolezza di una persona circa la veridicità delle proprie credenze relative al difetto percepito nell'aspetto fisico:

-Con buono o sufficiente *insight*: l'individuo riconosce che le credenze sono sicuramente o probabilmente non vere.

-Con scarso *insight*: l'individuo pensa che le credenze siano probabilmente vere.

-Con *insight* assente/convinzioni deliranti: l'individuo è assolutamente convinto che le proprie credenze siano vere.

#### **1.4.1.2 Prevalenza e insorgenza**

La prevalenza del DDC nella popolazione generale varia dallo 0,7% al 3,2% (Bjornsson et al., 2010). In Italia, è stata stimata essere intorno all'1,63% (Cerea, Bottesi, Grisham et al., 2018). Tuttavia, considerando specifici contesti, come quello della chirurgia,



medicina o dermatologia estetica, vi sarebbe una prevalenza del 12,65% nei pazienti di dermatologia e del 15,04% in coloro che ricorrono a interventi di chirurgia plastica (Veale et al., 2016). Infatti, le persone con DDC tendono a cercare di risolvere la preoccupazione relativa al difetto percepito attraverso diversi comportamenti di camuffamento, come indossare cappelli tutto il tempo, coprire il volto con i capelli o truccarsi in modo pesante (Phillips et al., 2006), e, in alcuni casi, possono ricorrere anche a interventi estetici (Crerand et al., 2010; Metcalfe et al., 2014). Alcuni studi hanno suggerito che il ricorso ai trattamenti estetici possa migliorare la sintomatologia in persone con DDC relativo a un'area specifica dell'aspetto fisico e con una sintomatologia di gravità non severa (Morselli & Boriani, 2012; Veale et al., 2014). Tuttavia, è emerso che tali miglioramenti rimangono di rado stabili nel lungo periodo e spesso la preoccupazione si sposta da una parte dell'aspetto fisico a un'altra (Sun & Rieder, 2021).

Per quanto riguarda l'insorgenza di questo disturbo, essa avviene prima dei 18 anni di età, di solito intorno ai 12-13 anni; per questo il DDC è considerato un disturbo con insorgenza in età infantile/adolescenziale (Bjornsson et al., 2013). Ciò può essere in parte spiegato dalla selezione sessuale (Feusner et al., 2009; Phillips, 2009; Stein, 2006), la quale è particolarmente rilevante in questa fascia evolutiva e si caratterizza per la rilevanza dell'aspetto fisico; in parte può essere spiegato dal fatto che il rapporto con il proprio corpo è cruciale per lo sviluppo psicologico e sociale degli adolescenti (Cash & Pruzinsky, 2002).

#### **1.4.2 Il disturbo di dismorfismo corporeo muscolare**

Tra i criteri relativi alla diagnosi per il disturbo di dismorfismo corporeo, è necessario specificare la possibile presenza di un DDM, talvolta chiamato vigoressia. Attualmente, quindi, non esiste una categoria diagnostica a sé per questo disturbo psicologico e continua il dibattito sulla sua classificazione (Murray et al., 2010). Il DDM è caratterizzato dal fatto che l'individuo è preoccupato all'idea che il suo aspetto fisico sia troppo esile o non sufficientemente muscoloso (APA, 2013).

##### **1.4.2.1 Quadro clinico**

Le persone con DDM sono preoccupate all'idea che il corpo sia eccessivamente esile o insufficientemente muscoloso, sebbene possano dimostrare un aspetto fisico nella norma, talvolta muscoloso (APA, 2013). Come nel caso del DDC, in risposta alla

preoccupazione, queste persone si impegnano in comportamenti ripetitivi (ad esempio, guardarsi allo specchio e/o cercare rassicurazioni) o in azioni mentali ripetitive (ad esempio, confrontare il loro aspetto fisico con quello altrui). Le persone con DDM, quindi, hanno l'ossessione di non essere abbastanza muscolose e in risposta a questa idea si possono impegnare in comportamenti compulsivi con l'obiettivo di aumentare la massa muscolare (Pope et al., 2000; Sandgren & Lavalle, 2018). Per raggiungere questa diagnosi, inoltre, è necessario che la preoccupazione abbia un impatto negativo sul funzionamento sociale, lavorativo o su altre aree di funzionamento e che non sia meglio spiegata da preoccupazioni relative al grasso corporeo o al peso nel caso in cui ci sia la possibilità di soddisfare la diagnosi di un disturbo alimentare (APA, 2013; Olivardia et al., 2000). Inoltre, nel DDM, la preoccupazione di non avere abbastanza muscoli può portare non solo a comportamenti ripetitivi, come esercizio fisico eccessivo e alimentazione regolata rigidamente per aumentare la massa muscolare ma anche ad ansia ed evitamenti di luoghi e di situazioni sociali in cui il corpo potrebbe essere visto da altri (Grunewald et al., 2022; Olivardia, 2001). Allo scopo di aumentare la propria muscolosità, le persone con DDM possono presentare una maggiore probabilità di assumere sostanze, tra cui steroidi androgeni anabolizzanti, che migliorano l'aspetto fisico, la *performance*, la massa muscolare ed eventuali integratori (SAPMI); l'utilizzo di SAPMI è risultato associato a maggiori sintomi di DDM (Strübel & Petrie, 2019). Il consumo di SAPMI, inoltre, è legato a un aumento del rischio di suicidio, di morte e di problemi cardiovascolari, epatici, endocrini e renali (Or et al., 2019; Petersson, 2006; Pope et al., 2014). Sembra, inoltre, che le persone che fanno uso di SAPMI consumino soprattutto integratori proteici e a base di creatina e solo una piccola percentuale di persone usi gli steroidi androgeni anabolizzanti (Nagata, 2022). Tradizionalmente, il DDM è stato collegato ai disturbi dell'alimentazione: inizialmente, Pope e collaboratori (1993) hanno definito questo disturbo come "anoressia inversa", dato che entrambe le condizioni sono legate a preoccupazioni relative all'aspetto fisico ma opposte (nell'anoressia il timore riguarda l'essere troppo magri, mentre l'altra condizione è caratterizzata dalla preoccupazione di non essere abbastanza muscolosi), e in seguito sono giunti a definire il "dismorfismo muscolare" come un disturbo psicologico indipendente (Pope et al., 1997). Il legame tra il DDM e i disturbi alimentari è molto studiato e controverso: alcuni studi hanno ipotizzato che il primo sia associato a elevati livelli di sintomatologia del secondo (Giardino & Procidano, 2012; Goodale et al., 2001; Hildebrandt et al., 2006; Klimek & Hildebrandt, 2018; Lopez et al., 2015; Mitchell et

al., 2017; Murray et al., 2012; Olivardia et al., 2000), mentre altri hanno evidenziato una scarsa chiarezza in merito alla relazione tra i due disturbi (Cafri et al., 2008; Maida & Armstrong, 2005). I risultati di una recente metanalisi si sono dimostrati a favore della prima ipotesi: elevati livelli di DDM sono risultati associati ad alti livelli di sintomatologia tipica dei disturbi alimentari (Badenes-Ribera et al., 2019). Dimostrare la presenza di un legame tra questi due disturbi psicologici è importante perché implica la necessità di considerare la presenza di un disturbo alimentare quando viene diagnosticato un DDM e viceversa (Badenes-Ribera et al., 2019). Allo stesso modo, potrebbero essere fatte delle considerazioni differenti osservando il decorso di uno dei due disturbi psicologici. Ad esempio, durante il trattamento di un disturbo alimentare come l'anoressia nervosa, caratterizzato da un comportamento volto alla perdita di peso, si potrebbe assistere a un viraggio verso un comportamento volto all'incremento della massa muscolare (Murray et al., 2017), il quale potrebbe essere considerato come un "cambiamento in positivo", se non si tiene conto della possibilità di sviluppare un DDM. In ogni caso, anche se preoccupazioni che riguardano forma e dimensioni del corpo e restrizioni alimentari/eccessivo esercizio fisico accomunano i due disturbi (Badenes-Ribera et al., 2019), essi non possono essere attualmente considerati come un unico disturbo o come disturbi affini: i comportamenti alimentari disfunzionali e l'esercizio fisico sono stati identificati come una conseguenza del DDM e non come un sintomo centrale (Phillipou et al., 2016).

#### **1.4.2.2 Prevalenza e insorgenza**

Si riscontra una prevalenza maggiore del DDM negli uomini rispetto alle donne, in particolare tra coloro che fanno *sport* basati sulla crescita della massa muscolare, come il *bodybuilding* (Cella et al., 2012; Fabris et al., 2017; Pope et al., 2000). L'insorgenza del DDM è stata stimata intorno ai 19-20 anni (Cafri et al., 2008; Olivardia, 2001), ma la sua eziologia non è ancora ben conosciuta (Grieve, 2007).

#### **1.4.3 Comorbidità del disturbo di dismorfismo corporeo e del disturbo di dismorfismo muscolare**

Per quanto riguarda le comorbidità, i disturbi più comunemente associati al DDC sono il disturbo depressivo maggiore (76%), il disturbo di ansia sociale (37%) e il disturbo ossessivo-compulsivo (32%) (Gunstad & Phillips, 2003). Ognuno di questi tre disturbi ha alcuni aspetti in comune con il DDC: sentimenti di vergogna, colpa, bassa autostima e scarso senso di valore accomunano sia i pazienti con un disturbo depressivo maggiore

sia quelli con DDC (Phillips, 1999); il timore di una valutazione negativa in ambito sociale (Buhlmann et al., 2002; Pinto & Phillips 2005) ed evitamento di interazioni sociali (Phillips & Diaz, 1997) sono presenti sia in pazienti con disturbo di ansia sociale sia in quelli con DDC; presenza di pensieri intrusivi e comportamenti ripetitivi accomunano il DDC e il disturbo ossessivo-compulsivo (Hollander et al., 1992; Phillips et al., 2007; Veale & Matsunaga, 2014). Inoltre, il DDC è collegato ad alti tassi di ideazione suicidaria (46%) e a tentativi di suicidio (18%) tra le persone con questa diagnosi (Angelakis et al., 2016; Marques et al., 2011; Möllmann et al., 2017). Per quanto riguarda il DDM, è stata evidenziata un'associazione tra tale disturbo e altri disturbi psicologici, come i disturbi d'ansia e dell'umore (Cafri et al., 2008): in uno studio il 58% di uomini con DDM ha presentato una storia di disturbi dell'umore, contro il 20% di coloro che non hanno riportato i sintomi di DDM, e il 29% una storia di disturbi di ansia, contro il 3% di coloro che non hanno riportato i sintomi di DDM (Olivardia et al., 2000). Inoltre, in uno studio di Olivardia e collaboratori (2000) il 29% degli uomini con DDM ha presentato una storia di disturbi alimentari. Allo stesso modo, è stata riscontrata un'associazione con la presenza di sintomatologia ossessivo-compulsiva (Longobardi et al., 2017), sentimenti di solitudine (Chaney, 2008), una bassa qualità di vita (Pope et al., 2005; Tod et al., 2015; Tod et al., 2016), tono dell'umore disforico, nevroticismo e perfezionismo (Mitchell et al., 2017). Infine, in uno studio il 22% di uomini, diagnosticati con DDC, ha presentato anche i sintomi di DDM (Pope et al., 2005).

## **1.5 Immagine corporea positiva**

Lo studio dell'immagine corporea è stato a lungo dominato da un *focus* sulla psicopatologia, il quale ha permesso di analizzare l'immagine corporea negativa in modo approfondito, tralasciando la sua dimensione positiva (Smolak & Cash, 2011; Tylka, 2011a, 2012). Tuttavia, in assenza di una dovuta attenzione rivolta all'immagine corporea positiva, si potrebbe incorrere nella strutturazione di interventi che riducono i sintomi dell'immagine corporea negativa, ma non favoriscono lo sviluppo di un rapporto funzionale con il proprio corpo, portando a una mera tolleranza dello stesso (Tylka & Wood-Barcalow, 2015b). La strutturazione del costrutto di immagine corporea positiva, secondo Tylka e Wood-Barcalow (2015b), è dovuta a una serie di contributi teorici. Innanzitutto, hanno apportato un grande contributo gli studi di Cash, nei quali sono stati individuati l'unicità del costrutto di immagine corporea positiva (Williams et

al., 2004), l'effetto positivo dell'immagine corporea sulla qualità di vita delle donne (Cash & Fleming, 2002), il legame, in entrambi i generi, tra la qualità di vita connessa all'immagine e l'autostima, il supporto sociale e l'ottimismo (Cash et al., 2004) e la definizione di accettazione positiva razionale, la quale consiste nel ricordare a se stessi le buone qualità del corpo in caso di una minaccia all'immagine corporea (Cash et al., 2005). In secondo luogo, è stato importante il ruolo svolto dagli studi sulla prevenzione per lo sviluppo di un disturbo alimentare, i quali sono volti a migliorare il rapporto con il proprio corpo, ad esempio, attraverso esercizi di scrittura/dialogo sul proprio corpo in modo positivo (Becker & Stice, 2011; Stice & Presnell, 2007). In terzo luogo, il movimento femminista ha contribuito a diffondere l'idea che un corpo può essere bello anche se si discosta dagli ideali proposti dalla società. Inoltre, anche la psicologia umanistica, positiva, e la pratica del *counseling* hanno contribuito allo sviluppo del concetto di immagine corporea positiva: la prima ha sottolineato il ruolo dell'accettazione come tassello fondamentale per la promozione del benessere (Rogers, 1961); la seconda ha evidenziato l'insufficienza della semplice rimozione del negativo per arrivare a una condizione di benessere; la terza ha sottolineato l'importanza di considerare i punti di forza e non solo le debolezze di una persona, nella prevenzione della malattia e nella promozione della salute. Un contributo arriva anche dal Buddismo, che enfatizza l'importanza della consapevolezza non giudicante del momento presente, l'accettazione delle esperienze interiori senza il tentativo di cambiarle allo scopo di dare loro un significato (Hayes et al., 1999).

### **1.5.1 Il costrutto multidimensionale dell'immagine corporea positiva**

L'immagine corporea negativa e positiva non si collocano lungo un *continuum* unico, ma sono due costrutti differenti, con specifiche caratteristiche e relazioni con altri costrutti (Tylka & Wood-Barcalow, 2015b). Ad esempio, l'immagine corporea positiva è legata positivamente all'età, mentre quella negativa non sembra esserlo; quindi, è possibile che nel corso del tempo le persone imparino ad accettare il proprio corpo maggiormente, pur sperimentando qualche livello di insoddisfazione corporea (Tiggemann & McCourt, 2013). L'immagine corporea positiva è un costrutto multidimensionale che comprende *body appreciation*, *body acceptance*, *body functionality*, *broadly conceptualizing beauty*, *investment* adattivo nell'apparenza, *inner positivity*, filtraggio delle informazioni in modo protettivo (Alleva et al., 2015; Tylka & Wood-Barcalow, 2015b). È un costrutto olistico, ovvero ogni sua dimensione è meglio

compresa se si tiene conto anche della relazione che ha con le altre. Inoltre, è un costrutto sia di tratto che di stato. L'immagine corporea positiva costituisce un fattore protettivo per il benessere fisico e psicologico (Tylka & Wood-Barcalow, 2015b). È emersa la preoccupazione che l'immagine corporea positiva, associata a uno stato di soddisfazione generale con se stessi, possa portare a un potenziale mancante interesse nel prendersi cura di sé, come impegnarsi in attività salutari, tra cui l'esercizio fisico, (Heinberg et al., 2001) ma in realtà nessuna ricerca ha ancora evidenziato questo legame. Infine, l'immagine corporea positiva è legata all'accettazione del proprio corpo percepita da parte degli altri. Quest'ultimo costrutto è implicito e trasmesso indirettamente con messaggi di accettazione e messaggi che enfatizzano la bellezza e amore per ogni corpo provenienti da familiari e amici e attraverso un *body talk* poco frequente. Un messaggio di accettazione del corpo non coincide con un commento positivo sull'aspetto fisico di una persona, ma riguarda commenti generali sull'importanza di amare ogni tipo di corpo. Infatti, il commento favorevole fatto sull'aspetto fisico può risultare ambivalente e può portare a esiti positivi o negativi in base a una grande variabilità di fattori, come la frequenza del commento o la personalità di chi lo riceve (Calogero et al., 2009).

### **1.5.2 *Body appreciation***

*Body appreciation* è una dimensione dell'immagine corporea positiva, definibile come un atteggiamento favorevole di accettazione e di rispetto verso il proprio corpo e di rifiuto degli ideali di bellezza proposti dai *media* come unica forma di bellezza (Tylka & Wood-Barcalow, 2015a). Tenendo conto della relazione con l'immagine corporea negativa, la *body appreciation* è associata negativamente in modo significativo alla *body surveillance*, all'interiorizzazione dell'ideale di magrezza e di muscolosità, all'impulso alla magrezza, al confronto sociale, all'accettazione di interventi estetici, al tono dell'umore disforico, a *distress* generale provato e ai sintomi dei disturbi dell'alimentazione (Linardon et al., 2022). Invece, essa è positivamente associata a *body satisfaction*, *body functionality appreciation*, autostima, *self-compassion* e benessere generale (Linardon et al., 2022). Il legame tra la *body appreciation* e la *body satisfaction* è forte, ma non tale da far ritenere queste due dimensioni dell'immagine corporea come coincidenti. La *body appreciation* è un predittore di benessere: ad esempio, nelle adolescenti, elevati livelli in questa dimensione sono risultati essere, a un anno di distanza, predittori di una diminuzione nella tendenza a mettere in atto una restrizione alimentare e di un incremento di *intuitive eating*, ovvero una tendenza a regolare quando

e cosa mangiare in base ai propri segnali interni di fame e sazietà (Andrew et al., 2016). Essa è anche considerata come un importante fattore protettivo contro i disturbi dell'alimentazione nelle donne adulte (Linardon, 2021). La *body appreciation* risulta, inoltre, essere associata negativamente all'IMC in entrambi i generi, con una relazione più forte in persone bianche occidentali. Una possibile spiegazione è che la cultura occidentale pone come ideale la magrezza e stigmatizza pesi corporei più elevati, quindi, le persone il cui peso non rispetta l'ideale possono essere stigmatizzate, interiorizzare atteggiamenti negativi verso se stesse, in quanto non conformi all'ideale, e vivere in condizioni di *stress* cronico, dovuto alla stigmatizzazione, e tutto ciò può interferire con la capacità di sviluppare *body appreciation* (He et al., 2020b).

Tutte queste complesse relazioni potrebbero essere spiegate alla luce del fatto che le persone con una più elevata *body appreciation* possono considerare il proprio corpo in chiave più ampia e adattiva, non solo sulla base di come appare, e questo può aiutarle a non attribuire troppa importanza ai possibili difetti posseduti (Linardon et al., 2022).

### **1.5.3 Body functionality**

*Body functionality* è un concetto multidimensionale e fa riferimento a tutto ciò che il corpo è in grado di fare, incluse le funzioni relative ai processi interni, come la digestione, le capacità fisiche, come camminare, i sensi e sensazioni corporee, come il senso dell'udito e la sensazione di piacere, comportamenti creativi, come scrivere e disegnare, comunicare con gli altri, e cura di sé, come dormire (Alleva et al., 2015). La *body functionality* non si basa su una valutazione della qualità delle funzionalità corporee e sul risultato di una *performance*, ma sulla consapevolezza e sull'apprezzamento di ciò che un corpo consente di fare, nel rispetto della sua unicità (Alleva & Tylka, 2021). Infatti, se vi fosse un'equivalenza tra *body functionality* e il fatto di essere competenti in una determinata funzionalità, questo costrutto non potrebbe essere applicabile alle persone con disabilità o alle persone che non possiedono alcune funzionalità: una *body functionality* può sempre essere intesa come diversa, piuttosto che come assente o danneggiata (Vinoski Thomas et al., 2019). La *body functionality* non è nemmeno associata all'aspetto fisico e, quindi, viene intesa come una *fitness* fisica, perché, sebbene alcune attività fisiche possano alterare l'aspetto fisico rendendolo in linea con gli ideali di bellezza (ad esempio, aumentarne la muscolosità o la magrezza), le funzioni corporee non sono valutate primariamente per il loro rapporto con l'aspetto fisico (Alleva & Tylka, 2021). La *body functionality*, infine, non è di per

sé un aspetto dell'immagine corporea: la connessione tra i due concetti è rappresentata dalla *body functionality appreciation*, ovvero l'apprezzamento e il rispetto per cosa il corpo è in grado di fare (Alleva et al., 2017).

#### **1.5.4 *Body functionality appreciation***

La *body functionality appreciation* va al di là di una semplice consapevolezza di cosa il corpo è in grado di fare, in quanto implica la presenza di gratitudine: è la differenza che esiste tra sapere che il corpo consente di vedere e l'essere grati per questo (Alleva et al., 2017). La *body functionality appreciation* è collegata, pur rimanendo un costrutto diverso, agli altri aspetti dell'immagine corporea positiva, come la *body appreciation* (Alleva et al., 2017; Soulliard et al., 2019; Swami, et al., 2019; Todd et al., 2019a), *body image flexibility* (Alleva et al., 2017; Linardon et al., 2020), *broadly conceptualizing beauty* (Alleva et al., 2017), *body pride* (Todd et al., 2019a, 2019b) e la consapevolezza enterocettiva (Todd et al., 2019a, 2019b). Inoltre, un rapporto rilevante è quello tra *body functionality appreciation* e IMC, dato che il pregiudizio secondo cui le persone con elevato IMC vengono considerate inattive (dimensione della capacità fisica) e non sane (processi interni). Questo stigma potrebbe spingere le persone con elevato IMC ad apprezzare meno la loro *body functionality* (Alleva & Tylka, 2021). Infine, la *body functionality appreciation* è collegata all'attività fisica: livelli più elevati sono stati riscontrati negli atleti rispetto ai non atleti (Soulliard et al., 2019). Tuttavia, è necessario che il *focus* dell'attività fisica rimanga sulla funzionalità del corpo e non si sposti sull'aspetto fisico: le persone con quest'ultima forma di motivazione, le quali possono essere indotte a praticare *sport* per perdere peso, hanno un'immagine corporea più negativa rispetto a coloro che praticano uno *sport* con una motivazione orientata verso la funzionalità, come focalizzarsi su muscoli ben sviluppati per migliorare le proprie prestazioni sportive (De Bruin et al., 2009; Di Bartolo et al., 2007; Krane et al., 2004). Queste motivazioni possono essere rafforzate dai dialoghi con i pari: ad esempio, più le donne parlano di fare esercizio fisico per motivazioni legate alla funzionalità corporea, rispetto a motivazioni legate all'aspetto fisico (dieta/perdita di peso), più considerano il corpo come un processo e più sviluppano *body appreciation* (Wasylikiw & Butler, 2014). Infine, è stato riscontrato che persone con più elevati livelli di *body functionality appreciation* tendono a investire più nell'attività fisica e a voler diventare atleti (Soulliard et al., 2019).



## 1.6 Immagine corporea: differenze associate al genere e all'orientamento sessuale

Recentemente, l'attenzione degli studiosi nell'ambito dell'immagine corporea è cresciuta nei confronti dei concetti di genere e orientamento sessuale, i quali vengono considerati dei fattori significativi (Meneguzzo et al., 2021). Secondo alcuni studiosi, non sarebbe possibile utilizzare i modelli sull'immagine corporea sviluppati in relazione al genere femminile senza adattarli al genere maschile o alle minoranze sessuali e non sarebbe possibile affrontare in modo accurato le possibili differenze nell'immagine corporea negativa e positiva senza definire prima i concetti di sesso, genere, identità di genere, ruolo di genere e orientamento sessuale. Il concetto di "sesso" viene utilizzato quando si parla dei cromosomi sessuali X e Y, degli ormoni sessuali e delle differenze descritte a livello dei genitali, in base alle quali vi è l'assegnazione alla nascita in categoria: "maschio", "femmina" o "*intersex*" (Hyde et al., 2019). Il concetto di "genere", invece, è più complesso; secondo Tate e collaboratori (2014), è composto da un insieme di fattori che sono tra loro interrelati: l'assegnazione alla nascita a una categoria (assegnazione del sesso) (Hines, 2003); l'auto-categorizzazione all'interno di un genere (identità di genere) (Egan & Perry, 2001; Factor & Rothblum, 2008; Kuper et al., 2012; Tate et al., 2013); il riconoscimento e la possibile aderenza agli stereotipi e alle aspettative associati al proprio genere e alle norme sociali riguardo ai generi (ruolo di genere) (Bem, 1974; 1981; Prentice & Carranza, 2002; Spence et al., 1974; Witt & Wood, 2010); l'espressione del proprio genere, attraverso l'utilizzo di nomi e termini associati (espressione di genere o performatività di genere) (Butler, 1990; Hamilton, 2007; Horn, 2007; Kessler & McKenna, 1978; Kite & Deaux, 1987; Lucal, 1999; Rees-Turyn et al., 2008; Whitley, 1987, 2001); gli atteggiamenti e la valutazione cognitiva dell'*ingroup/outgroup*, definiti in base al proprio genere (valutazioni di genere) (Egan & Perry, 2001; Glick & Fiske, 1996, 1999, 2001; Hill & Willoughby, 2005; Luhtanen & Crocker, 1992; Tropp & Wright, 2001). Una persona si definisce *cisgender* quando il sesso assegnato alla nascita coincide con quello dell'identità di genere; altrimenti, quando c'è una discrepanza, si definisce *transgender*. Andando al di là di una visione binaria, ovvero una visione in cui si appartiene al genere maschile o a quello femminile, una persona si può definire *nonbinary* e si può riconoscere anche *agender*, *genderfluid* e *genderqueer* (Thorne et al., 2019). Il termine *nonbinary*, comparso successivamente rispetto alla parola *genderqueer*, ma utilizzato spesso come sinonimo, viene

generalmente utilizzato per descrivere tutte quelle persone che non si identificano come donne o uomini, che si identificano come a metà tra questi due generi o che tendono verso un'identità di genere femminile o maschile senza riconoscersi totalmente in nessuna delle due (Thorne et al., 2019). La comprensione del concetto di genere è rilevante, in quanto l'identità di genere svolge un ruolo maggiore rispetto al sesso assegnato alla nascita nel determinare le esperienze individuali di vita (Hyde et al., 2019).

### **1.6.1 Focus sull'orientamento sessuale**

L'orientamento sessuale, invece, può essere definito come un processo dinamico e multidimensionale, composto da: identità sessuale, attrazione sessuale e comportamento sessuale (Laumann et al., 1994). L'identità sessuale si riferisce all'etichetta che una persona sceglie per definire la propria sessualità (ad esempio, omosessuale, bisessuale, eterosessuale); l'attrazione sessuale fa riferimento a desideri psicologici e fisici e all'attaccamento; infine, il comportamento sessuale si riferisce a ciò che una persona mette concretamente in atto durante un atto sessuale (ad esempio, masturbazione e sesso orale) (He et al., 2020a). L'orientamento sessuale è generalmente considerato all'interno di un *continuum* e non come una variabile categorica: ad esempio, una persona può essere eterosessuale a diversi gradi, piuttosto che semplicemente eterosessuale o “non eterosessuale” (Savin-Williams, 2016). Ad esempio, Savin-Williams (2016) ha evidenziato come vi siano uomini omosessuali che hanno un forte *arousal* per persone dello stesso sesso, ma che ne provano anche uno debole e significativo per persone di sesso opposto. Tuttavia, spesso, per motivi di convenienza, l'orientamento sessuale viene inteso come variabile discreta e definito come attrazione per individui dello stesso sesso (omosessualità), di sesso opposto (eterosessualità) o di entrambi i sessi (bisessualità) (Bailey et al., 2016). Tale convenienza porta a non prendere in esame la pansessualità e l'asessualità, dove per la prima si intende l'attrazione romantica e/o sessuale verso persone *nonbinary* (Jakubowski, 2014), quindi un'attrazione che va al di là del genere, e per la seconda si intende una mancanza di attrazione sessuale verso le persone (Catri, 2021; Kelleher et al., 2022).

### **1.6.2 Teoria dell'oggettivazione corporea e modello tripartito di influenza adattati al genere maschile e al contesto delle minoranze sessuali**

La teoria dell'oggettivazione corporea e il modello tripartito di influenza sono stati inizialmente sviluppati in riferimento al genere femminile, senza una precisa intenzione

di considerare altri generi e l'orientamento sessuale. Tuttavia, sono stati in seguito svolti degli adattamenti in modo tale da poter considerare il genere maschile e l'appartenenza al gruppo di minoranze sessuali.

La teoria dell'oggettivazione corporea (Fredrickson & Roberts, 1997) ha proposto che l'oggettivazione sessuale avviene quando gli individui sono ridotti a meri oggetti valutati in base al proprio aspetto fisico; nel momento in cui viene interiorizzata questa prospettiva, si parla di auto-oggettivazione. Come descritto in precedenza, l'auto-oggettivazione si esprime a livello comportamentale come continuo monitoraggio del proprio aspetto fisico e *body surveillance*, può associarsi a sentimenti di vergogna, può indurre una valutazione negativa del proprio aspetto fisico e può associarsi allo sviluppo di disturbi alimentari. Sono state descritte delle differenze di genere in merito all'oggettivazione: gli uomini sarebbero meno soggetti a questo fenomeno (Strelan & Hargreaves, 2005). Ad esempio, in un campione di studenti universitari, sono stati riportati elevati livelli di *body surveillance* nel 25% degli uomini e nel 43% delle donne (Frederick et al., 2007). Tuttavia, l'oggettivazione sessuale del corpo maschile è aumentata nel corso del tempo, come testimonia anche solo il numero crescente di pubblicità in cui il corpo maschile è presentato come un oggetto (Ricciardelli et al. 2010), ed è particolarmente forte nel contesto delle minoranze omosessuali maschili, dove si pone una grande enfasi sull'aver un corpo muscoloso e snello per attrarre un *partner*, come nel caso di donne eterosessuali (Siever, 1994). È necessario, quindi, studiare l'oggettivazione corporea maschile anche in base all'orientamento sessuale. Gli uomini omosessuali hanno livelli più elevati di auto-oggettivazione corporea, *body surveillance*, *body shame*, *drive for thinness* e insoddisfazione corporea rispetto agli eterosessuali ma non differiscono per quanto riguarda la *drive for muscularity* (Martins et al., 2007). Nonostante le conseguenze dell'auto-oggettivazione siano più marcate negli uomini omosessuali, anche in quelli eterosessuali l'auto-oggettivazione è collegata a *body surveillance*, *drive for thinness* e insoddisfazione corporea. Inoltre, mentre negli uomini eterosessuali non è stato riscontrato un legame tra auto-oggettivazione corporea e *body shame*, nei maschi omosessuali sembra che la *body shame* svolga il ruolo di mediatrice tra l'auto-oggettivazione e l'insoddisfazione corporea (Martins et al., 2007). Sembrerebbe, quindi, che l'auto-oggettivazione degli uomini eterosessuali non porti a un vissuto di vergogna. Tuttavia, le differenze legate all'orientamento sessuale negli uomini potrebbero diminuire a parità di livelli di oggettivazione e auto-oggettivazione sessuale (Martins et al., 2007).

Per quanto riguarda la teoria dell'oggettivazione corporea nelle minoranze sessuali di genere femminile, vi sono pochi studi e tali studi tendono a concentrarsi sulla sintomatologia dei disturbi alimentari (Brewster et al., 2014; Engeln-Maddox et al., 2011; Kozee & Tylka, 2006; Watson et al., 2015) e usano misure di esperienze di oggettivazione sessuale radicate nell'esperienza delle donne eterosessuali, che potrebbero, quindi, non essere rappresentative per entrambe le popolazioni (Brewster et al., 2014; Mason et al., 2018; Tebbe et al., 2018; Watson et al., 2015). Seguendo la logica della teoria dell'oggettivazione corporea, le donne bisessuali dovrebbero subire l'effetto dello sguardo maschile "oggettivante", alla pari delle donne eterosessuali, ma le donne omosessuali potrebbero non risentire di questo effetto. I risultati ottenuti non sono tuttavia chiari: ad esempio, uno studio ha riportato bassi livelli di *body surveillance* nelle donne omosessuali (Engeln-Maddox et al., 2011) mentre un altro l'opposto (Kozee & Tylka, 2006). Un recente studio ha testato l'applicabilità della teoria dell'oggettivazione corporea in donne appartenenti alle minoranze sessuali, sia bisessuali che omosessuali: è stata rilevata un'associazione tra esperienze di oggettivazione e interiorizzazione degli ideali di bellezza, connessa a sua volta a *body shame*, *appearance anxiety* e bassa consapevolezza enterocettiva (Moradi & Tebbe, 2022). Inoltre, il *body shame* è emerso essere legato alla sintomatologia dei disturbi alimentari, mentre l'*appearance anxiety* alla sintomatologia depressiva (Moradi & Tebbe, 2022). Non sembra esserci un legame significativo diretto tra esperienze di oggettivazione sessuale e *body surveillance* così come tra bassa consapevolezza enterocettiva e sintomi di disturbi alimentari e depressivi.

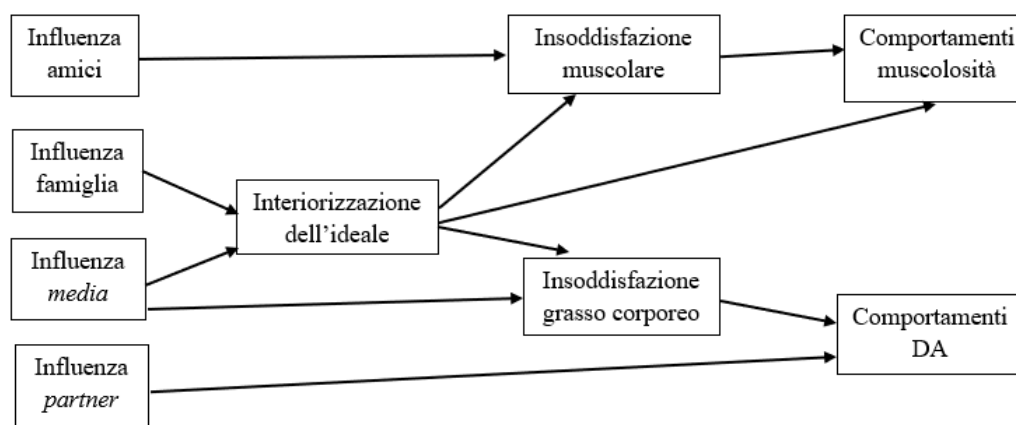
Per quanto riguarda il modello tripartito, Tylka (2011b) ha proposto un adattamento al genere maschile, introducendo alcuni cambiamenti rispetto al modello originale. In particolare, gli uomini subirebbero una spinta verso l'interiorizzazione di un ideale di bellezza definibile come "mesomorfo", ovvero muscoloso e poco grasso, non solo da parte dei pari definiti come "amici", famiglia e *media*, ma anche dal/dalla *partner*. Ad esempio, gli uomini che ricevono un commento negativo dalla *partner* sperimentano più elevati livelli di insoddisfazione corporea e una minore accettazione di sé rispetto a chi riceve commenti favorevoli (Fornaini et al., 2021; Goldsmith & Byers, 2016). Anche nel genere femminile il *partner* riveste un ruolo importante, la cui natura, tuttavia, è meno chiara: ad esempio, in uno studio recente i commenti positivi e negativi del *partner* non hanno influito sull'immagine corporea delle donne ma hanno influito sulla percezione della relazione di coppia (Fornaini et al., 2021). Dunque, considerando anche

il ruolo del *partner*, da un modello tripartito si passa a un modello “quadripartito”, tra gli uomini (Tylka, 2011b). L’interiorizzazione di un ideale di corpo mesomorfo può indurre a un’insoddisfazione corporea che negli uomini può essere distinta in *muscularity dissatisfaction* e *body fat dissatisfaction*. Infatti, a differenza delle donne, negli uomini è necessario fare una distinzione tra questi due tipi di insoddisfazione: la *body fat dissatisfaction* riguarda come una persona si sente rispetto alla quantità e alla distribuzione del proprio grasso corporeo, mentre la *muscularity dissatisfaction* riguarda come una persona si sente rispetto alla quantità e alla distribuzione della massa muscolare. Di conseguenza, un uomo può avere una bassa quantità di grasso corporeo, ma desiderare comunque un corpo muscoloso, oppure viceversa (Tylka, 2011b). Queste forme di insoddisfazione, a loro volta, possono portare rispettivamente a comportamenti per aumentare la muscolosità e a disturbi alimentari nel tentativo di raggiungere un aspetto fisico ideale (Tylka, 2011b). Quindi, negli uomini l’interiorizzazione dell’ideale mesomorfo, la *muscularity dissatisfaction* e la *body fat dissatisfaction* svolgono dei ruoli di mediazione in diversi percorsi che vanno dall’influenza degli amici, famiglia e *media* ai comportamenti per modificare il corpo. Una particolarità è che negli uomini l’influenza del *partner* ha predetto direttamente i comportamenti alimentari disfunzionali. All’interno del modello di Tylka (2011b) non viene preso in esame il confronto sociale, a differenza del modello originale, e l’autore stesso riconosce ciò come un grosso limite. In uno studio più recente, è stato evidenziato come il legame tra la pressione socioculturale delle quattro fonti di influenza e i disturbi alimentari possa rivelarsi non solo attraverso l’interiorizzazione dell’ideale di magrezza e di muscolosità, ma anche attraverso il confronto sociale sul peso/taglia corporee e muscolosità in un campione di uomini anche di orientamento sessuale non solo eterosessuale (Schaefer et al., 2021).

L’importanza del confronto sociale è stata riconosciuta anche da Tylka e Andorka (2012) che, in un adattamento del modello di Tylka (2011b) per gli uomini omosessuali, hanno inserito il confronto sociale basato sull’aspetto fisico come possibile mediatore tra le fonti di influenza e l’insoddisfazione corporea.

**Figura 2**

*Modello quadripartito di influenza (Tylka, 2011b)*



Oltre ai quattro fattori di influenza già considerati negli uomini eterosessuali, è stata inserita la dimensione *gay community involvement*, dato che è stato dimostrato in alcuni studi come la comunità *gay* possa essere fonte di influenza per l'interiorizzazione di un'ideale di muscolosità (Greene & Herek, 1994; Siever, 1994; Signorile, 1997; Wood, 2004). Inoltre, negli uomini omosessuali, la *muscularity dissatisfaction* è collegata molto più fortemente che in quelli eterosessuali a comportamenti per aumentare la muscolosità, mentre la *body fat dissatisfaction* è collegata a possibili disturbi alimentari, proprio come in negli uomini eterosessuali (Tylka & Andorka, 2011). Una possibile spiegazione potrebbe essere che gli uomini omosessuali vengono meno ridicolizzati per la non conformità nell'orientamento sessuale o per la presenza di comportamenti tipicamente associati al genere femminile se presentano un corpo muscoloso (Wood, 2004) e questo potrebbe fornire un incentivo a impegnarsi in comportamenti per aumentare la muscolosità, nel momento in cui si sentono insoddisfatti della propria massa muscolare. Invece, l'essere grassi viene tradotto in essere deboli e poco virili nel caso di uomini sia omosessuali che eterosessuali; questo potrebbe spiegare perché in entrambi gli orientamenti la *body fat dissatisfaction* può predire comportamenti tipici dei disturbi alimentari. Inoltre, gli uomini omosessuali insoddisfatti della loro muscolosità sembrano insoddisfatti anche per la presenza di grasso corporeo e coloro che si impegnano in comportamenti volti ad aumentare la massa muscolare sembrano mettere in atto anche comportamenti alimentari disfunzionali, come comportamenti alimentari restrittivi, suggerendo un collegamento tra i due tipi di insoddisfazione, non

evidente negli eterosessuali. Gli uomini omosessuali, rispetto agli eterosessuali, sembrano essere esposti, tramite comunità *gay* e *media*, a un ideale di corpo mesomorfo ancora più rigido, ovvero un corpo non solo muscoloso ma anche poco magro, creando un terreno favorevole per lo sviluppo di insoddisfazione corporea (Greene & Herek, 1994; Wood, 2004). Tuttavia, gli uomini omosessuali più insoddisfatti con il loro grasso corporeo sono anche quelli che tendono a mettere in atto meno comportamenti per aumentare la muscolosità; la percezione di muscolosità potrebbe essere associata a una convinzione di avere eccessivo grasso corporeo (Tylka & Andorka, 2011). In generale, come nei maschi eterosessuali, ogni variabile socioculturale influisce sui due tipi di insoddisfazione corporea direttamente o indirettamente, ovvero attraverso i meccanismi di interiorizzazione dell'ideale di corpo mesomorfo e di confronto sociale. L'esposizione all'ideale mesomorfo, tramite *media* e *gay community*, l'influenza percepita dal *partner* possono indurre gli uomini omosessuali a interiorizzare un ideale corporeo mesomorfo e, di conseguenza, a impegnarsi in confronti sociali sull'aspetto fisico (Fredrickson & Roberts, 1997). Inoltre, le pressioni familiari sembrano avere anche un legame diretto con la *muscularity dissatisfaction*. Ci sono diverse spiegazioni per questo legame: un genitore, che potrebbe vergognarsi dell'orientamento sessuale del figlio o temere che possa essere un *target* per crimini d'odio, potrebbe volere un figlio muscoloso perché potrebbe essere meno identificabile come omosessuale (Greene & Herek, 1994). L'influenza degli amici sull'interiorizzazione della magrezza si associa a una maggiore *body fat dissatisfaction*. Tuttavia, l'influenza degli amici sull'interiorizzazione della muscolosità può diminuire la *body fat dissatisfaction*, allontanando l'attenzione dalla magrezza. Infine, negli uomini omosessuali la pressione degli amici è stata associata anche direttamente a comportamenti tipici dei disturbi alimentari, al di là dell'associazione con la *body fat dissatisfaction*, così come la pressione del *partner* e della *gay community* sono state associate direttamente a comportamenti volti ad aumentare la muscolosità, al di là del legame con la *muscularity dissatisfaction* (Tylka & Andorka, 2011).

Per quanto riguarda l'adattamento del modello tripartito alle donne omosessuali e bisessuali (Hazzard et al., 2019), sono state esplorate le differenze sull'influenza che pari, *media* e famiglia svolgono sull'interiorizzazione dell'ideale di magrezza e di muscolosità che, a loro volta, possono condurre a insoddisfazione corporea, sopravvalutazione del peso/forma fisica e comportamenti alimentari restrittivi. Innanzitutto, le donne eterosessuali e bisessuali sembrano soggette a maggiore pressione

dei pari per quanto riguarda l'aspetto fisico, rispetto alle donne omosessuali, anche se con le dovute differenze. Ad esempio, l'influenza dei pari sulla sopravvalutazione del peso/forma fisica e sull'insoddisfazione corporea risulta più forte nelle donne bisessuali non solo rispetto a quelle omosessuali ma anche rispetto alle eterosessuali, così come l'effetto dell'interiorizzazione dell'ideale di magrezza su sopravvalutazione del peso/forma fisica e insoddisfazione corporea. Inoltre, nelle donne omosessuali l'influenza dei pari è correlata negativamente a comportamenti alimentari restrittivi. Per quanto riguarda, invece, l'influenza familiare sull'interiorizzazione dell'ideale di magrezza, essa sembra più forte nelle donne eterosessuali rispetto a quelle omosessuali (Hazard et al., 2019). In generale, quindi, le donne omosessuali potrebbero essere maggiormente protette dalle influenze nocive dei pari sull'immagine corporea, rispetto alle donne di altri orientamenti sessuali. Questo risultato potrebbe essere spiegato dal fatto che le donne omosessuali sembrano avere un maggiore coinvolgimento nella comunità per minoranze sessuali (Taylor, 2017), rispetto alle stesse bisessuali, elemento che si associa a una minore probabilità di sviluppare un disturbo alimentare in questa popolazione (Hanley & McLaren, 2015), e percepiscono una minore influenza da parte della *partner* a raggiungere la magrezza (Legenbauer et al., 2009). Invece, le donne bisessuali sembrano soggette a influenze disfunzionali per l'immagine corporea, almeno tanto quanto le donne eterosessuali. Infine, le donne bisessuali sembrerebbero subire non solo la discriminazione da parte delle comunità eterosessuali, ma anche dalle stesse comunità omosessuali (Taylor, 2017), e ciò potrebbe portare a un benessere psicologico minore rispetto alle donne con altri orientamenti sessuali (Shearer et al., 2015).

### **1.6.3 Insoddisfazione corporea: differenze associate al genere e all'orientamento sessuale**

È stata dimostrata una prevalenza diversa dell'insoddisfazione corporea a seconda del genere: dall'11% al 72% nel genere femminile e dall'8% al 61% in quello maschile (Fiske et al., 2014). Prendendo in considerazione la fascia di popolazione che comprende bambini e adolescenti, la prevalenza si aggirerebbe tra 35%-81% nel genere femminile e tra 16%-55% in quello maschile (Hosseini & Padhy, 2019). Inoltre, come introdotto in precedenza, le donne hanno dimostrato un'insoddisfazione corporea orientata verso la magrezza più elevata rispetto agli uomini, mentre gli uomini hanno dimostrato un'insoddisfazione corporea orientata alla muscolosità più elevata rispetto alle donne. Sembrerebbe che i livelli di insoddisfazione corporea abbiano un andamento



nell'arco della vita che varia a seconda del genere. Infatti, tra ragazzi e uomini i livelli di insoddisfazione corporea rimarrebbero stabili nel tempo, dalla giovane età fino a quella adulta (Karazsia et al., 2017). Al contrario, nelle donne si riscontra una diminuzione di insoddisfazione corporea andando avanti con l'età. Data l'enfasi posta sulla bellezza femminile e dati i cambiamenti che l'avanzare dell'età comporta, ci si poteva attendere un aumento di insoddisfazione corporea (Tiggemann, 2004). In realtà, con l'avanzare dell'età, sarebbe più plausibile ipotizzare che le donne attribuiscono meno importanza all'aspetto fisico e al fatto di aderire agli ideali di bellezza (Tiggemann, 2004).

Sono state indagate le differenze relative all'insoddisfazione corporea anche prendendo in considerazione l'orientamento sessuale. Per quanto riguarda il genere maschile, essere un uomo appartenente a una minoranza sessuale sembra essere un fattore di rischio per lo sviluppo di elevati livelli di insoddisfazione corporea (Carper et al., 2010; Davids & Green, 2011; Gil, 2007; Jankowski et al., 2014; Lakkis et al., 1999; Tiggemann et al., 2007). In particolare, dagli studi sembrerebbe che vi siano livelli di insoddisfazione corporea più elevati nei maschi omosessuali che in quelli eterosessuali (Silberstein et al., 1989; Yean et al., 2013). Prendendo in considerazione le differenze all'interno delle minoranze sessuali stesse, uno studio ha suggerito che gli uomini omosessuali siano più insoddisfatti del proprio aspetto fisico rispetto anche a quelli bisessuali (Laska et al., 2015), mentre altri studi non hanno evidenziato differenze (Davids & Green, 2011; Levitan et al., 2018; Ryan et al., 2010).

Per quanto riguarda il genere femminile, i risultati relativi agli studi che hanno considerato l'orientamento sessuale hanno prodotto risultati meno chiari: alcuni studi hanno riportato più bassi livelli di insoddisfazione corporea nelle donne appartenenti a minoranze sessuali rispetto a quelle eterosessuali (Alvy, 2013; Conner et al., 2004; Lakkis et al., 1999; Polimeni et al., 2009), altri hanno rilevato il *pattern* opposto (Boroughs et al., 2010; Liubovich, 2004; Wagenbach, 2000) e altri ancora hanno riscontrato livelli simili di insoddisfazione corporea, indipendentemente dall'appartenenza a una minoranza sessuale (Peplau et al., 2009; Wagenbach, 2004; Yean et al., 2013; Zamboni et al., 2007). Prendendo in considerazione unicamente le donne appartenenti a minoranze sessuali, sono stati riscontrati altrettanti risultati contraddittori: in uno studio le donne bisessuali hanno riportato livelli di insoddisfazione

corporea più elevati rispetto a quelle omosessuali (Steele et al., 2019) e in altri non sono state descritte differenze (Davids & Green, 2011; Hayfield et al., 2017).

Una recente metanalisi (He et al., 2020a), inoltre, ha mostrato risultati interessanti: l'insoddisfazione corporea è risultata legata all'orientamento sessuale solo negli uomini, ma non nelle donne. Le minoranze sessuali maschili mostrano livelli di insoddisfazione corporea più elevati che dei maschi eterosessuali, anche se non vi sono differenze tra *gay* e bisessuali (He et al., 2020a). Una spiegazione relativa alle differenze di genere riscontrate nel ruolo dell'orientamento sessuale potrebbe essere l'appartenenza a subculture diverse: mentre la subcultura omosessuale maschile potrebbe essere un fattore di rischio per l'insoddisfazione corporea, quella femminile sembra non esserlo (Grogan, 2016). Infatti, sembra che il coinvolgimento nella comunità *gay*, come uscire con amici *gay*, frequentare *bar gay*, leggere libri o vedere film su tematiche *gay*, sia legato all'insoddisfazione corporea (Davids et al., 2015), dato che le comunità *gay* pongono una grande enfasi sull'essere magri e giovani (Williamson, 1999) ed espongono maggiormente alle esperienze di oggettivazione corporea (Kousari-Rad & McLaren, 2013; Siever, 1994; Yelland & Tiggemann, 2003). Le comunità per donne omosessuali, invece, non enfatizzano in modo particolare né la magrezza né la necessità di comportamenti alimentari restrittivi e, quindi, il coinvolgimento in queste comunità non sembra essere un rischio aggiuntivo per lo sviluppo di insoddisfazione corporea (Wagenbach, 2004). È necessario dare una definizione di questo coinvolgimento: il coinvolgimento comportamentale non coincide necessariamente con un senso di appartenenza psicologico, che potrebbe essere un fattore protettivo, in quanto sentire di appartenere a una comunità potrebbe incrementare la sensazione di ottenere supporto sociale in caso di *stressors*, che nel caso di persone non eterosessuali derivano anche dall'aver un'identità sociale stigmatizzata (Davids et al., 2015; Feldman & Meyer, 2007; Frost & Meyer, 2012; Herek & Glunt, 1995; Meyer, 1995).

Un'altra spiegazione sui risultati poco chiari riguardanti le minoranze sessuali è che esse siano state maggiormente accettate negli ultimi anni 2000 e meno stigmatizzate; di conseguenza, i risultati degli studi risentirebbero degli anni in cui sono stati svolti (Smith & Son, 2014). Un'altra possibile spiegazione è che i diversi studi non abbiano preso in considerazione e controllato il ruolo di alcune variabili moderatrici, come IMC, il quale sia negli uomini che nelle donne è positivamente associato a livelli di insoddisfazione corporea maggiori (Slevec & Tiggemann, 2011; Yates et al., 2004).

Inoltre, un'altra spiegazione relativa ai risultati contrastanti potrebbe essere legata al tipo di insoddisfazione corporea indagata, ovvero verso quali specifiche parti corporee tale insoddisfazione corporea è diretta, come peso, altezza o muscolosità. Ad esempio, prendendo in esame l'insoddisfazione relativa al peso, da un recente studio è emerso che le donne bisessuali e gli uomini omosessuali hanno dei livelli di insoddisfazione corporea relativa al peso più elevati rispetto a uomini e donne con altri orientamenti sessuali (Meneguzzo et al., 2021). Per quanto riguarda l'insoddisfazione corporea relativa alla muscolosità, uno studio ha evidenziato livelli più elevati negli uomini omosessuali rispetto a quelli eterosessuali e ha evidenziato anche una possibile ricaduta negativa dell'insoddisfazione sul benessere eudaimonico, ovvero quel benessere che deriva dal sentire di aver realizzato il proprio vero potenziale e di avere uno scopo nella vita (Matera et al., 2019; Ryff & Keyes, 1995)

#### **1.6.3.1 Insoddisfazione corporea nelle minoranze sessuali e *Minority Stress Theory***

La teoria del *Minority Stress* (Meyer, 1995) è stata utilizzata per spiegare le differenze relative alla soddisfazione corporea osservate confrontando le persone eterosessuali e le minoranze sessuali. Secondo questa teoria, queste ultime sono sottoposte a un notevole *stress* cronico in tre diversi modi: in primo luogo vivono situazioni di pregiudizio, ovvero veri e propri eventi di discriminazione che minano non solo il proprio senso di sicurezza, ma anche la percezione del mondo come un posto pieno di significato e di ordine; anticipano la stigmatizzazione da parte degli altri, ovvero si aspettano di ricevere rifiuto e discriminazione; infine, interiorizzano l'omofobia, ovvero finiscono per sviluppare atteggiamenti negativi che la maggioranza sessuale ha verso loro, finendo per autosvalutarsi (Meyer & Dean, 1998). Nel caso della bisessualità, è stata descritta anche l'interiorizzazione della bifobia, ovvero l'interiorizzazione degli atteggiamenti negativi che non solo le persone eterosessuali possono avere, ma anche le persone omosessuali (Blumstein & Schwartz, 1977; Paul et al., 2014). Tutte queste componenti possono portare a un'autosvalutazione, che può avere un esito anche nell'incrementare l'insoddisfazione corporea e, di conseguenza, un'immagine corporea negativa (Williamson, 1999). È possibile che le esperienze sociali negative vissute portino a desiderare un aspetto fisico più forte fisicamente, in grado di difendere da possibili attacchi, o per allontanarsi dagli stereotipi, come nel caso degli uomini omosessuali che potrebbero voler allontanarsi in questo modo dallo stereotipo legato a "essere effeminati" (Pope et al., 2000; Signorile, 1997).

#### **1.6.4 Disturbi dell'immagine corporea: differenze associate al genere e all'orientamento sessuale**

Per quanto riguarda il DDC, la prevalenza tra donne e uomini è molto simile, ma il genere riveste un ruolo importante nel decorso e nella sintomatologia del disturbo (Sun & Rieder, 2021). Le preoccupazioni degli uomini riguardano più frequentemente genitali, corporatura e capelli, mentre quelle delle donne sono più focalizzate su pelle, peso, peli (sia sul volto sia sul resto del corpo), torace, seno e glutei (Sun & Rieder, 2021). Inoltre, le donne hanno dimostrato con maggiore frequenza di mettere in atto comportamenti ripetitivi (ad esempio, controllarsi ripetutamente allo specchio, cambiare vestiti e *skin-picking*), di cercare di camuffare il difetto percepito e di avere comorbidità con disturbi alimentari rispetto agli uomini, i quali hanno a loro volta una probabilità maggiore di avere in comorbidità un disturbo da abuso di sostanze (Phillips et al., 2006). Il DDC ha un esordio più precoce e un livello di gravità maggiore nel genere femminile, mentre ha rivelato un impatto sul funzionamento maggiore nel genere maschile (Phillips et al., 2006). Inoltre, gli uomini hanno meno probabilità di chiedere aiuto (Sun & Rieder, 2021). Infine, le donne con DDC hanno dimostrato un *insight* minore rispetto agli uomini con DDC (Malcolm et al., 2021).

Per quanto riguarda il DDM, nonostante la maggiore diffusione nel genere maschile, sono presenti manifestazioni anche nel genere femminile (Hale et al., 2013; Readdy et al., 2011; Robert et al., 2009; Tod et al., 2016). In particolar modo, *bodybuilder* sia maschi che femmine sono a rischio di sviluppare la sintomatologia (Hale et al., 2013) rispetto alle persone che praticano *fitness*.

Per quanto riguarda l'orientamento sessuale, nelle minoranze sessuali è attesa una prevalenza maggiore sia del DDC che del DDM, coerentemente con la *Minority Stress Theory* per cui una forma di *coping* per la stigmatizzazione subita potrebbe essere sviluppare un corpo muscoloso (Badenes-Ribera et al., 2018; Brennan et al., 2012; Drummond & Filaault, 2007). Infatti, elevati livelli di sensibilità al rifiuto e preoccupazione riguardo all'orientamento sessuale, componenti prese in esame dalla teoria, sono associati a elevati livelli di sintomatologia di DDC e ne possono spiegare una varianza maggiore rispetto ad altre variabili, come l'omofobia internalizzata (Oshana et al., 2020). Entrambe le variabili di sensibilità al rifiuto e preoccupazione circa l'orientamento sessuale sono caratterizzate da evitamento e ansia (Pachankis et al., 2008; Jackson & Mohr, 2016), caratteristiche che si trovano proprio nel DDC. Da un

recente studio, in un campione di maschi *gay* e bisessuali in popolazione non clinica sono emerse prevalenze del 5,4% e dell'8,8% rispettivamente di DDC e DDM. Inoltre, dallo stesso studio, è emerso che gli uomini più giovani sono più a rischio di sviluppare DDM (prevalenza del 12,7% nei giovani contro 3,6% negli adulti) (Fabris et al., 2022). Questo risultato potrebbe essere spiegato dal fatto che gli uomini più giovani sono sensibili all'interiorizzazione dell'importanza di mostrarsi maschilini e, quindi, a preoccuparsi della propria muscolosità (Brennan et al., 2012). Inoltre, sembrerebbe che tra gli uomini omosessuali, bisessuali o di altro orientamento sessuale non-eterosessuale non ci siano differenze a livello del DDM; questo stesso risultato sarebbe riscontrabile tra le donne appartenenti a minoranze sessuali (Nagata et al., 2021). Per quanto riguarda il DDC, le donne non eterosessuali sembrano avere sintomi più accentuati rispetto alle donne eterosessuali (Boroughs et al., 2010). Se consideriamo l'uso di SAPMI, nel genere maschile, l'uso di SAPMI è emerso essere maggiore rispetto a quello femminile, coerentemente con il fatto che l'ideale di bellezza maschile è maggiormente legato alla muscolosità, mentre quello femminile alla magrezza (Murray et al., 2017). Da un recente studio, l'utilizzo degli SAPMI è risultato essere più comune nei *gay* (43,9%), a cui seguono gli uomini bisessuali e di altri orientamenti sessuali non-eterosessuali (42%), donne bisessuali e di altri orientamenti sessuali non-eterosessuali (29,8%) e donne omosessuali (29,1%) (Nagata, 2022).

#### **1.6.5 Immagine corporea positiva: differenze associate al genere e all'orientamento sessuale**

Così come differenze di genere sono state riscontrate nell'ambito dell'immagine corporea negativa, sono state descritte anche nell'immagine corporea positiva. I livelli di *body appreciation* negli uomini sono maggiori rispetto alle donne (He et al., 2020b). Per quanto riguarda il genere femminile, all'aumentare dell'età aumenta anche la *body appreciation* (Tiggemann & McCourt, 2013): infatti, esse avrebbero la tendenza a focalizzarsi (e apprezzare) sempre di più sulla salute e sulle funzioni del corpo, piuttosto che sull'aspetto fisico (Augustus-Horvath & Tylka, 2011; Tiggemann & Lynch, 2001), a usare strategie cognitive, come la rivalutazione, per accettare le proprie imperfezioni corporee (Webster & Tiggemann, 2003) e a riporre valore in altre caratteristiche che non siano l'aspetto fisico (Tiggemann & Lacey, 2009; Tiggemann & Stevens, 1999). Nel genere maschile, invece, non vi è associazione tra *body appreciation* ed età (Swami et al., 2016). Di conseguenza, in seguito all'incremento legato all'età ravvisabile nelle

donne, le differenze di genere sembrerebbero assottigliarsi (He et al., 2020b). Al contrario, le più grandi differenze di genere si registrano nel periodo preadolescenziale/adolescenziale: livelli più bassi di *body appreciation* nelle ragazze potrebbero essere dovuti al fatto che esse entrano prima in pubertà dei maschi (Patton & Viner, 2007) e vengono presto oggettivate sessualmente. Tuttavia, non è solo l'età a svolgere un ruolo nelle differenze di genere, ma lo è anche l'IMC: si riscontra un'associazione negativa tra *body appreciation* e IMC e la dimensione dell'effetto è piccola negli uomini, ma moderata nelle donne (He et al., 2020b). Inoltre, negli uomini la *body appreciation* è inversamente correlata all'adesione alle norme di mascolinità e ai confronti sociali verso l'alto, mentre è positivamente correlata all'attività fisica (Alleva et al., 2018). Non aderire alle norme di muscolosità consente agli uomini di impegnarsi in attività che non diminuiscono la *body appreciation* ed elevati livelli di *body appreciation* possono favorire un atteggiamento critico verso gli ideali di bellezza proposti dalla società, incrementando l'attenzione verso le informazioni in linea con le tematiche dell'immagine corporea positiva e distanziandosi da quelle dannose (Tylka & Wood-Barcalow, 2015a; Wood-Barcalow et al., 2010). Il legame positivo tra *body appreciation* e attività fisica potrebbe essere spiegato dal fatto che gli uomini con un'immagine corporea positiva si impegnano in attività fisica per migliorare la funzionalità del proprio corpo e per prendersi cura della salute del corpo stesso, piuttosto che per migliorare l'aspetto fisico (McDonald & Thompson, 1992); infatti, svolgere attività fisica può aumentare il *focus* su ciò che il corpo può fare, piuttosto che su come appare (Alleva et al., 2015; Tylka & Wood-Barcalow, 2015a). Tenendo conto dell'orientamento sessuale, gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali hanno dimostrato livelli più bassi di *body appreciation* rispetto agli eterosessuali; il legame tra orientamento sessuale e *body appreciation* è mediato dall'interiorizzazione dell'ideale atletico di bellezza e confronto sociale, basato sull'aspetto fisico, verso l'alto (Alleva et al., 2018). Infatti, nelle minoranze sessuali maschili l'interiorizzazione dell'ideale atletico di bellezza (e non di bellezza in generale) sembrerebbe spiegare la relazione tra orientamento sessuale e *body appreciation*: la cultura delle minoranze sessuali maschili, infatti, assegna un grande valore all'avere un corpo atletico, sottile e muscoloso (Hospers & Jansen, 2005; Legenbauer et al., 2009; Wood, 2004). Per quanto riguarda le minoranze sessuali femminili, esse dimostrano livelli simili di *body appreciation* e hanno livelli più elevati rispetto alle donne eterosessuali, sebbene con una grandezza dell'effetto piccola (Ramseyer Winter et al., 2015). Una possibile spiegazione

dell'esistenza di una differenza piccola tra la *body appreciation* di donne appartenenti alle minoranze sessuali e donne eterosessuali è ravvisabile nel fatto che il *focus* sulla magrezza per l'aspetto fisico, tipico della cultura eterosessuale, si sia diffuso anche nelle subculture delle minoranze sessuali femminili, che, a loro volta, potrebbero finire per non essere più un fattore protettivo adeguato per l'immagine corporea positiva, diversamente da quanto precedentemente descritto (Ramseyer Winter et al., 2015).

Per quanto riguarda la *body functionality appreciation*, vi sono dei dati relativi al mondo dell'attività fisica: le donne sperimenterebbero un "paradosso dell'atleta donna" (Krane et al., 2004), ovvero le atlete sperimentano una *body functionality appreciation* maggiore rispetto alle non atlete, ma, comunque, inferiore rispetto agli atleti maschi (Soulliard et al., 2019). Le donne sportive, a differenza degli uomini, si troverebbero a dover scegliere tra un corpo che è performante, utile per eccellere nello *sport*, e un corpo oggettivato, rispettoso degli ideali di bellezza imposti dalla società (Lunde & Gattario, 2017). Gli uomini sportivi sperimentano una *body functionality appreciation* maggiore rispetto ai coetanei non sportivi, proprio come la controparte femminile, ma anche rispetto alle donne stesse (Soulliard et al., 2019).

La *body functionality appreciation* non è ancora stata molto studiata in relazione all'orientamento sessuale, ma ci si aspetta di trovare le stesse differenze che si riscontrano nella *body appreciation* (Alleva & Tylka, 2021).

### **1.7 *Self-compassion*: un costrutto psicologico associato all'immagine corporea**

La *self-compassion* è un costrutto multidimensionale che si riferisce a come le persone si rapportano a se stesse in momenti di sofferenza e in tutti quei momenti in cui sentono di aver fallito o di essere inadeguate (Neff, 2022). È un costrutto che trova le sue origini nella filosofia buddista, per la quale la compassione può essere diretta non solo verso gli altri, ma anche verso se stessi. La *self-compassion* comprende tre elementi in interazione tra loro: come le persone rispondono alla sofferenza propria (con gentilezza o in modo giudicante); come le persone vivono la propria situazione di esseri umani (parte dell'esperienza umana o isolamento); come le persone si rapportano alla sofferenza stessa (consapevoli della transitorietà dell'esperienza o convinti della permanenza nella condizione spiacevole) (Neff, 2016). Inoltre, essa è un costrutto che si colloca all'interno di un *continuum* che va da un polo di risposta non compassionevole

a uno compassionevole (Neff, 2022). La *self-compassion*, da un punto di vista affettivo, comprende un atteggiamento supportivo e benevolo, piuttosto che di condanna, verso se stessi e una preoccupazione attiva per la propria condizione, frutto del bisogno di cura e non di inadeguatezza (Neff, 2022). Inoltre, comporta il fatto di considerare le proprie sofferenze come una parte dell'esistenza umana, in cui tutti possono sbagliare (Neff, 2022). Infine, non può esserci *self-compassion* se non c'è consapevolezza di essere in uno stato di sofferenza, una condizione da considerarsi transitoria, piuttosto che duratura (Neff, 2022). La *self-compassion* non deve essere confusa con il concetto di autostima: la prima è un modo di relazionarsi agli eventi con gentilezza e accettazione, mentre la seconda è una valutazione del valore che una persona si attribuisce, implicando quindi il fatto di emettere un giudizio verso se stessi (Neff, 2022). Inoltre, l'autostima potrebbe implicare anche un paragone tra il proprio aspetto fisico e quello degli altri (Harter, 1999), mentre la *self-compassion* non prevede un confronto con gli altri e, di conseguenza, si assocerebbe a minor insoddisfazione corporea e *body shame* (Turk & Waller, 2020). La *self-compassion* è legata all'immagine corporea in vari modi: può proteggere dallo sviluppo di un'immagine corporea negativa, può garantire che le informazioni dannose per l'immagine corporea non vengano percepite come tali, può mediare la relazione tra gli elementi che potrebbero minacciare l'immagine corporea e la soddisfazione corporea e moderare la relazione tra questi elementi e *outcome* negativi (Tylka & Van Diest, 2015). Inoltre, essa ha un ruolo protettivo per la *body appreciation* (Homan & Tylka, 2015; Siegel et al., 2020): in presenza di elevati livelli di *self-compassion*, la correlazione negativa tra minacce per l'immagine corporea, come il confronto sociale e basare la propria autostima sull'aspetto fisico, promossi dalle diverse fonti di influenza sociale, e *body appreciation* diminuisce nelle donne. Gli interventi basati sulla *self-compassion* hanno portato a minore auto-oggettivazione corporea, minore *body surveillance* e vergogna, minore insoddisfazione corporea, meno confronti sociali verso l'alto, minore interiorizzazione degli ideali di bellezza e a livelli più elevati di *body appreciation* e tono dell'umore più elevato (Barbeau et al., 2022; Moffitt et al., 2018; Rodgers, et al., 2018; Seekis et al., 2017; Turk & Waller, 2020; Voelker et al., 2019).



### **1.7.1 *Self-compassion*: differenze associate al genere e all'orientamento sessuale**

Per quanto riguarda le differenze legate al genere, gli uomini sembrano avere più elevati livelli di *self-compassion* rispetto alle donne (Yarnell et al., 2015). Sembrerebbe essere il genere e non il sesso biologico a influire sulla *self-compassion* (Yarnell et al., 2019): le norme di genere prevedono che siano le donne, e non gli uomini, a dover sacrificare la soddisfazione dei propri bisogni. Questo è contrario all'atteggiamento di *self-compassion*, il quale implica prendersi cura di se stessi e delle proprie necessità. La *self-compassion* in relazione all'immagine corporea è stata molto indagata nel genere femminile: ad esempio, un intervento *mindfulness* di tre settimane, basato sulla *self-compassion*, ha portato a una riduzione di insoddisfazione corporea, *body shame*, un aumento della *body appreciation* e una minor tendenza a giudicare il proprio valore in base all'aspetto fisico (Albertson et al., 2015). I risultati sono spiegabili in base al fatto che la *self-compassion* può portare ad avere un atteggiamento caratterizzato da maggiore gentilezza e non giudicante verso se stessi, una connessione con l'umanità che implica considerare l'esistenza di corpi di ogni taglia e forma e una consapevolezza del momento presente, la quale aiuta a guardare il proprio corpo in modo più equilibrato (Albertson et al., 2015).

All'interno delle minoranze sessuali, un recente studio ha esplorato il ruolo della *self-compassion* e insoddisfazione corporea in uomini eterosessuali e appartenenti a minoranza sessuale: dopo l'induzione di insoddisfazione corporea e un compito scritto, basato o sulla *self-compassion* o sull'autostima, è stata osservata una diminuzione dell'insoddisfazione corporea rispetto al gruppo di controllo. Inoltre, i partecipanti nella condizione di *self-compassion* hanno riportato un incremento nella stessa a settimane di distanza, rispetto al gruppo di controllo e il gruppo impegnato in un compito di autostima (Grey et al., 2022).

## CAPITOLO II

### IMMAGINE CORPOREA E *SOCIAL MEDIA*

#### 2.1 I *Social Media*: definizione, breve storia e dati di utilizzo

I *Social Media*, chiamati anche *Social Networking Site* (SNS), sono piattaforme *online* che consentono agli utenti la creazione di profili *online* pubblici o privati, grazie ai quali è possibile interagire e formare relazioni con le altre persone che usano la stessa piattaforma (Holland & Tiggemann, 2016). I *Social Media* si distinguono dalle tradizionali forme di *mass media* non solo perché una grande parte dei loro contenuti sono generati da pari, ma anche perché danno la possibilità agli utenti di essere consumatori e allo stesso tempo produttori di contenuti (Holland & Tiggemann, 2016). Inoltre, a differenza delle tradizionali forme di *mass media*, essi sono continuamente accessibili (ad esempio, tramite *smartphone*) e le interazioni svolte al loro interno possono avvenire in tempo reale (Eckler et al., 2017; Griffiths, Murray et al., 2018). Il primo *Social Media*, *SixDegree*, è stato lanciato nel 1997, con diverse funzionalità che non sono mai state combinate prima, come la possibilità di creare un profilo personale, di creare una lista di amici, di navigare nelle liste altrui e di inviare messaggi (Boyd & Ellison, 2007). Dal 1997 al 2001 sono stati sviluppati altri SNS come *AsianAvenue*, *BlackPlanet* e *MiGente* che hanno consentito la creazione di profili professionali, personali e per appuntamenti; nel 1999 è stato lanciato *LiveJournal*, grazie al quale gli utenti hanno potuto creare un diario *online* e consentire alle persone scelte come Amici di seguirlo. Nel 2001 *Ryze.com* ha segnato l'inizio di una seconda generazione di SNS, consentendo di contattare persone specificatamente per motivi lavorativi e offrendo così la possibilità di migliorare la propria rete *business* proprio grazie ai SNS. Un altro celebre SNS è stato *Friendster*, lanciato nel 2002 e progettato per essere un sito di incontri, che aveva la funzione di progettare incontri amorosi *online* con amici di amici. In seguito, con la stessa funzione del precedente, è stato introdotto *MySpace*, lanciato nel 2003, il quale ha fornito anche la possibilità a diversi gruppi musicali di sponsorizzarsi e, di conseguenza, ai loro *fans* di rimanere aggiornati. La popolarità di *MySpace* è stata data anche dalla possibilità di personalizzare maggiormente i profili e di far utilizzare la piattaforma anche ai minorenni. Nel 2004, invece, è stato lanciato *Facebook* e, sebbene all'inizio consentisse solo la partecipazione degli studenti di Harvard, è stato reso disponibile gradualmente a tutti (Boyd & Ellison, 2007). Tra i

*Social Media* più utilizzati oggi vi sono *Facebook*, *Instagram* e *TikTok*. *Facebook* consente di *postare* fotografie, mandare messaggi privati agli amici, osservare e interagire con i *post* degli amici e con le notifiche (Cohen et al., 2017) ed è il *Social Media* più popolare al mondo con più di 2 miliardi di utenti (Statista, 2017). Sembra essere utilizzato, in media, dal 68% degli adulti e dal 51% degli adolescenti (Anderson & Jiang, 2018). Tuttavia, mentre l'uso da parte dei *Millennials* (persone nate tra 1981-1996) è rimasto costante dal 2012 in poi, c'è stato un decremento nell'uso da parte degli adolescenti (si è passati dal 71% nel 2014-2015 al 51% nel 2018), i quali sembrano utilizzare maggiormente altri *Social Media*, quali *Instagram*, *Snapchat* e *Youtube* (Anderson & Jiang, 2018; Jiang, 2018). La percentuale di utenti di *Facebook* è aumentata nelle generazioni più adulte: ad esempio, tra le persone appartenenti alla Generazione X (persone nate tra il 1965-1980) il 76% ne ha fatto un utilizzo nel 2018, rispetto al 67% nel 2012; tra le persone appartenenti alla Generazione *Boomer* (persone nate tra il 1946-1964), il 59% ne ha fatto utilizzo nel 2018, rispetto al 43% nel 2012 (Jiang, 2018). *Instagram*, lanciato nel 2010 con lo scopo di permettere la condivisione di fotografie, video e storie e acquistato da *Facebook* nel 2012 (Chan & Leung, 2018; Whitaker et al., 2017), è oggi uno dei *Social Media* più popolari tra i giovani (ben il 72% sembra utilizzarlo) (Anderson & Jiang, 2018), specialmente tra le adolescenti e le giovani adulte (Fardouly et al., 2018). Ad esempio, alla fine di gennaio 2023, il 3,7% degli utenti sono state ragazze tra i 13-17 anni, il 13,9% donne tra i 18-24 anni e il 13,9% donne tra i 25-34 anni (Statista Instagram, 2023). Infine, *TikTok* consente di creare dei brevi video di 15-180 secondi, utilizzando una traccia musicale o un audio registrato, i quali vengono poi condivisi con gli altri utenti (Khattab, 2020). Similmente a *Instagram*, consente agli utenti di creare contenuti, ma anche di vedere quelli degli altri, e dà la possibilità di inserire *like* e commenti (Pryde & Prichard, 2022). Inoltre, in entrambi questi *Social Media*, gli utenti possono anche “*taggare*” con parole o frasi tematiche i loro video, in modo da far sì che i loro contenuti siano cercati e visti da un ampio pubblico di persone (Pryde & Prichard, 2022). Nonostante sia stato lanciato solo nel 2016, ha già sorpassato gli 800 milioni di utenti nel mondo, di cui il 41% ha tra i 16 e i 24 anni (Generazione Z; persone nate tra il 1997-2012; Mink & Szymanski, 2022).

Data la crescente popolarità dei *Social Media* nelle ultime decadi e la pervasività della loro presenza nella vita quotidiana delle persone, gli studiosi hanno iniziato a indagare come l'utilizzo dei SNS possa essere legato ad alcune variabili psicologiche, prima fra tutte l'immagine corporea (Saiphoo & Vahedi, 2019).

## **2.2 Meccanismi alla base del collegamento tra *Social Media* e immagine corporea**

Il legame tra l'esposizione alle tradizionali forme di *media*, come pubblicità televisive, video musicali e riviste, ed effetti negativi sull'immagine corporea di uomini (Barlett et al., 2008) e donne (Grabe et al., 2008) è stato ampiamente dimostrato. Secondo il modello tripartito di influenza, presentato nel capitolo precedente, vi sono due meccanismi che spiegano tale relazione: l'interiorizzazione degli ideali socioculturali di bellezza (magrezza e muscolosità) e i frequenti confronti sociali basati sull'aspetto fisico (Thompson et al., 1999). Proprio come i *media* tradizionali, i SNS possono focalizzarsi sull'aspetto fisico (Shafie et al., 2012; Siibak, 2009) e diffondere contenuti altamente idealizzati (Rodgers & Melioli, 2016). Quindi, diversi studi hanno provato che gli utenti dei SNS, quando vengono esposti a certi tipi di contenuti, possono essere indotti a interiorizzare ideali di bellezza che tali contenuti veicolano (Feltman & Szymanski, 2018) e a mettere in atto confronti sociali (Brown & Tiggemann, 2016; Fardouly et al., 2017; Hogue & Mills, 2019). Esiste, tuttavia, una sostanziale differenza tra i confronti sociali elicitati dai tradizionali *media* e dai SNS: i primi presentano immagini ideali di celebrità e modelle, generalmente lontani dalla vita quotidiana dell'utente medio, mentre i secondi veicolano anche immagini di pari (Boyd & Ellison, 2007; West et al., 2009). Secondo alcuni studi, queste ultime tipologie di immagini potrebbero essere più influenti sull'immagine corporea (Heinberg & Thompson, 1992; Schutz et al., 2002), in quanto rappresentano persone percepite come più simili all'utente stesso, le quali sono un metro di paragone più efficace nei confronti sociali (Festinger, 1954). Questo meccanismo potrebbe presentarsi anche nel caso delle celebrità tradizionali e delle *influencer*, che possono condividere immagini e storie della loro vita privata ed essere percepite, in questo modo, come simili all'utente medio (Naderer et al., 2021). Oltre a questa relazione, è rilevante considerare anche come l'individuo possa approcciarsi ai *Social Media* seguendo i bisogni che cerca di soddisfare.

### **2.2.1 Esposizione ai contenuti presenti su *Social Media* e differenze di genere**

Tra i *trend* maggiormente diffusi sui *Social Media* vi sono la *thinspiration* e la *fitspiration*, nonché una corrente meno conosciuta e ancora poco studiata, chiamata *bonespiration* (Talbot et al., 2017).

I termini "*thinspiration*", "*bonespiration*" e "*fitspiration*" indicano rispettivamente quei contenuti che incoraggiano a essere magri o estremamente magri e a essere "in forma"

(Talbot et al., 2017). La *thinspiration* prevede la diffusione di immagini di corpi magri o di frasi che incoraggiano la perdita di peso e descrivono possibili tecniche per ridurre il peso corporeo come “Alzarsi più magri vale andare a letto affamati” o “Il miglior modo per mantenere il peso perduto è perderne ancora di più” (Ghaznavi & Taylor, 2015; Wick & Harriger, 2018). Essa è associata tradizionalmente alla comunità *proED* (*proeating disorder*) (Lapinski, 2006), la quale considera la presenza di comportamenti alimentari disfunzionali come uno stile di vita e non come indice della presenza di un disturbo psicologico (Crowe & Watts, 2016). Le immagini *thinspiration* tendono a essere sessualmente suggestive e oggettivanti e possono minare la soddisfazione corporea degli utenti dei *Social Media* (Ghaznavi & Taylor, 2015). Le immagini *bonespiration*, invece, idealizzano un'estrema magrezza tramite la presentazione di ossa sporgenti (Ghaznavi & Taylor, 2015). Infine, la *fitspiration* viene proposta attraverso immagini e video che promuovono uno stile di vita descritto come “attivo e salutare”, basato su dieta ed esercizio fisico (Boepple & Thompson, 2016). Spesso le immagini *fitspiration* sono accompagnate da frasi motivazionali, come “I vincitori vincono, i perdenti si lamentano” o “Non ti piacerà sempre il *workout* ma ti piaceranno i suoi risultati”, e sono spesso *taggate* con l'*hashtag* *#fitspo*, consentendo così agli utenti di raggiungerle con più facilità (Carrotte et al., 2017). Da un confronto tra contenuti *thinspiration*, *bonespiration* e *fitspiration*, sono state evidenziate molte somiglianze tra i primi due (ad esempio, entrambi mostrano corpi maggiormente oggettivati rispetto a quelli della *fitspiration*), ma l'aspetto fisico rappresentato nelle immagini *bonespiration* è caratterizzato da meno enfasi sui muscoli e maggiore enfasi su sporgenze ossee rispetto agli altri due, suggerendo l'idea che la *bonespiration* possa essere vista come una forma estrema di *thinspiration* (Talbot et al., 2017). Sembra, inoltre, che vi siano delle somiglianze nel modo in cui vengono rappresentate le sporgenze ossee nei contenuti *thinspiration* e *fitspiration*; questo ha portato a ipotizzare l'esistenza di un sottogruppo di contenuti *fitspiration* che promuovono anche l'ideale di magrezza (Talbot et al., 2017). In generale, sebbene i contenuti *fitspiration* non siano particolarmente focalizzati sulla magrezza, non possono essere considerati come contenuti che promuovono un corpo nella norma. All'interno di un'analisi dei contenuti *fitspiration*, è emerso che un terzo di essi mette in mostra muscoli addominali e ciò suggerisce un'eccessiva rappresentazione di questa caratteristica fisica all'interno dei *Social Media* (Talbot et al., 2017). Questi contenuti sembrano raffigurare una specifica tipologia di corpo, ovvero magro e muscoloso (Tiggemann & Zaccardo, 2018),

incoraggiano allo svolgimento di attività fisica, non volta alla salute psicofisica ma al miglioramento dell'aspetto fisico, (Carrotte et al., 2017; Simpson & Mazzeo, 2016) e spesso promuovono la sessualizzazione e l'oggettivazione del corpo femminile (Carrotte et al., 2017; Tiggemann & Zaccardo, 2018), potenzialmente aumentando l'auto-oggettivazione negli utenti. Da una recente analisi di contenuti *fitspiration*, tratti da *Instagram*, *Facebook*, *Twitter* e *Tumblr*, è emerso che le donne vengono rappresentate in modo più oggettivato e sessualizzato, con enfasi sull'intero corpo o parti di esso, come stomaco e glutei, rispetto agli uomini; inoltre, solo la metà delle immagini ritraenti donne comprende il loro volto, a differenza di quanto è stato osservato nel genere maschile (Carrotte et al., 2017). Gli uomini vengono rappresentati come più muscolosi delle donne e, sebbene vi sia un medesimo *focus* sullo stomaco in entrambi i generi, nelle immagini ritraenti uomini l'addome presenta quasi sempre addominali, diversamente dalle immagini ritraenti donne (Carrotte et al., 2017).

Data la grande diffusione di contenuti *thinspiration* e *fitspiration* sugli SNS è importante comprendere l'impatto che possono avere sull'immagine corporea. In uno studio con partecipanti di genere sia femminile sia maschile, sono emerse associazioni tra l'esposizione a contenuti *thinspiration* e *fitspiration*, rilevata tutti i giorni nell'arco di una settimana, e una diminuzione di *body satisfaction* e affettività positiva; solo l'esposizione a *thinspiration* è risultata essere associata a un aumento di affettività negativa (Griffiths & Stefanovski, 2019). L'esposizione a entrambi i tipi contenuti, ovvero *thinspiration* e *fitspiration*, sembra seguire le stesse associazioni della *thinspiration*, ovvero una diminuzione di *body satisfaction* e affettività positiva e un aumento di affettività negativa. Griffiths e Stefanovski (2019) hanno sottolineato come la dimensione dell'effetto sia stata maggiore per la *thinspiration*, descrivendola come una corrente potenzialmente più pericolosa della *fitspiration*. Inoltre, il genere potrebbe svolgere un ruolo nella *thinspiration* e *fitspiration*, in termini sia di probabilità di esposizione sia di impatto sull'immagine corporea (Griffiths & Stefanovski, 2019). Infatti, prendendo in esame il genere, le donne sembrerebbero essere esposte in ugual misura a contenuti *thinspiration* e *fitspiration* (Griffiths & Stefanovski, 2019), dato che testimonia la crescente importanza socioculturale attribuita alla muscolosità e al *fitness* anche in questo genere (Bozsik et al., 2018; Rodgers et al., 2017). Inoltre, rispetto agli uomini, sembrerebbe che le donne siano maggiormente esposte nella vita di tutti i giorni a materiale *thinspiration* e *fitspiration* (Griffiths & Stefanovski, 2019).

Prendendo in esame il genere, le donne esposte a immagini *fitspiration* tratte da *Instagram* hanno riportato maggiore insoddisfazione corporea, tono dell'umore negativo e bassa autostima relativamente all'aspetto fisico e di sentirsi più motivate a essere in forma e a mantenere una dieta sana rispetto a donne esposte a immagini di viaggi (Tiggemann & Zaccardo, 2015). Tali effetti sull'immagine corporea sono risultati essere mediati dalla presenza di confronti basati sull'aspetto fisico, confermando nuovamente l'importanza del modello tripartito di influenza (Thompson et al., 1999), coerentemente con uno studio in cui l'esposizione delle donne a contenuti *fitspiration* è risultata collegata a una maggiore interiorizzazione dell'ideale di magrezza e a una maggiore tendenza a fare confronti sociali basati sull'aspetto fisico (Fardouly et al., 2018). In uno studio successivo, condotto con un campione di giovani donne, è stato valutato il legame tra l'esposizione a diversi tipi di immagini, tratte da *Instagram* o *Google*, ed effetti sull'immagine corporea (Robinson et al., 2017). Le partecipanti sono state esposte a immagini idealizzanti la magrezza, la muscolosità o un aspetto fisico atletico, ovvero asciutto e tonico, con poco grasso corporeo (Schaefer et al., 2015). L'esposizione a immagini raffiguranti un aspetto fisico magro o atletico ha portato a un maggiore incremento di insoddisfazione corporea rispetto all'esposizione a immagini raffiguranti un aspetto fisico muscoloso (Robinson et al., 2017). Inoltre, le immagini connesse a un ideale di bellezza atletico hanno portato a maggior insoddisfazione corporea rispetto a quelle idealizzanti la magrezza. Un aspetto fisico considerato atletico prevede la presenza di magrezza e di tonicità, a patto che la persona investa abbastanza tempo e sforzi in uno stile di vita "sano" (ad esempio, composto da attività fisica e alimentazione controllata) (Robinson et al., 2017). All'interno dei contenuti che diffondono questo ideale, viene presentato il suo raggiungimento come facile e normativo, portando le donne a non essere consapevoli della difficoltà connesse al suo raggiungimento (Sabiston & Chandler, 2009). Tuttavia, è emerso che, nonostante le immagini raffiguranti un ideale atletico sembrano incrementare il desiderio di intraprendere esercizio fisico (allo stesso modo di quelle idealizzanti la muscolosità, ma in misura superiore a quelle idealizzanti la magrezza), l'esposizione a questi contenuti non porta a un reale aumento di attività fisica, misurata come distanza percorsa dalle partecipanti su una pedana da corsa (Robinson et al., 2017). In linea con i risultati descritti in questi due studi, Prichard e collaboratori (2020) hanno riscontrato in un campione di donne che l'esposizione a immagini *fitspiration* ha portato a un aumento del tono dell'umore negativo e di insoddisfazione corporea e non a un incremento della

quantità di attività fisica praticata. Inoltre, hanno dimostrato che le partecipanti che dopo l'esposizione alla *fitspiration* si sono impegnate in attività fisica, ovvero in una corsa su una pedana per 10 minuti, hanno riportato una maggiore sensazione soggettiva di sforzo fisico. Una possibile spiegazione di questo risultato è ravvisabile nel fatto che questa percezione potrebbe aiutare le partecipanti a sentire che si stanno impegnando maggiormente per il raggiungimento dell'obiettivo *fitspiration*. Alternativamente, l'esposizione a immagini *fitspiration* potrebbe portare le donne a pensare di impegnarsi effettivamente di più nell'esercizio fisico e, quindi, ad avere l'impressione di sforzarsi molto durante lo svolgimento (Prichard et al., 2020). Inoltre, l'effetto di riduzione di soddisfazione corporea e di aumento del tono dell'umore negativo in seguito all'esposizione a contenuti *fitspiration* nelle donne si è verificato indipendentemente dalla forma in cui la *fitspiration* veniva veicolata (ad esempio, con la raffigurazione di corpi impegnati in esercizi fisici o semplicemente in posa, immagini accompagnate o meno da frasi sull'aspetto fisico) (Prichard et al., 2018). Contrariamente a quanto riportato finora, nello studio di Slater e collaboratori (2017) è stato riscontrato che l'esposizione a immagini *fitspiration* di *Instagram* non ha portato a effetti negativi né sulla propria immagine corporea né sull'umore in giovani donne, rispetto all'esposizione a contenuti neutri, come immagini di *interior design*. Tuttavia, tale esposizione si associava a una riduzione della *self-compassion*. Infatti, le immagini a contenuto *fitspiration* sono accompagnate spesso da diversi *hashtag* che accentuano l'importanza di eccessivi auto controllo e disagio per il raggiungimento di un corpo atletico e anche di un eccessivo senso di colpa se non si raggiunge un corpo ideale (Boepple et al., 2016; Boepple & Thompson, 2016), contrariamente al concetto di *self compassion* che implica *self kindness* e l'essere non giudicanti verso se stessi (Slater et al., 2017). Infine, lo studio di Pryde e Prichard (2022) ha cercato di comprendere gli effetti della *fitspiration* veicolata all'interno dei video di *TikTok* (Pryde & Prichard, 2022). In un campione di giovani donne, l'esposizione a video *fitspiration* ha portato a maggiori confronti sociali e umore negativo, misurati come variabili di stato, rispetto a video neutri sull'arte. Tuttavia, contrariamente a quanto atteso, l'esposizione a contenuti *fitspiration* non ha aumentato direttamente l'insoddisfazione corporea: una possibilità è che il movimento fisico dei video *TikTok* potrebbe portare gli utenti a focalizzarsi sulle funzionalità corporee (Pryde & Prichard, 2022). I contenuti che si focalizzano maggiormente sulla *body functionality*, piuttosto che sull'aspetto fisico, possono migliorare l'immagine corporea (Alleva et al., 2015). Inoltre, il confronto basato



sull'aspetto fisico è emerso essere una variabile mediatrice tra l'esposizione a video di *TikTok*, l'insoddisfazione corporea e il tono dell'umore, mentre l'interiorizzazione dell'ideale di bellezza atletico non è emerso come moderatore (Pryde & Prichard, 2022). Questo risultato sarebbe coerente con l'ipotesi per cui il confronto sociale basato sull'aspetto fisico sia il meccanismo che lega la *fitspiration* a *outcome* negativi sull'immagine corporea (Dignard & Jarry, 2021; Tiggemann & Zaccardo, 2015).

Sarebbe scorretto pensare che queste tendenze sui *Social Media* riguardino esclusivamente il genere femminile. Infatti, l'8,6% delle immagini *thinspiration* mostra corpi maschili (Alberga et al., 2018) e, in risposta all'*hashtag* *#malethinspo*, spesso appaiono immagini di uomini estremamente magri, vestiti in *jeans* attillati per mettere in risalto le sporgenze ossee (Yee et al., 2020). Inoltre, il 30% dei contenuti *fitspiration* raffigura individui di genere maschile (Carrotte et al., 2017). Sembra, tuttavia, che gli uomini, a differenza delle donne, siano più esposti a contenuti *fitspiration*, piuttosto che *thinspiration* (Griffiths & Stefanovski, 2019). A tal proposito, nello studio di Yee e collaboratori (2020) quasi il 30% dei partecipanti maschi ha riportato di aver visto contenuti *thinspiration* e il 58% di aver visto contenuti *fitspiration*. Infatti, la grande enfasi posta nel genere maschile su un corpo ideale "mesomorfo", ovvero un corpo sottile e allo stesso tempo tonico, piuttosto che "ectomorfo", ovvero un corpo unicamente magro (Griffiths et al., 2013; Ridgeway & Tylka, 2005), potrebbe rendere la *thinspiration* meno rilevante negli uomini, rispetto alla *fitspiration* (Yee et al., 2020). In un recente studio, l'esposizione a immagini *fitspiration* di *Facebook*, *Instagram* e *Tumblr* ha portato a un incremento di *body fat dissatisfaction*, *body muscularity dissatisfaction*, tono dell'umore disforico, impulso alla riduzione di grasso corporeo e all'incremento della massa muscolare in un campione di uomini, rispetto a immagini neutre (Yee et al., 2020). Al contrario, l'esposizione a immagini *thinspiration*, rispetto a quelle neutre, ha portato a un incremento di umore disforico e spinta verso l'aumento di massa muscolare e a una diminuzione di *body fat dissatisfaction* e *muscularity dissatisfaction*. La minore insoddisfazione corporea in seguito all'esposizione a immagini *thinspiration*, contrariamente a ciò che avviene nelle donne (Robinson et al., 2017), potrebbe essere dovuta alla divergenza tra come il corpo viene rappresentato in questi contenuti e l'ideale corporeo interiorizzato nella popolazione maschile (Yee et al., 2020). Vedere immagini *thinspiration* potrebbe portare gli uomini a fare dei confronti sociali verso il basso e, quindi, a sentirsi meglio rispetto a come appaiono, ovvero a percepirsi come muscolosi o "maschili". In generale, una maggiore tendenza

a mettere in atto confronti sociali basati sull'aspetto fisico si è associata a effetti negativi legati all'esposizione di contenuti *online* e, nello specifico, a maggior *body fat dissatisfaction* e *muscularity dissatisfaction*, dopo l'esposizione a contenuti *fitspiration*, e maggiore decremento di *muscularity dissatisfaction*, dopo l'esposizione a contenuti *thinspiration* (Yee et al., 2020). Un altro risultato rilevante, ottenuto da questo studio, è legato al fatto che gli uomini con un livello più elevato di *body muscularity dissatisfaction* di tratto hanno subito gli effetti più negativi dell'esposizione alle immagini *fitspiration*. Al contrario, gli uomini con un livello più elevato di *body fat dissatisfaction* di tratto sono quelli in cui l'insoddisfazione corporea si è ridotta maggiormente di fronte all'esposizione a immagini *thinspiration* (Yee et al., 2020). In un altro studio, una maggiore esposizione a immagini *fitspiration* su *Instagram* è risultata collegata a una maggiore interiorizzazione dell'ideale di muscolosità che, a sua volta, è risultata collegata a una tendenza a fare più confronti sociali basati sull'aspetto fisico e, a sua volta, a una minore *body satisfaction* e una più bassa motivazione basata sulla salute per fare esercizio fisico (Fatt et al., 2019). Inoltre, coloro che hanno riportato di vedere con maggior frequenza contenuti *fitspiration* hanno riferito una maggior interiorizzazione dell'ideale di muscolosità che, a sua volta, è risultata connessa a una maggiore motivazione basata sull'aspetto fisico per fare attività fisica. Tuttavia, tale motivazione a svolgere attività fisica, in quanto motivazione estrinseca, non avrebbe come esito il coinvolgimento effettivo in queste pratiche, contrariamente alla motivazione basata sulla salute (Gillison et al., 2006; Ingledew & Markland, 2008). Inoltre, non è emerso un legame diretto tra la frequenza di esposizione a contenuti *fitspiration* e *body satisfaction* (Fatt et al., 2019). Tale risultato potrebbe derivare dal fatto che gli uomini hanno più possibilità di vedere sui *Social Media* immagini *fitspiration* di genere femminile, possibilità che potrebbe rendere più evanescente un effetto diretto sulla *body satisfaction* (Fatt et al., 2019), dato che il 30% dei contenuti *fitspiration* riguarda unicamente il genere maschile, contro il 36%-67% dei contenuti che si focalizzano sul genere femminile (Carrotte et al., 2017; Tiggemann & Zaccardo, 2016). In aggiunta, i contenuti *fitspiration* possono talvolta avere un *focus* sulla *body functionality* e quando l'esposizione ai contenuti *fitspiration* è misurata come variabile *self-report* non è dato sapere se effettivamente è presente tale *focus* sui contenuti visti dagli utenti (Fatt et al., 2019).

In conclusione, i contenuti *fitspiration* non sembrano portare le persone a mettere in atto comportamenti che possono migliorare il benessere psicofisico, nonostante l'intenzione originaria di incoraggiare uno stile di vita più sano (Fatt et al., 2019).

Un altro *trend* decollato sui *Social Media* dai primi anni del 2010 è la *body positivity*. Questo movimento affonda le proprie radici nel *fat acceptance movement* di fine anni '60, nato con l'obiettivo di sfidare i rigidi ideali di bellezza proposti dalla società, di promuovere accettazione e amore per tutti i corpi e di spostare il *focus* da come un corpo appare a cosa un corpo può fare (Cwynar-Horta, 2016; Sastre, 2014). Lo sviluppo della *body positivity* sui *Social Media* potrebbe essere associato anche al crescente interesse per lo studio dell'immagine corporea positiva nell'ambito scientifico (Tylka, 2012). I contenuti *body positive* sono più controversi rispetto a quelli *thinspiration* e *fitspiration*. Da alcune analisi di contenuti *body positive* di *Instagram*, è emerso che questi tipi di contenuti rappresentano corpi di diverse taglie: ad esempio, una percentuale elevata dei *post* raffigura corpi che soddisfano i criteri per sovrappeso e obesità (Cohen, Irwin et al., 2019; Lazuka et al., 2020). La presenza di corpi maggiormente diversificati è un dato rassicurante, dato il legame tra corpi di taglie irrealistiche sui *Social Media* e insoddisfazione corporea, umore negativo e bassa autostima (Robinson et al., 2017; Tiggemann & Zaccardo, 2015). D'altra parte, sovrappeso e obesità sono considerate fattori di rischio per malattie croniche non trasmissibili (Cohen, Irwin et al., 2019; Lazuka et al., 2020). I contenuti *body positive* hanno dimostrato di rappresentare anche caratteristiche fisiche non conformi agli ideali di bellezza *standard*, come grasso addominale, cellulite o acne (Cohen, Irwin et al., 2019; Lazuka et al., 2020). Inoltre, essi possono veicolare i temi tipici dell'immagine corporea positiva, in particolare *broad conceptualisation of beauty* attraverso *post* raffiguranti corpi di diversa taglia e la scritta "ogni corpo è bello" (Cohen, Irwin et al., 2019), e *inner positivity* attraverso *post* in cui si invita ad amarsi anche quando si è stanchi, confusi e "spezzati" (Lazuka et al., 2020). Un'altra interessante tematica rilevata all'interno dei contenuti *body positive* è stata l'attivismo e la promozione dell'uguaglianza in diversi contesti sociali, attraverso contenuti che sostengono il femminismo, l'equità razziale e i diritti LGBTQA+ (Cohen, Irwin et al., 2019). Vi è anche la presenza di contenuti volti alla promozione di prodotti commerciali, come tisane disintossicanti e prodotti alimentari, e/o alla promozione di se stessi e all'*endorsement* dei propri contenuti (Cohen, Irwin et al., 2019; Lazuka et al., 2020). La presenza di questi contenuti, orientati a pratiche commerciali, potrebbe spostare l'accento dall'immagine corporea positiva a pratiche di consumismo (Cwynar-

Horta, 2016), nonostante la maggior parte dei *post body positive* che pubblicizza prodotti abbia integrato messaggi coerenti con un'immagine corporea positiva (Cohen, Irwin et al., 2019). Una criticità emersa nei contenuti *body positive* è la presenza di scarsa variabilità nelle caratteristiche socio-anagrafiche delle persone rappresentate: almeno la metà dei *post* raffigura donne bianche e di circa 20 anni, meno del 6% rappresenta uomini e non sembrano esservi persone identificabili come *non binary* (Cohen, Irwin et al., 2019; Lazuka et al., 2020). Inoltre, nonostante il fine di spostare il *focus* dall'aspetto fisico al corpo nella sua interezza, una grande proporzione di contenuti pone l'accento sull'aspetto fisico e contiene tematiche legate all'oggettivazione: ad esempio, vi è la presenza di persone raffigurate in pose non attive e sessualmente suggestive, quasi un terzo indossa vestiti che lasciano scoperte molte parti del corpo e in molti casi il volto è assente o nascosto (Cohen, Irwin et al., 2019; Lazuka et al., 2020). Tuttavia, la presenza di questo fenomeno è minore rispetto alle altre correnti, come *thinspiration* e *fitspiration* (Boepple et al., 2016; Ghaznavi & Taylor, 2015; Simpson & Mazzeo, 2017; Tiggemann & Zaccardo, 2018). Allo stesso modo, sono minori i riferimenti a temi disfunzionali sull'aspetto fisico, come stigmatizzazione del peso, esercizio fisico per perdere peso o elogi alla magrezza, i quali, tuttavia, sono stati riscontrati in una piccola parte di contenuti (Cohen, Irwin et al., 2019; Lazuka et al., 2020).

Data la presenza della corrente *body positivity* sui SNS, sono stati condotti degli studi che analizzassero la relazione che sussiste tra la diffusione dei suoi contenuti e l'immagine corporea degli utenti. Per quanto riguarda il genere femminile, in un campione di giovani donne, sono stati confrontati gli effetti dell'esposizione a *post body positive*, a *post* che idealizzano la magrezza e a *post appearance neutral*, come fotografie di piante e animali, tratti da *Instagram* sul tono dell'umore e sull'immagine corporea (Cohen, Fardouly et al., 2019). Le donne esposte a contenuti *body positive* hanno riportato livelli più elevati di umore positivo e un incremento sia nelle dimensioni di *body satisfaction* e *body appreciation*, mentre le donne che hanno visto contenuti idealizzanti la magrezza hanno riportato un decremento a livello di umore, *body satisfaction* e *body appreciation* (Cohen, Fardouly et al., 2019). Anche dopo aver controllato il livello di *body appreciation* di tratto, una breve esposizione a contenuti *body positive* ha dimostrato di avere un impatto positivo sulla *body satisfaction*. L'esposizione a contenuti *appearance neutral*, invece, non ha avuto effetti sull'immagine corporea, ma ha portato a un miglioramento dell'umore. Tuttavia,

l'esposizione a contenuti idealizzanti la magrezza e *body positive* ha portato a un aumento dei livelli di auto-oggettivazione, rispetto all'esposizione a contenuti *appearance neutral* (Cohen, Fardouly et al., 2019). Questo risultato può essere spiegato dal fatto che anche i contenuti *body positive* propongono corpi sessualizzati e didascalie che fanno riferimento all'aspetto fisico come "curve", "cellulite" o "grasso addominale"; quindi, il *focus* sull'aspetto fisico può essere associato in generale a un maggiore stato di auto-oggettivazione, al di là del tipo di contenuti rappresentati (Cohen, Irwin et al., 2019). Analizzando il modo in cui avviene questo processo di auto-oggettivazione, ovvero chiedendo alle partecipanti di completare la frase "Io sono..." in seguito alla visione dei contenuti *body positive* e idealizzanti la magrezza, è stato riscontrato che nella prima condizione la frase è stata completata in un modo più positivo, ad esempio "Io sono bella". Fioravanti e collaboratori (2021) hanno cercato di comprendere il legame tra contenuti *body positive* e immagine corporea in modo più naturalistico, chiedendo a un campione di giovani donne di seguire per quattro settimane contenuti *body positive*, *fitspiration* o neutri come fotografie di paesaggi, animali e viaggi. Le donne che hanno seguito contenuti *body positive* hanno sperimentato un incremento di tono dell'umore positivo maggiore rispetto a coloro che hanno seguito contenuti *fitspiration* o neutri (Fioravanti et al., 2021). Inoltre, le donne esposte a contenuti *body positive* hanno riportato un incremento di *body satisfaction*, rilevata in misura minore anche nelle altre condizioni (Fioravanti et al., 2021). L'incremento osservato nella condizione di esposizione a *fitspiration* potrebbe essere legato a un processo di *self-improvement*, ovvero una motivazione e un'ispirazione a migliorare se stessi (Lockwood & Kunda, 1997), indotta da questi contenuti (Fioravanti et al., 2021).

Un recente studio ha indagato l'effetto dell'esposizione a contenuti *body positive* utilizzando un campione misto di uomini e donne (Stevens & Griffiths, 2020). Nel corso di una settimana è stato chiesto ai partecipanti di indicare a quale tipo di contenuti (*body positive/thinspiration/fitspiration*) si sono esposti e sono stati rilevati gli effetti su immagine corporea e tono dell'umore. I partecipanti che hanno visto solo contenuti *body positive* hanno riportato livelli più elevati di *body satisfaction* e di tono dell'umore positivo e più bassi livelli di tono dell'umore negativo, rispetto a persone esposte a contenuti *body positive* insieme agli altri tipi di contenuti (Stevens & Griffiths, 2020). Tale meccanismo potrebbe essere spiegato sia dalla presenza di confronti sociali basati sull'aspetto fisico verso il basso sia dal fatto che la *body positive* potrebbe celebrare diversi tipi di corpi creando un senso di inclusività (Paraskeva et al., 2017). Dati gli

effetti positivi della *body positive*, Stevens e Griffiths (2020) sono giunti a suggerire che le persone potrebbero essere incoraggiate a seguire *account Instagram* che trattano di questi contenuti, utilizzando così i *Social Media* in un modo più funzionale.

### **2.2.2 La teoria degli usi e delle gratificazioni applicata ai *Social Media* e differenze di genere**

Secondo la teoria degli usi e delle gratificazioni (TUG), le persone utilizzano i *media* che soddisfano i loro bisogni e che portino alla loro massima gratificazione (Katz & Blumler, 1974). Se tali gratificazioni vengono raggiunte, le persone continueranno a utilizzare i medesimi *media* (Ku et al., 2013). La TUG nasce nell'ambito di scienze della comunicazione ed è applicabile anche ai *Social Media*, in quanto è possibile considerare un *Social Media* come un meccanismo di comunicazione che consente di interagire con persone in tutto il mondo (Williams et al., 2012). Inoltre, le due assunzioni alla base della TUG ben si adattano al contesto dei *Social Media* (Krasnova et al., 2017; Papacharissi & Mendelson, 2011). La prima assunzione riguarda il fatto che le persone selezionano attivamente il *medium* attraverso il quale svolgere una comunicazione; allo stesso modo, vi sono una grande varietà di SNS tra cui l'utente può scegliere. La seconda assunzione riguarda il fatto che la scelta e l'uso del *medium* hanno un obiettivo ben preciso: se il *medium* non soddisfa il bisogno, la persona ne cercherà un altro. Coerentemente, nel contesto dei SNS, vi sono piattaforme che hanno diverse funzioni e, talvolta, possono perdere popolarità e risultare "superate" dopo un periodo relativamente breve, come è accaduto a *Friendster*, *MySpace*, *StudiVZ* e *Bebo* (Krasnova et al., 2017; Papacharissi & Mendelson, 2011). I bisogni che le persone possono soddisfare tramite i SNS sono vari. Da alcuni studi è emerso che tra i bisogni che guidano le persone all'utilizzo dei *Social Media* vi sono il bisogno di interazione sociale, ovvero comunicare e interagire con gli altri, e il bisogno di cercare informazioni, sia informazioni commerciali o eventi (saldi e prodotti da acquistare, compleanni e feste) sia informazioni educative (Alhabash & Ma, 2017; Whiting & Williams, 2013). Sono emersi anche il bisogno di passare il tempo quando non si sa come impiegarlo diversamente ed evitare la noia, il bisogno di divertimento, leggendo commenti umoristici e giocare con gli amici e il bisogno di rilassarsi e di fuggire dalla realtà (Alhabash & Ma, 2017; Whiting & Williams, 2013). Alcuni utenti hanno riferito anche il bisogno di esprimere opinioni e pensieri personali (Alhabash & Ma, 2017; Whiting & Williams, 2013). Nello specifico, i *Social Media* mettono a disposizione argomenti su cui fare *gossip* con gli amici e, quindi, avere sempre qualcosa di cui discutere

(*communicatory utility*) (Whiting & Williams, 2013). Un altro bisogno emerso è stato quello di *convenience utility*, ovvero per la facilità di accessibilità ovunque e in ogni momento, dando anche la possibilità di comunicare a tante persone simultaneamente (Whiting & Williams, 2013). Allo stesso modo nello studio di Whiting e Williams (2013), gli intervistati hanno riportato il bisogno di condividere informazioni su di sé con gli altri e, in alcuni casi, fare pubblicità sulle proprie attività economiche. Inoltre, è emerso il bisogno di svolgere sorveglianza sugli altri, come controllare cosa stanno facendo i propri figli senza essere scoperti (Sheldon & Bryant, 2016; Whiting & Williams, 2013). Successivamente, sono state indagate le eventuali differenze di genere che possono emergere nei bisogni che le persone cercano di soddisfare tramite i SNS (Krasnova et al., 2017). Per fornire un'adeguata spiegazione delle differenze di genere, sono state utilizzate la psicologia evolutiva e la psicologia sociale. Secondo la prima, le differenze di genere affondano le proprie radici nel fatto che donne e uomini, in passato, dovevano competere per il successo riproduttivo in modo diverso. Le prime si sarebbero dovute occupare della cura degli altri e dell'accurata selezione di un *partner*. I secondi sarebbero dovuti diventare più competitivi per migliorare le possibilità di essere scelti come *partner* e di provvedere adeguatamente alla prole (Buss, 1988; Stewart-Williams & Thomas, 2013). A completare questa prospettiva, secondo la psicologia sociale, le differenze di genere sono il risultato delle aspettative sul ruolo che donne e uomini devono ricoprire nella società (Eagly et al., 2000) e sia le donne sia gli uomini si rispecchiano in schemi di genere, costruiti socialmente e appresi tramite l'osservazione e l'interazione con gli altri (Wood & Eagly, 2002). Inoltre, le differenze di genere vengono anche lette come il prodotto di *self-construal* divergenti, dove per *self-construal* si intende il nucleo dei processi mentali di una persona, compresi la volizione, la regolazione emozionale e il processamento di informazioni (Cross & Madson, 1997; Maddux & Brewer, 2005); il *self-construal* sarebbe alla base del comportamento umano. Secondo Cross e Madson (1997), il contesto sociale ha indotto le donne, fin da piccole, a essere socievoli, a prendersi cura degli altri e a sviluppare una tendenza verso l'interdipendenza. Contrariamente a ciò, gli uomini sarebbero socialmente indotti a essere indipendenti e assertivi, a definirsi come separati dagli altri e a basare la propria autostima sui livelli di indipendenza e autonomia (Cross & Madson, 1997). Quindi, alle donne viene attribuito un *self-construal* dipendente e agli uomini indipendente (Cross & Madson, 1997). D'altra parte, sulla base della teoria dell'appartenenza (Baumeister & Leary, 1995), è possibile affermare che tutti, al di là del genere, abbiano la necessità

di sentirsi interdipendenti (Baumeister & Sommer, 1997) e il modo in cui questa interdipendenza avviene differisce in base al genere (Krasnova et al., 2017). Per il genere maschile, si potrebbe parlare di un *self-construal* di interdipendenza collettiva, in quanto gli uomini sono maggiormente motivati a espandere le proprie reti sociali, e di un *self-construal* di interdipendenza relazionale nel genere femminile, in quanto le donne sono maggiormente motivate ad approfondire i rapporti sociali che intrattengono (Baumeister & Sommer, 1997, Ajrouch et al., 2005). Prendendo in esame le differenze di genere relativamente all'uso dei SNS, le donne hanno riportato di avere una proporzione di contatti familiari più elevata (Binder et al., 2009), hanno riferito il bisogno di mantenere la connessione con i membri della famiglia (Smith, 2011) e con le persone conosciute in generale (Joinson, 2008) in misura superiore e hanno una maggiore probabilità di usare i SNS per rimanere in contatto con gli amici che già hanno nella vita reale (Tufekci, 2008) rispetto agli uomini. Invece, gli uomini hanno più probabilità di guardare il profilo degli altri per trovare amici (Haferkamp et al., 2012), di mandare richieste di amicizia (Hampton et al., 2012), di controllare il numero di amici dei loro amici (McAndrew & Jeong, 2012), di usare i SNS per formare nuovi legami di amicizia (Mazman & Usluel, 2011) e per connettersi ai loro *hobby* e interessi (Smith, 2011) rispetto alle donne. Il *self-construal* si riflette anche sul bisogno di ricerca di informazioni nei *Social Media*: le donne hanno espresso più interesse verso argomenti sociali, come *topic* su casa e famiglia sui SNS (Morris et al., 2010), mentre gli uomini hanno mostrato più interesse verso argomenti di carattere generale, come tecnologia (Morris et al., 2010), *sport* (Oezsoy, 2011) e formazione (Hall et al., 2013). In linea con questi risultati, un recente studio ha riportato che la possibilità di mantenere legami sociali stretti e di avere informazioni sugli amici stretti è legata alla soddisfazione per l'utilizzo di SNS nelle donne e non negli uomini, mentre la possibilità di ottenere informazioni generali (ad esempio, politica e notizie di cronaca) è legata alla soddisfazione per un SNS negli uomini e non nelle donne (Krasnova et al., 2017). Le utenti donne hanno apprezzato anche la possibilità che i SNS danno di ottenere informazioni anche sulle conoscenze più superficiali e, quindi, di poter monitorare l'ambiente sociale su più larga scala (Krasnova et al., 2017). Infine, in entrambi i generi la soddisfazione per un SNS è risultata essere legata alla possibilità di impegnarsi in attività di *self-enhancement*, ovvero di presentazione di sé agli altri sotto una luce positiva (Krasnova et al., 2017).



## 2.3 Gli *appearance focused Social Media* vs *non appearance focused Social Media*

Holland e Tiggemann (2016) hanno suggerito l'esistenza di un legame tra l'uso dei SNS e l'immagine corporea e comportamenti associati, come i comportamenti alimentari disfunzionali. Tuttavia, dato che i *Social Media* sono molto eterogenei tra loro e consentono di svolgere diverse attività, gli studiosi si sono concentrati nell'individuare le caratteristiche che possono essere particolarmente disfunzionali (Smock et al., 2011). Alcuni *Social Media*, come *Instagram* e *Snapchat*, sembrerebbero avere un impatto più rilevante, in quanto forniscono la possibilità di condividere e vedere fotografie e video, nonché di modificare i propri contenuti prima di pubblicarli. Per questo motivo, possono essere definiti *High Visual Social Media* (Marengo et al., 2018) o *appearance focused Social Media*. Altre piattaforme, come *Facebook*, non sono classificabili come veri e propri *appearance focused Social Media*, pur consentendo attività che si basano sulle fotografie, perché presentano agli utenti contenuti maggiormente diversificati come testo e *link* senza la presenza di fotografie (Engeln et al., 2020). In uno studio di Cohen e collaboratori (2017), condotto in un campione di giovani donne, non è stato il tempo complessivo passato sui SNS a essere collegato a *outcome* relativi all'immagine corporea, come interiorizzazione dell'ideale di magrezza, *drive for thinness*, confronti sociali basati sull'aspetto fisico e *body surveillance*, ma proprio le attività *appearance focused*. In particolar modo, per quanto riguarda l'utilizzo di *Facebook*, è stata rilevata una relazione tra un maggior coinvolgimento in attività connesse alle fotografie e interiorizzazione dell'ideale di magrezza e *body surveillance*. Relativamente all'utilizzo di *Instagram*, sono emerse associazioni tra seguire *account appearance focused*, come quelli di celebrità, e una maggiore interiorizzazione dell'ideale di magrezza e *body surveillance*, e tra seguire *account* legati al tema della salute e del *fitness* e una maggiore interiorizzazione dell'ideale di magrezza e *drive for thinness* (Cohen et al., 2017). Non sono state riscontrate, invece, associazioni tra seguire *account* con un *focus* diverso dall'aspetto fisico, come su viaggi, e dimensioni dell'immagine corporea. Tali risultati sono in linea con il modello tripartito di influenza (Thompson et al., 1999) e hanno evidenziato anche il ruolo svolto dalla *body surveillance* nel contesto dei SNS, sottolineando la necessità di esplorare maggiormente la teoria socioculturale dell'oggettivazione corporea (Fredrickson & Roberts, 1997) all'interno dei *Social Media*. Infatti, è stato riscontrato che gli utenti di *Instagram*, rispetto ai non utenti, hanno ottenuto punteggi più elevati sulla *body surveillance*. Data la natura *cross-sectional*

dello studio di Cohen e collaboratori (2017), non è stato possibile determinare con maggiore chiarezza la direzione della relazione tra queste variabili come la possibilità che le donne con maggior livelli di interiorizzazione dell'ideale di magrezza e con una maggiore tendenza all'auto-oggettivazione siano più predisposte verso certi tipi di attività che possono rinforzare certi tipi di preoccupazioni relative all'immagine corporea (Perloff, 2014), o viceversa (Cohen et al., 2017). In particolar modo, gli effetti di preoccupazioni relative all'immagine corporea sull'uso dei *Social Media* sono stati meno studiati rispetto al legame inverso (Rousseau et al., 2017; Van Oosten et al., 2023;). A tal proposito, in un studio longitudinale, condotto su un campione di giovani donne e uomini (12-19 anni), l'insoddisfazione corporea ha predetto a distanza di sei mesi un incremento di confronti sociali basati sull'aspetto fisico tramite *Facebook*, i quali a loro volta sono risultati collegati a un uso più passivo di tale *Social Media*, come guardare fotografie e video degli altri utenti (Rousseau et al., 2017). In un altro studio longitudinale, condotto su un campione di giovani maschi e femmine (13-25 anni) l'insoddisfazione corporea ha predetto l'impegno in confronti sociali basati sull'aspetto fisico sui *Social Media*, mentre l'*appearance consciousness*, ovvero la consapevolezza di apparire sufficientemente attraenti fisicamente *online*, e l'autostima hanno predetto indirettamente l'utilizzo specifico di *appearance focused Social Media*, tramite la gratificazione sui *Social Media* di *self-validation*, definita come la ricerca dell'approvazione e di *feedback* positivi relativamente al proprio aspetto fisico (Van Oosten et al., 2023). Un altro recente studio sperimentale ha indagato il rapporto tra l'utilizzo di *Facebook* e di *Instagram* e l'immagine corporea in un campione di giovani donne (Engeln et al., 2020). Le partecipanti che hanno utilizzato *Facebook* o *Instagram*, per un tempo totale di sette minuti, hanno riportato una maggiore frequenza di pensieri legati al proprio aspetto fisico, rispetto a coloro che hanno trascorso la stessa quantità di tempo giocando a un gioco senza *target* visivi con cui confrontarsi. Inoltre, nella condizione di utilizzo di *Instagram* sono stati rilevati maggiori pensieri relativi all'aspetto fisico rispetto alla condizione di utilizzo di *Facebook*. Quest'ultimo risultato è spiegabile alla luce delle attività condotte sui due *Social Media*: le donne che hanno utilizzato *Instagram* hanno riportato di aver passato più tempo guardando fotografie di persone e di aver svolto maggiori confronti sociali basati sull'aspetto fisico rispetto alle partecipanti assegnate all'utilizzo di *Facebook* (Engeln et al., 2020). Inoltre, l'utilizzo di *Instagram*, ma non di *Facebook*, ha prodotto una diminuzione della *body satisfaction*, una diminuzione dell'affettività positiva e un incremento di quella negativa,

coerentemente con quanto emerso da altri studi (Hendrickse et al., 2017; Sherlock & Wagstaff, 2019). Questi effetti non sono stati riscontrati nella condizione di utilizzo di *Facebook*, contrariamente a quanto atteso. Infatti, in precedenza era stato osservato un incremento del tono dell'umore negativo dopo 10 minuti (Fardouly et al., 2015) e dopo 20 minuti (Sagioglou & Greitemeyer, 2014) di utilizzo di *Facebook* e sembravano esserci associazioni tra l'utilizzo di *Facebook* e immagine corporea negativa e/o tono dell'umore (Cohen et al., 2017; Fardouly & Vartanian, 2016; Lin et al., 2016; Manago et al., 2015; Meier & Gray, 2014; Tandoc et al., 2014). Allo stesso modo, uno studio sperimentale non ha individuato effetti dell'utilizzo di *Facebook* per 10 minuti su *body satisfaction* in un campione di donne (Fardouly et al., 2015). Una possibile spiegazione di questa differenza di risultati, fornita da Engeln e collaboratori (2020), si può ritrovare nella modalità di interazione con i SNS. In alcuni casi, come quello dello studio di Engeln e collaboratori (2020), è stato analizzato l'utilizzo passivo, come guardare immagini e video, mentre in altri è stato osservato l'utilizzo attivo, come commentare o postare; dato che l'utilizzo attivo e l'utilizzo passivo dei *Social Media* sembrano dar luogo a esiti diversi sul tono dell'umore (Aalbers et al., 2019; Escobar-Viera et al., 2018), la differenziazione tra questi tipi di utilizzo in studi futuri potrebbe chiarire i risultati contrastanti riguardo l'immagine corporea. Infine, un altro studio ha rilevato che una maggiore esposizione a *appearance focused Social Media*, rispetto a piattaforme meno focalizzate sull'immagine corporea, è legata a un incremento di confronti sociali basati sull'aspetto fisico e, tramite questi ultimi, a comportamenti alimentari disfunzionali di gravità maggiore (Griffiths, Castle et al., 2018).

## **2.4 Fotografie come strumenti di autopresentazione e differenze di genere**

Il modo più comune con cui gli utenti dei *Social Media* presentano se stessi è proprio attraverso le fotografie, in particolar modo attraverso lo scatto e la pubblicazione di *selfie*, ovvero immagini scattate dall'utente in cui compare l'utente stesso (Mills et al., 2018). Le fotografie sono una vera e propria forma di autopresentazione, definita da Toma e Hancock (2010) come quel processo di aggiustamento e ritocco del sé durante le interazioni sociali per creare un'impressione desiderata nel proprio pubblico, in quanto spesso non ritraggono in modo accurato l'aspetto fisico di una persona e hanno l'obiettivo di generare un'impressione più favorevole sugli altri utenti. I *selfie* oggi sono più di una semplice estensione digitale di un autoritratto (Butkowski, 2020): sono una

vera e propria pratica sociale entrata a far parte dell'uso quotidiano dei *media* (Senft & Baym, 2015; Walsh & Baker, 2017). I *selfie* forniscono la possibilità di controllare la modalità di presentazione personale in modo più efficace rispetto alle altre modalità di realizzazione di fotografie. Inoltre, nei *selfie* vengono proposti elementi stereotipati per genere, evidenziando così un allineamento con la storia di stereotipi di genere promossi dai *media* (Butkowski, 2020). Secondo Goffman (1979), infatti, all'interno dei *media* tradizionali verrebbero enfatizzate le differenze di genere e le disparità di potere legate al genere stesso; di conseguenza, gli uomini sarebbero rappresentati come dominanti e le donne come subordinate e dipendenti. La presenza di queste rappresentazioni stereotipate legate al genere, riscontrata nei *media* tradizionali (Belknap & Leonard, 1991; Lindner, 2004), è stata ravvisata anche nei nuovi *Social Media*: a esserne autrici sono soprattutto le giovani donne e ragazze (Baker & Walsh, 2018; Tortajada-Giménez et al., 2013; Willem et al., 2012). Le modalità, individuate originariamente da Goffman (1979), attraverso cui tali rappresentazioni stereotipate vengono realizzate dalle donne sono state suddivise in diverse categorie: *relative size*, *functional ranking*, *family*, *feminine touch*, *ritualization of subordination*, *licensed withdrawal*. La categoria *relative size* include la raffigurazione della donna come più piccola rispetto all'uomo. La categoria *function ranking* prevede la raffigurazione della donna come colei che assiste l'uomo nei suoi ruoli esecutivi. La categoria *family* include le immagini che rappresentano la donna insieme ai componenti della sua famiglia. La categoria *feminine touch* include le immagini che rappresentano una donna mentre tocca un oggetto con un fine diverso rispetto a una presa o una manipolazione utilitaristica (*caressing object*) o mentre tocca se stessa (*self-touch*). La categoria *ritualization of subordination* include immagini in cui la donna inclina il collo o il corpo (*canting*), appare seduta o stesa (*low posture*) oppure si trova in piedi, ma è in una posizione di instabilità posturale, come tenere le gambe incrociate (*imbalance*). Infine, la categoria *licensed withdrawal* include immagini in cui la donna non ha il proprio sguardo rivolto direttamente verso l'osservatore (*withdrawing gaze*), è impegnata in espressioni facciali accentuate, come sorrisi espansivi e smorfie (*loss of emotional control*), e include anche tutte quelle immagini in cui gli occhi o l'intero volto non sono presenti o sono coperti (*faceless portrayal/hidden eyes*) (Goffman, 1979). Successivamente, è stata aggiunta un'altra categoria, *body display*, per indicare tutte quelle immagini in cui i vestiti lasciano scoperte in modo più o meno pronunciato diverse parti del corpo femminile (Kang, 1997). All'interno dei SNS, una rappresentazione stereotipata di genere che si ritrova

frequentemente, per quanto riguarda sempre il genere femminile, è il *kissing pout* che sembra trasmettere un'idea di seduzione (Döring et al., 2016). Nell'ambito dei *selfie*, sono state principalmente analizzate le categorie *feminine touch*, *ritualization of subordination* e *licensed withdrawal*, poiché sono le uniche che prevedono la presenza di una figura centrale e non includono più persone (Butkowski, 2020). Mettendo a confronto i *display* stereotipati per genere sui *Social Media* e i tradizionali *media*, non solo è emerso che i SNS hanno riportato i medesimi *display*, ma che la stereotipizzazione di tali *display* è più accentuata (Döring et al., 2016). Secondo un recente studio che ha analizzato i *selfie* postati su *Instagram* da giovani donne, le pose più comuni sono state quelle di *canting*, in cui testa e collo risultano piegate in un gesto di arrendevolezza, quelle di *loss of control*, la cui espressione più comune è rappresentata da un sorriso espansivo, e quelle di *body display*, senza differenze tra i diversi orientamenti sessuali (Butkowski, 2020). Inoltre, più queste rappresentazioni stereotipate vengono accentuate, più ricevono *feedback* positivi da parte degli altri utenti, ad esempio, tramite *like*; questo può portare le autrici dei *selfie* a dedicarsi maggiormente verso la realizzazione di tali rappresentazioni stereotipate, creando un circolo vizioso. Per quanto riguarda gli uomini, la rappresentazione stereotipata per genere nei *selfie* include una grande enfasi sulla massa muscolare e sulla forza (Döring et al., 2016). Da un recente studio che ha analizzato i *post* su *Instagram* prodotti dagli uomini, è emerso che la maggior parte dei contenuti mostrano corpi muscolosi e snelli e che questa tipologia di contenuti riceve più *like* e commenti, coerentemente al fatto che l'adesione agli ideali di bellezza porta a ricompense sociali (Gültzow et al., 2020). Inoltre, sembra maggiormente presente nei *post* degli uomini la promozione dell'attività fisica per motivi legati alla salute, come allenarsi per essere in salute, piuttosto che per motivi legati all'apparenza, ovvero allenarsi per essere più attraenti, e la promozione dell'attività fisica è risultata più frequente che la promozione della dieta (Gültzow et al., 2020).

#### **2.4.1 Photo editing, photo investment e differenze di genere**

Come introdotto in precedenza, all'interno degli *appearance focused SNS*, primo fra tutti *Instagram*, le fotografie hanno acquisito un grande rilievo e molto spesso ricevono modifiche prima di essere pubblicate, in particolare attraverso l'utilizzo dei numerosi filtri che i *Social Media* stessi offrono e all'accessibilità e facilità di utilizzo delle *app* per l'*editing* (Tiggemann et al., 2020). I filtri fotografici consentono una grande varietà di modifiche, dalle più basilari, come il cambiamento dei colori e della luce, alle più

complesse, come l'alterazione della grandezza e della forma di varie parti del corpo come naso e occhi (Parsa et al., 2021). Strumenti, un tempo appannaggio di esperti fotografi, sono oggi alla portata e all'utilizzo di tutti: infatti, è stato riportato che il 62,2% delle donne ricorre all'*editing* delle fotografie da "qualche volta" a "molto spesso" e impiegano circa 10 minuti al giorno nella manipolazione delle fotografie stesse (Bij de Vaate et al., 2018; Cohen et al., 2018). Inoltre, la pubblicazione delle fotografie può coinvolgere un elevato livello di *investment*, definito da McLean e collaboratori (2015) come l'insieme delle preoccupazioni sulla qualità della fotografia da pubblicare *online* e su come ritrae l'individuo e lo sforzo e il tempo impiegato nello scegliere la fotografia da pubblicare. A tal proposito, alcuni studi hanno indicato che le donne fanno in media dai 2 ai 5 *selfie* prima di scegliere quello da pubblicare (Bij de Vaate et al., 2018; Cohen et al., 2018).

Sebbene le donne si impegnino più frequentemente nell'*editing*, anche gli uomini non sembrano essere esenti da questo comportamento (Modica, 2020). La manipolazione delle fotografie può essere vista come una strategia di *impression management*, un modo per presentare agli altri una versione di sé più attraente, ma non più fedele, accentuando la discrepanza tra come si è e come si vorrebbe essere (Toma & Hancock, 2010). Lo scatto di *selfie* e, in particolar modo, la manipolazione stessa possono portare gli utenti a vedersi come in terza persona, dalla prospettiva di osservatori esterni, in accordo con la teoria dell'oggettivazione corporea, e può aumentare l'attenzione verso i propri difetti fisici, portando a conseguenze psicologiche negative (Chua & Chang, 2016; Cohen et al., 2017, 2018; Meier & Gray, 2014; Saunders & Eaton, 2018; Shin et al., 2017; Wang et al., 2017). Utilizzando il modello tripartito di influenza come riferimento, è stato suggerito che, oltre alla famiglia, agli amici e i *media* tradizionali, i *Social Media* rivestano un ruolo di rilievo nella concezione della propria immagine corporea (Cafri et al., 2005; Thompson et al., 1999). Attraverso i *Social Media*, gli utenti, principalmente donne, sarebbero portati a interiorizzare gli ideali di bellezza attraverso il confronto tra il proprio aspetto fisico e quello altrui, portando a possibili effetti negativi sulla soddisfazione corporea (Betz et al., 2019; Feltman & Szymanski, 2018; Festinger, 1954; Powell et al., 2018). Negli ultimi anni è stata posta attenzione nei confronti della comprensione di quello che accade alla soddisfazione corporea, data la facile esposizione a un ambiente virtuale che propone immagini ritoccate e modificate, nonché numerosi strumenti per l'*editing*. Gli studi condotti in questo ambito hanno fatto

affidamento principalmente su campioni di donne. Questo sbilanciamento è dovuto al fatto che le donne sembrerebbero impiegare più tempo nella gestione di profili *online* e pubblicare più fotografie rispetto agli uomini (Beos et al., 2021; Stefanone et al., 2011). Dato che le donne si impegnano di più nella gestione delle fotografie, un primo aspetto da considerare è se la possibilità di manipolare una propria fotografia, quindi controllarla, prima della pubblicazione possa avere effetti psicologici meno negativi sull'immagine corporea. A tal proposito, in uno studio di Mills e collaboratori (2018) sono state confrontate partecipanti donne con la possibilità di ritoccare un proprio *selfie* prima di pubblicarlo, partecipanti che non hanno potuto manipolare la fotografia prima della pubblicazione e partecipanti impegnate nella lettura di un articolo su contenuti neutri come idee relativamente a viaggi. Le dimensioni prese in esame per il confronto sono state ansia, depressione, sicurezza di sé e sensazione di essere fisicamente attraenti/sovrappeso e *body satisfaction* relativa alla taglia corporea. Le partecipanti del secondo gruppo si sono sentite più ansiose, meno attraenti fisicamente e meno sicure di sé rispetto al gruppo di controllo. Inoltre, le donne che hanno avuto la possibilità di ritoccare un proprio *selfie*, quindi di realizzare una presentazione strategica di sé, hanno sperimentato ansia e si sono sentite meno attraenti dopo aver postato lo stesso. Una possibile spiegazione è che l'atto stesso di postare un proprio *selfie* aumenti l'auto-oggettivazione e, dunque, un'attenzione verso i propri difetti percepiti nell'aspetto fisico. Il *photo editing* potrebbe fornire un senso di controllo verso il proprio aspetto fisico, ma non migliorarne la soddisfazione. Tuttavia, non si sono rilevati cambiamenti nella soddisfazione corporea né in chi ha manipolato la fotografia né in chi non l'ha manipolata. Una plausibile spiegazione è che la misura utilizzata per indagare la soddisfazione corporea fosse risultata troppo generica (soddisfazione nei confronti dell'aspetto fisico nel suo complesso); invece, dato che nei *selfie* viene fotografato principalmente il proprio viso, l'attenzione si è concentrata solo su quella determinata parte del corpo. Infatti, in uno studio (Tiggemann et al., 2020) in cui si sono misurate sia l'insoddisfazione corporea sia l'insoddisfazione relativa al proprio viso in donne a cui è stato chiesto di farsi *selfie*, sceglierne uno ed eventualmente modificarlo, dopo la visione di immagini di *Instagram* di donne magre o di taglia media, l'*editing* ha portato a un aumento di insoddisfazione relativa al volto, ma non all'aspetto fisico nel complesso. Anche in questo studio le partecipanti si sono impegnate nella manipolazione di immagini relative al proprio viso o alla parte superiore del corpo e la maggior parte delle funzioni di *editing* si è focalizzata proprio sul volto. In un altro

studio (Vendemia & DeAndrea, 2021) è stato indagato se l'atto di manipolazione stessa possa avere un effetto sull'insoddisfazione corporea o se essa debba essere diretta necessariamente all'aspetto fisico. Sono stati confrontati quindi i livelli di soddisfazione corporea in un gruppo di donne che ha modificato le fotografie "per apparire più attraente fisicamente e migliorare il proprio aspetto", un gruppo che ha modificato lo scatto "per migliorare lo sfondo" e un gruppo di controllo che non ha svolto alcun tipo di modifica. All'interno dei risultati è emerso che anche il secondo gruppo si è sentito meno soddisfatto del proprio aspetto fisico rispetto al gruppo di controllo. Oltre ai contesti sperimentali, è stata analizzata anche la relazione tra livelli abituali di *photo manipulation*, *photo investment* e di insoddisfazione corporea. A tal proposito, Beos e collaboratori (2021) hanno riscontrato in un campione di donne una correlazione tra il comportamento di manipolazione delle fotografie e l'insoddisfazione verso il proprio volto. In particolar modo, la discrepanza avvertita tra immagine reale e immagine ideale moderava la relazione tra *editing* e insoddisfazione verso il proprio corpo e l'effetto era più forte in coloro che hanno bassa discrepanza. Chi aveva un elevato livello di discrepanza era insoddisfatto indipendentemente da quanto manipolava una fotografia, mentre chi aveva un basso livello di discrepanza e si impegnava nella manipolazione di fotografie diventava più insoddisfatto, probabilmente per un maggiore *focus* sulla propria discrepanza associato alla manipolazione. Per quanto riguarda la popolazione maschile, uno studio condotto con un campione di uomini ha riscontrato che la manipolazione dei *selfie* mediava l'associazione tra il postare le proprie fotografie e l'insoddisfazione corporea (postare correlava positivamente con l'insoddisfazione corporea ma correlava negativamente se presa in considerazione la manipolazione, ovvero più la persona si impegnava in comportamenti di pubblicazione di fotografie e meno si sentiva insoddisfatta se si considerano i comportamenti di *editing*; da qui l'importanza di includere la manipolazione negli studi e studiare in futuro in modo approfondito tali relazioni) (Modica, 2020). Inoltre, è emerso che la manipolazione delle fotografie mediava la relazione positiva tra l'*investment* in *selfie* e l'insoddisfazione corporea, ovvero l'*investment* sembra coltivare l'insoddisfazione corporea tramite l'*editing* (Cohen et al., 2018). È possibile che gli uomini che postano più *selfie* e hanno un livello di *investment* maggiore siano più inclini a manipolare i propri scatti, forse per mantenere una certa rappresentazione nel contesto sociale (Modica, 2020). Un altro studio ha utilizzato un campione misto di uomini e donne per ottenere risultati maggiormente generalizzabili (Lonergan et al., 2019). In un confronto tra i due generi è



emerso che, sebbene le donne si impegnassero maggiormente in comportamenti di alterazione di fotografie e avessero un livello generale di insoddisfazione corporea più elevato, elevati livelli abituali di *photo manipulation* si associavano a elevati livelli di insoddisfazione corporea in entrambi i casi. Inoltre, controllando per età, genere, IMC, manipolazione di fotografie, elevati livelli di *photo investment* si associano a elevati livelli di insoddisfazione corporea. A differenza di quanto rilevato precedentemente negli adolescenti (McLean et al., 2015), *photo manipulation* e *photo investment* non sono risultate collegate: gli adulti, diversamente dagli adolescenti, potrebbero mettere in atto processi di *investment* senza arrivare a manipolare le proprie fotografie date le minori conoscenze della tecnologia di *editing* (Loneragan et al., 2019). Coerentemente con studi precedenti (ad esempio: De Vries et al., 2016), anche in questo studio elevati livelli di un certo tipo di utilizzo dei *Social Media*, ovvero impegnarsi in attività basate sulle fotografie, sono risultati associati a un incremento dell'insoddisfazione corporea. In un altro studio, Tiggemann e collaboratori (2020) avevano ipotizzato di riscontrare un aumento di manipolazione delle proprie fotografie in un gruppo di donne a cui era stata indotta insoddisfazione corporea, attraverso l'esposizione a corpi magri, rispetto a un gruppo esposto a corporature medie, e, invece, non sono emerse differenze nel comportamento di *editing*. Una possibile spiegazione è ravvisabile nel fatto che l'*editing* potrebbe non essere un comportamento che risponde a fluttuazioni momentanee di insoddisfazione corporea di stato ma è in funzione di caratteristiche più stabili dei partecipanti come insoddisfazione corporea generale (Tiggemann et al., 2020).

Numerosi studi hanno tentato di comprendere come la possibilità di ritoccare il proprio aspetto fisico nelle fotografie possa incidere sull'atteggiamento verso la possibilità di modificare il proprio aspetto fisico *offline*, ovvero verso la chirurgia/medicina estetica (Beos et al., 2021; Chen et al., 2019; Parsa et al., 2021), ad esempio, attraverso interventi con *botox*, *filler* dermici, *peeling* chimici, microdermoabrasione, trattamenti con *laser*, rinoplastica, trapianto di capelli, liposuzione e interventi per aumentare/ridurre il seno (Hermans et al., 2022). Recentemente, infatti, è stato coniato il termine di "*Snapchat Dysmorphia*" per indicare quel fenomeno in crescita per cui i pazienti portano ai chirurghi estetici *selfie* modificati come modello per indicare quale risultato si vuole ottenere attraverso gli interventi (Ramphul & Mejias, 2018). Sembra che le persone ricerchino trattamenti chirurgici per assomigliare a una versione di sé alterata, elaborata attraverso i numerosi filtri disponibili *online* (Rajanalala et al., 2018). A partire

dalla rilevazione di questo fenomeno, è nata la necessità di comprendere meglio il legame tra manipolazione fotografie e accettazione chirurgia estetica (ACS). Come in altri ambiti inerenti all'immagine corporea e i *Social Media*, la maggior parte degli studi riguarda il genere femminile. Beos e collaboratori (2021) hanno riscontrato che in un campione di donne i livelli abituali di manipolazione di fotografie sono associati positivamente ad atteggiamenti più favorevoli verso la chirurgia estetica e a maggiori intenzioni di sottoporsi a chirurgia estetica facciale. Inoltre, prendendo in esame i vari SNS usati dalle partecipanti, all'aumentare del tempo passato su *TikTok* aumenterebbe sia l'ACS sia l'intenzione di sottoporsi a chirurgia estetica facciale. Anche in altro studio sono state esplorate le differenze tra tipi di SNS utilizzati e chirurgia estetica in un campione con prevalenza di genere femminile: l'utilizzo più elevati di *Snapchat*, *Tinder* e *Youtube* porterebbe a una maggiore ACS rispetto a *Whatsapp*, dato che quest'ultimo si basa più sui messaggi che sulle fotografie (Chen et al., 2019). Inoltre, è emersa una maggiore considerazione a sottoporsi a chirurgia estetica, ma non un'accettazione generale maggiore della chirurgia estetica, nelle persone che hanno dichiarato di usare i filtri di *Instagram*. Infine, l'*investment* maggiore nei *Social Media* è risultato collegato a una maggiore considerazione della chirurgia estetica. Alcuni studi hanno cercato, quindi, di comprendere specificatamente come viene strutturato il legame tra *editing*, insoddisfazione corporea e chirurgia estetica. Sun (2020), in linea con gli studi precedenti, ha rilevato associazioni positive in un campione di donne cinesi tra livelli abituali di *editing*, auto-oggettivazione corporea, insoddisfazione facciale e considerazione di chirurgia estetica. Infatti, le *app* di *photo editing*, fornendo la possibilità di modificare e rendere ideale il proprio aspetto fisico, permetterebbero all'utente di formularsi aspettative irrealistiche sul proprio aspetto fisico in seguito allo svolgimento di un intervento chirurgico (Belluz, 2018), di interiorizzare la necessità di cambiare il proprio aspetto fisico e di tentare tale cambiamento attraverso la chirurgia estetica (Liu, 2017). Inoltre, è emerso che la relazione tra manipolazione delle fotografie e considerazione chirurgia estetica non sia unicamente diretta, ma possa essere mediata dall'auto-oggettivazione, ma non dall'insoddisfazione verso il proprio volto. Quindi, l'*editing* porterebbe l'utente a vedersi come un oggetto, spostando il *focus* sull'aspetto fisico, a monitorare il proprio aspetto fisico e a controllare le attenzioni e le aspettative degli altri, portando a una forma di *body surveillance* (Zheng et al., 2019). Nel momento in cui la persona si vede come un oggetto può iniziare a concepire la chirurgia estetica come uno strumento per migliorare il proprio aspetto fisico e, di conseguenza, può

giungere ad attuare un intervento vero e proprio (Calogero et al., 2010, 2014). Inoltre, sebbene l'insoddisfazione verso il proprio volto non sia emerso come un mediatore diretto tra *editing* e considerazione della chirurgia estetica, sembrerebbe che l'*editing* possa incidere sull'auto-oggettivazione che, a sua volta, incrementerebbe l'insoddisfazione verso il proprio volto, la quale si associa a una maggiore considerazione di chirurgia estetica. È possibile che l'auto-oggettivazione, dovuta al processo di *editing*, porti a porre maggiore attenzione al proprio aspetto fisico e a riconoscere una differenza tra come il proprio aspetto fisico si mostra in realtà e come si vorrebbe che fosse idealmente, ovvero a incrementare la propria insoddisfazione corporea. A sua volta, l'insoddisfazione corporea può predisporre a essere più favorevoli a sottoporsi a un intervento chirurgico (Sun, 2020). Un altro studio (Parsa et al., 2021) ha esplorato le differenze tra uomini e donne nell'ACS. In generale, è stata riscontrata una relazione positiva tra il numero di SNS utilizzati e ACS. Non sono emerse differenze di genere, misurate prima di compiti che richiedono *editing* di fotografie, nei confronti dell'ACS. Tuttavia, sia uomini che donne hanno mostrato livelli di considerazione di interventi di chirurgia estetica maggiore dopo compiti di *editing*. Le motivazioni per lo svolgimento di chirurgia estetica riportate sono diverse: gli uomini sembrerebbero voler utilizzare la chirurgia estetica per conformarsi a *standard* sociali, come per essere maggiormente accettati in gruppi sociali e per sviluppare maggiormente la carriera; le donne hanno riferito di essere spinte maggiormente dall'insoddisfazione corporea (Parsa et al., 2021). Allo stesso modo, un recente studio ha utilizzato un campione misto di giovani uomini e donne per indagare il legame tra l'utilizzo dei *Social Media* e l'accettazione della chirurgia estetica, l'intenzione di sottoporsi a chirurgia estetica e la normalizzazione della chirurgia estetica, ovvero la stima di quante persone si sono sottoposte a interventi più o meno invasivi (Hermans et al., 2022). Dai risultati è emerso che all'aumentare della frequenza dell'uso degli *appearance focused Social Media*, ma non degli altri SNS, è aumentata l'intenzione di sottoporsi a chirurgia estetica. Gli *appearance focused Social Media*, quindi, sarebbero collegati a un atteggiamento più positivo verso la chirurgia estetica, dato il grande *focus* sull'investimento nell'aspetto fisico (De Vries et al., 2014; Sharp et al., 2014). Inoltre, l'uso dei filtri di *Instagram* sembra portare a una maggiore accettazione della chirurgia estetica e una maggior intenzione di sottoporsi a un intervento di chirurgia estetica e tali risultati potrebbero essere dovuti al fatto che l'*editing* indurrebbe all'idea di poter modificare facilmente il proprio aspetto fisico, che è alla base della chirurgia estetica stessa (Hermans et al.,

2022). L'accettazione della chirurgia estetica, tuttavia, non sembra essere dipendente dal genere, ovvero si sono riscontrati gli stessi livelli di accettazione della chirurgia estetica in uomini e donne. Infine, le donne hanno riportato una maggiore probabilità di considerare di sottoporsi a interventi estetici e hanno anche fatto una stima più elevata di persone che si sono sottoposte a questa tipologia di interventi (Hermans et al., 2022).

Dati gli effetti deleteri dell'*editing* sull'immagine corporea, una possibile strategia per contenerli potrebbe essere l'inserimento di *disclaimer label* che avvertono di un'alterazione digitale di una fotografia. Il presupposto alla base prevederebbe che se la persona viene informata di avere davanti un'immagine non realistica, non la dovrebbe percepire più come un *target* con cui confrontarsi, in quanto segnata come "irreale", e la soddisfazione corporea dovrebbe essere preservata (Tiggemann, 2022). I *disclaimer label* che indicano l'alterazione digitale sono già stati utilizzati nell'ambito dei *media* tradizionali, ma non sembrano fornire una protezione contro l'insoddisfazione corporea (Danthinne et al., 2020; McComb & Mills, 2020). I *disclaimer label* dei SNS, sottoforma di *hashtag* o didascalie che accompagnano l'immagine, differiscono dai tradizionali in quanto sono volontari, non essendo regolati da nessuna legislazione in materia, quindi inseriti a discrezione dell'utente, e scritti in prima persona (Tiggemann, 2022), da qui la definizione di *self disclaimer label* (Fardouly & Holland, 2018; Livingston et al., 2020). Fardouly e Holland (2018) sono stati tra i primi a cercare di comprendere se l'inserimento di un *self disclaimer label* a immagini idealizzate e modificate, presenti sui *Social Media*, riduca l'influenza negativa che queste stesse immagini hanno nelle giovani donne. La visione di immagini tratte da *Instagram*, raffiguranti donne attraenti e modificate *online*, ha portato a uno stato di maggiore insoddisfazione corporea sia nel caso fossero presenti *disclaimer label* sia nel caso non lo fossero, rispetto alla visione di immagini di controllo. Questo effetto è risultato particolarmente evidente nelle partecipanti con elevata tendenza a fare confronti sociali basati sull'aspetto fisico. Una possibile spiegazione è che la consapevolezza dell'*editing* non protegga in ogni caso dall'esposizione a immagini idealizzate, favorendo il processo di interiorizzazione degli ideali *standard* di bellezza e il confronto sociale basato sull'aspetto fisico, coerentemente con ciò che avviene al di fuori dei SNS (Ata et al., 2013; Bury et al., 2016, 2017; Tiggemann et al., 2017). Inoltre, le partecipanti hanno avuto un'impressione meno positiva della persona raffigurata nell'immagine in presenza di *disclaimer label*. Le motivazioni alla base di questo fenomeno potrebbero

essere varie: quando le persone creano un profilo *online* mettono in atto dei comportamenti di *impression management*, cercando tuttavia di rimanere autentici (Ellison et al., 2006), e si possono sentire particolarmente ingannate e arrabbiate quando rese consapevoli della presentazione ingannevole fatta da altri (Fardouly & Holland, 2018). L'impressione negativa, tuttavia, potrebbe derivare anche dal percepire ipocrisia in chi scrive i *self disclaimer labels*, i quali in prima battuta hanno aderito ai canoni di bellezza classici utilizzando l'*editing* e successivamente hanno dichiarato che la manipolazione delle fotografie può nuocere all'immagine corporea (Fardouly & Holland, 2018). Inoltre, l'impressione negativa sull'autore del contenuto modificato potrebbe indurre, a sua volta, gli altri utenti a non seguire i suoi consigli sull'importanza di non modificare digitalmente le fotografie (McComb et al., 2021). Uno studio successivo ha evidenziato che l'utilizzo di *self disclaimer* come accompagnamento a immagini di donne attraenti di *Instagram* non ha portato a differenze nei livelli di insoddisfazione corporea e tono dell'umore negativo, esperiti da giovani donne dopo la visione di immagini idealizzate: la presenza e l'assenza di essi si associava a elevati livelli di insoddisfazione corporea e tono dell'umore negativo (Livingston et al., 2020). Inoltre, le giovani partecipanti non hanno percepito come meno realistiche le immagini con *self disclaimer* e non si sono paragonate meno alle donne viste nelle immagini rispetto alle partecipanti che hanno visto le stesse immagini, ma senza *self disclaimer*. Infine, le partecipanti hanno percepito la donna nell'immagine con *self disclaimer* come meno cordiale, ma non come più morale o competente rispetto alla donna nell'immagine senza *self disclaimer* (Livingston et al., 2020).

In linea con i risultati ottenuti in relazione ai *mass media* tradizionali (McComb & Mills, 2020), è stato ipotizzato che non tutte le donne subiscano il medesimo effetto davanti a uno stesso *disclaimer label* sui SNS: se le persone tendono a utilizzare come *target* di paragone persone percepite simili a sé (Festinger, 1954), le donne che sono solite mettere in atto processi di *editing*, leggendo *disclaimer label* sull'*editing*, potrebbero subire effetti diversi sull'immagine corporea rispetto a chi non ha familiarità con l'*editing* (McComb et al., 2021). Un recente studio ha cercato di analizzare questa relazione, confrontato gli effetti di diversi tipi di *disclaimer label*, generici (informano di una generica modificazione), specifici (riportano esattamente cosa è stato alterato in un'immagine) e di avvertimento (avvertono dei rischi che possono derivare dal confrontare il proprio corpo con uno modificato digitalmente), che accompagnano

immagini di *Instagram* proponenti corpi in linea con l'ideale di magrezza sulle dimensioni psicologiche di tono dell'umore e immagine corporea, prendendo in considerazione i livelli abituali di *photo manipulation* delle partecipanti (McComb et al., 2021). Nessun tipo di *self disclaimer* è risultato capace di mitigare o prevenire un tono dell'umore più negativo, una maggiore insoddisfazione corporea e una minore fiducia sperimentati dopo l'esposizione alle immagini (McComb et al., 2021). Un risultato interessante è stato che l'esposizione alle immagini di *Instagram* ha diminuito la probabilità delle partecipanti di confrontare il proprio aspetto fisico a quello degli altri, misurata chiedendo alle partecipanti stesse se nelle settimane successive si sarebbero impegnate in confronti sociali su peso e taglia corporea: la visione di immagini di corpi ideali potrebbe essere stata una minaccia all'immagine corporea tale da non voler intraprendere ulteriori confronti sociali basati sull'aspetto fisico, evitando così altro disagio (McComb et al., 2021). Infine, le partecipanti che hanno dichiarato di impegnarsi abitualmente in elevati livelli di *photo manipulation*, rispetto a coloro che sono solite impegnarsi poco o moderatamente, hanno riportato una minor probabilità di impegnarsi in confronti sociali dopo la visione di immagini con *self disclaimer* specifici (McComb et al., 2021). Chi è solito utilizzare l'*editing*, infatti, potrebbe avere una conoscenza maggiore di cosa implica il processo di *editing*, su quanto l'aspetto fisico possa essere anche drasticamente alterato e, di conseguenza, non considerare più l'immagine vista come un termine di paragone appropriato, in quanto irrealistica (McComb et al., 2021).

Un'altra possibilità, ancora poco esplorata, è l'utilizzo di *disclaimer label* che segnalino immagini che non sono andate incontro a un processo di *editing*. A tal proposito, in uno studio sono stati confrontati gli effetti sull'immagine corporea di giovani donne prodotti dall'esposizione a immagini di *Instagram* non ritoccate, non ritoccate e con *hashtag* indicanti l'autenticità della fotografia e immagini andate incontro a una qualche forma di *editing* (Tiggemann & Zinoviev, 2019). Inoltre, sono stati considerati anche i livelli abituali di *photo manipulation* e *investment* delle partecipanti. L'esposizione a immagini non ritoccate ha portato a una minor insoddisfazione relativa al proprio volto rispetto all'esposizione a quelle andate incontro all'*editing*. L'esposizione a immagini non ritoccate e con l'*hashtag*, invece, ha condotto a livelli di insoddisfazione verso il proprio volto simile a quelli associati all'esposizione a immagini andate incontro all'*editing* (Tiggemann & Zinoviev, 2019). Sottolineare l'autenticità di una fotografia, ritraente una

donna identificata come “naturalmente” magra e attraente, con un *hashtag* che indica l’assenza di *editing* potrebbe rendere l’immagine più rilevante per il sé, in base alla teoria del confronto sociale (Festinger, 1954), e potrebbe incoraggiare confronti sociali basati sull’aspetto fisico verso l’alto, provocando effetti negativi sulla propria immagine corporea (Tiggemann, 2022; Tiggemann & Zinoviev, 2019). Gli effetti sull’insoddisfazione relativa al volto sono stati moderati dai livelli di *photo manipulation*: le donne che modificano le proprie fotografie hanno riportato un maggiore incremento di tale insoddisfazione in risposta alle immagini soggette a qualche forma di *editing* rispetto alle donne che non modificano le proprie fotografie (Tiggemann & Zinoviev, 2019). Tale risultato è stato spiegato dal fatto che i livelli di *photo manipulation* possano essere una conseguenza di livelli preesistenti di insoddisfazione corporea, costituendo così un fattore di vulnerabilità (Veldhuis et al., 2020), in linea con gli studi sui *media* (Ferguson, 2013; Groesz et al., 2002; Want, 2009), così come l’atto stesso di manipolazione, selezione e monitoraggio di fotografie può accrescere l’insoddisfazione corporea (Lonergan et al., 2019). Al di là della tipologia di immagini viste, i livelli di *photo manipulation* e di *photo investment* hanno predetto un incremento nell’insoddisfazione relativa al volto dopo la visione delle fotografie (Tiggemann & Zinoviev, 2019). In un campione di giovani donne, un altro studio ha indagato, invece, gli effetti su tono dell’umore negativo, *body appreciation* e *appearance satisfaction* di tre diversi tipi di immagini: modificate, non ritoccate e non ritoccate con *label* indicanti l’autenticità della fotografia, ovvero icone che compaiono nell’immagine stessa nel medesimo modo in cui compaiono i filtri inseriti (Rodgers et al., 2021). Le partecipanti che hanno visto l’immagine non ritoccata con *label* hanno riportato un maggior aumento nell’*appearance satisfaction* rispetto a coloro che hanno visto le immagini ritoccate. Inoltre, non sono emerse differenze per quanto riguarda il tono dell’umore e l’immagine corporea di stato di persone che hanno visto immagini ritoccate e non ritoccate. Quindi, i risultati di Rodgers e collaboratori (2021) non sono risultati in linea con quelli precedentemente ottenuti da Tiggemann e Zinoviev (2019). Tale differenza potrebbe essere spiegata dalla tipologia di fotografie utilizzate: le immagini di Tiggemann e Zinoviev (2019) hanno incluso donne più idealizzate anche nella condizione di fotografie non ritoccate rispetto allo studio successivo. Un’altra spiegazione può essere identificata nel fatto che l’autenticità delle fotografie non ritoccate è stata segnalata in un caso da *hashtag*, percepiti con più facilità come prodotti dagli utenti dei SNS, e nell’altro da *label*, elementi che sembrano aggiunti da un’autorità

esterna, e l'impressione che si genera in chi li vede potrebbe essere diversa (Rodgers et al., 2021). Le partecipanti che hanno beneficiato maggiormente dell'aggiunta del *label* sono state coloro che hanno riportato delle abilità più elevate di *Social Media literacy*, ovvero il grado in cui le persone adottano un'analisi e una valutazione critica delle immagini alle quali vengono esposte sui *Social Media* (McLean et al., 2016a, 2016b). Inoltre, le donne con più bassi livelli di *photo manipulation* hanno riportato un incremento maggiore nell'*appearance satisfaction* in tutte le condizioni (Rodgers et al., 2021). Mentre l'aggiunta di etichette indicanti l'alterazione digitale di una fotografia non è sembrata migliorare l'immagine corporea di chi fruisce di certi contenuti (Fardouly & Holland, 2018; Livingston et al., 2020; McComb et al., 2021); etichettare le immagini "genuine" potrebbe essere un'ulteriore strada da esplorare per la promozione di un rapporto più funzionale con l'immagine corporea (Rodgers et al., 2021).

Gli studi presentati hanno utilizzato campioni di donne e, attualmente, non ci sono dati sugli effetti dei *disclaimer label* sull'immagine corporea maschile (Tiggemann, 2022), nonostante la manipolazione delle fotografie sia collegata all'insoddisfazione corporea in entrambi i generi (Loneragan et al., 2019). Inoltre, se nello studio di Rodgers e collaboratori (2021) coloro che hanno beneficiato maggiormente di *disclaimer label* di una fotografia sono state le donne con più elevati livelli di *Social Media literacy*, potrebbero emergere risultati differenti nel genere maschile. Infatti, in un recente studio (Tamplin et al., 2018), l'esposizione a immagini idealizzate tratte da *Instagram* ha condotto a una diminuzione della soddisfazione corporea in entrambi i generi; tuttavia, mentre nelle donne la *Social Media literacy* ha mitigato gli effetti negativi, negli uomini non è stato osservato alcun effetto protettivo (Tamplin et al., 2018). Anche in questo caso, tale differenza potrebbe essere dovuta al modo di svolgere confronti sociali basati sull'aspetto fisico negli uomini: ad esempio, gli uomini sembrano essere meno critici e più motivati da un desiderio di *self enhancement* quando sono coinvolti in confronti sociali (Franzoi et al., 2012). Negli uomini, i processi di *media literacy* che alterano il realismo di un'immagine idealizzata potrebbero non avere lo stesso effetto di riduzione degli effetti negativi sull'immagine corporea andando a ridurre il confronto sociale verso l'alto, data la tendenza degli uomini a essere più ottimisti verso il raggiungimento degli ideali di bellezza proposti dai *media* (Tamplin et al., 2018). Tale credenza potrebbe sussistere al di là che l'immagine sia percepita come realistica o non (Tamplin et al.,



2018). Inoltre, la soddisfazione corporea degli uomini sembra meno influenzata negativamente dal processo di confronto sociale verso l'alto (Fox & Vendemia, 2016) e questo potrebbe suggerire che l'azione protettiva della *media literacy* sulla soddisfazione corporea, la quale ridurrebbe la presenza di confronti sociali verso l'alto (McLean et al., 2016b), potrebbe funzionare in modo diverso negli uomini (Tamplin et al., 2018) e ciò potrebbe valere anche per la *Social Media literacy*.

#### **2.4.2 Comportamenti di pubblicazione di fotografie e differenze di genere**

Il numero di fotografie pubblicate ogni giorno su *Instagram* è passato da 80 milioni al giorno del 2015 a 95 milioni al giorno nel 2019, coerentemente con l'aumento del numero degli iscritti (Instagram, 2021). La crescente pervasività del fenomeno di pubblicazione di fotografie, in particolar modo dei *selfie*, solleva il quesito del perché le persone scattino e pubblichino fotografie sui *Social Media* (Sung et al., 2016). Sung e collaboratori (2016), esaminando un campione misto di giovani donne e uomini, hanno individuato alcune motivazioni principali: la ricerca di attenzione (ad esempio, postare *selfie* per attirare attenzione, in particolar modo, di potenziali *partner* o per essere conosciuti dagli altri), comunicazione (ad esempio, pubblicare per rimanere in contatto con familiari, parenti e conoscenze o costruire un senso di intimità con questi), *archiving* (ad esempio, pubblicare *selfie* per registrare un momento specifico o speciale della vita o la vita di tutti i giorni) e intrattenimento (ad esempio, pubblicare *selfie* per passare il tempo in un momento di noia). La motivazione relativa alla ricerca di attenzioni è sottostante il bisogno delle persone di validare e affermare il proprio sé tramite l'approvazione degli altri sui SNS (Bazarova & Choi, 2014). Infatti, i *Social Media* consentono di creare un'immagine di sé ideale e ricevere in cambio reazioni positive, come *like*, che possono essere lette come validazioni sociali al proprio sé (Tom & Hancock, 2013). Per quanto riguarda la pubblicazione di fotografie di sé per comunicare con le altre persone, i *selfie* generano spesso commenti e reazioni da parte degli altri utenti, consentendo così di costruire e mantenere relazioni sociali (Sung et al., 2016). In particolar modo, nel genere femminile vi è l'aspettativa di ricevere risposte da parte di altri utenti e di *chattare* brevemente dopo la pubblicazione delle proprie fotografie (Yang & Li, 2014). Per quanto riguarda la motivazione di *archiving*, i SNS sono facili da utilizzare ed efficaci nel mantenimento dei contenuti personali inseriti; quindi, possono essere utilizzati con facilità come archivi personali (Sung et al., 2016). Infine, se le persone pubblicano fotografie per sfuggire alla noia e pubblicano regolarmente, la

pubblicazione potrebbe diventare una semplice abitudine (Yang & Li, 2014). Tutte queste motivazioni presentate sembrerebbero essere collegate sia alla frequenza di pubblicazione (tranne la motivazione di *archiving*), sia alle intenzioni di pubblicazione (Sung et al., 2016). Tuttavia, tutte le motivazioni sono predittive dell'intenzione di pubblicare (tranne quella relativa all'intrattenimento), ma non del comportamento effettivo di pubblicazione; quindi, la motivazione influirebbe sull'intenzione di mettere in atto un certo comportamento, ma tra intenzione e comportamento ci può essere uno iato (Sung et al., 2016).

Il comportamento di pubblicazione di fotografie è influenzato dal genere. Le donne pubblicano più *selfie* di se stesse e di gruppo, rispetto agli uomini, mentre non ci sono differenze tra i due generi nella pubblicazione di fotografie che ritraggono insieme al *partner* (Sorokowski et al., 2015). Dhir e collaboratori (2016) hanno confermato questo dato: il genere femminile sembra più attivo nel fare *selfie*, sia con sia senza altre persone, nel pubblicarli e nel *photo cropping* ed eventualmente modificarli tramite l'*editing*, rispetto al genere maschile (Dhir et al., 2016). Questi comportamenti nel genere femminile potrebbero essere legati a un maggior bisogno di un'autopresentazione come persone fisicamente attraenti o un maggior bisogno di appartenenza al gruppo, motivazioni che sembrano essere socialmente meno rilevanti per gli uomini (Manago et al., 2008). Inoltre, le differenze relative ai comportamenti legati alle fotografie e osservate in relazione alle fasce di età diverse (adolescenti, giovani adulti e adulti) sono risultate essere più marcate nel genere femminile rispetto a quello maschile: gli adolescenti fanno più *selfie* sia individuali sia di gruppo, li postano di più e usano anche più filtri rispetto a giovani adulti e adulti (Dhir et al., 2016). Tuttavia, sia gli adolescenti sia i giovani adulti mettono in atto il comportamento di *photo cropping* nella stessa misura. Anche studi precedenti hanno riportato che le persone giovani fanno più *selfie* delle persone più adulte (Qiu et al., 2015) e che l'età è correlata negativamente alla pubblicazione (Weiser, 2015). Una possibilità è che gli adolescenti e i giovani adulti si impegnino attivamente nel fare *selfie*, pubblicarli e manipolarli come modi per esplorare e costruire le loro identità *online* (Dhir et al., 2016).

## CAPITOLO III

### LA RICERCA

#### 3.1 Obiettivi e ipotesi

L'immagine corporea è la rappresentazione mentale che una persona ha del proprio corpo (Alleva et al., 2015; Shoraka et al., 2019) e comprende componenti cognitive, percettive, affettive e comportamentali (Cash et al., 2002). Tradizionalmente, gli studi in questo ambito si sono concentrati sull'immagine corporea negativa e sulla popolazione femminile, mentre recentemente sono stati maggiormente valorizzati il costrutto di immagine corporea positiva (Smolak & Cash, 2011; Tylka, 2011a, 2012) e le differenze tra uomini e donne, cercando di prendere in esame anche l'orientamento sessuale (Meneguzzo et al., 2021). L'immagine corporea negativa è spesso valutata tramite i livelli di insoddisfazione corporea (Hosseini & Padhy, 2019), i quali risultano caratterizzanti per diversi disturbi psicologici tra cui il DDC e il DDM (Fabris et al., 2022; Hosseini & Padhy, 2019). Nello specifico, il DDC è un disturbo dell'immagine corporea caratterizzato da un'eccessiva preoccupazione per uno o più difetti percepiti nell'aspetto fisico, talvolta minimi o assenti, in risposta alla quale la persona mette in atto comportamenti ripetitivi, come ricerca di rassicurazioni, o azioni mentali, come confronti con l'aspetto fisico altrui (APA, 2013). Vi sono delle differenze tra uomini e donne nel DDC: ad esempio, le preoccupazioni maschili riguardano più frequentemente genitali, corporatura e capelli, mentre quelle femminili riguardano pelle, peso, peli, seno e glutei (Sun & Rieder, 2021). Inoltre, l'insorgenza sembra più precoce nelle donne (Phillips et al., 2006), le quali hanno dimostrato anche un *insight* minore rispetto agli uomini (Malcolm et al., 2021). Il DDM, invece, non è attualmente considerato un disturbo psicologico a sé stante, ma è uno specificatore del DDC ed è caratterizzato da una preoccupazione esagerata per la massa muscolare, la quale si associa a comportamenti ripetitivi manifesti o mentali, come esercizio fisico eccessivo, alimentazione regolata rigidamente o confronti con l'aspetto fisico degli altri (APA, 2013). Sebbene il DDM sia maggiormente diffuso negli uomini, sono stati individuati sintomi anche nelle donne (Hale et al., 2013; Readdy et al., 2011; Robert et al., 2009; Tod et al., 2016). Per quanto riguarda le minoranze sessuali, negli uomini appartenenti alle minoranze sessuali sembra esserci una prevalenza rispettivamente del 5,4% e l'8,8% di DDC e di DDM (Fabris et al., 2022). Per quanto riguarda il DDC, le donne non eterosessuali sembrano avere sintomi più accentuati rispetto alle donne

eterosessuali (Boroughs et al., 2010). L'immagine corporea positiva, invece, è un costrutto multidimensionale che comprende *body appreciation*, *body acceptance*, *body functionality*, *broadly conceptualizing beauty*, un *investment* adattivo nell'apparenza, *inner positivity*, filtraggio delle informazioni in modo protettivo (Alleva et al., 2017; Tylka & Wood-Barcalow, 2015b). Vi sono delle differenze tra uomini e donne: ad esempio, gli uomini sembrano avere livelli di *body appreciation* più elevati rispetto alle donne (He et al., 2020b). Tenendo conto dell'orientamento sessuale, gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali hanno mostrato livelli più bassi di *body appreciation* rispetto agli eterosessuali (Alleva et al., 2018), mentre le donne appartenenti alle minoranze sessuali sembrano avere livelli più elevati rispetto alle eterosessuali, sebbene in misura modesta (Ramseyer Winter et al., 2015). La *self-compassion* è un costrutto associato all'immagine corporea e comprende tre elementi in interazione tra loro: come le persone rispondono alla sofferenza propria (con gentilezza o in modo giudicante); come le persone vivono la propria situazione di esseri umani (parte dell'esperienza umana o isolamento); come le persone si rapportano alla sofferenza stessa (consapevoli della transitorietà dell'esperienza o convinti della permanenza nella condizione spiacevole) (Neff, 2016). Gli uomini sembrano avere più elevati livelli di *self-compassion* rispetto alle donne (Yarnell et al., 2015). Attualmente, vi sono studi limitati sulla relazione tra variabili inerenti all'immagine corporea, *self-compassion* e l'appartenenza a minoranze sessuali.

Negli ultimi anni i *Social Media* sono diventati una presenza pervasiva nella quotidianità delle persone di ogni età, per cui sono fioriti numerosi studi che hanno cercato di comprendere la relazione con l'immagine corporea. Piuttosto che il tempo di utilizzo dei *Social Media* sono le attività che vengono svolte su essi a essere collegate all'immagine corporea, ovvero le attività *appearance focused*, come la condivisione e la visione di fotografie e video, le quali sembrano essere particolarmente deleterie per l'immagine corporea (Cohen et al., 2017; Engeln et al., 2020). Nello specifico i comportamenti basati sulle fotografie, come *photo investment* e *photo manipulation*, risultano collegati all'insoddisfazione corporea (McLean et al., 2015), sia nelle donne, le quali sembrano impegnarsi maggiormente in comportamenti di alterazione di fotografie (Lonergan et al., 2019; Tiggemann et al., 2020), sia negli uomini (Lonergan et al., 2019; Modica, 2020). La *self-compassion* è stata considerata una possibile variabile moderatrice tra comportamenti basati sulle fotografie e l'insoddisfazione corporea in uomini e donne (Lonergan et al., 2019), alla luce di uno studio in cui le

donne che hanno visto immagini di corpi idealizzati e frasi sulla *self-compassion* hanno riportato livelli più elevati di *body satisfaction*, rispetto a coloro che hanno visto solo le immagini idealizzate, suggerendo così che la *self-compassion* potrebbe mitigare l'effetto negativo dell'esposizione ai *Social Media* (Slater et al., 2017). Al contrario, non risultano disponibili degli studi che abbiano valutato il ruolo moderatore dell'immagine corporea positiva, la quale si presenta come un fattore protettivo per il benessere individuale (Tylka & Wood-Barcalow, 2015b).

A partire dagli studi precedenti, il presente studio si è posto un primo obiettivo di indagare le differenze nell'immagine corporea negativa, misurata come manifestazioni legate al DDC e al DDM, nell'immagine corporea positiva, misurata come *body appreciation*, nella *self-compassion* e nel comportamento di pubblicazione di fotografie, prendendo in esame un campione tratto dalla popolazione italiana e composto da persone *cisgender* suddivise in base al loro orientamento sessuale, le quali hanno dichiarato di essere attive nella condivisione delle fotografie sui *Social Media*. Inoltre, si è posto un secondo obiettivo, ovvero di indagare le associazioni tra l'immagine corporea negativa, indagata come preoccupazioni dimorfofobiche e preoccupazioni relative alla quantità di massa muscolare, e i comportamenti di pubblicazione delle fotografie, quali *photo manipulation* e *photo investment*, includendo il possibile ruolo di variabile moderatrice dell'immagine corporea positiva e della *self-compassion* nelle donne e negli uomini *cisgender* eterosessuali del campione. Il primo obiettivo dello studio è in parte confermativo, in quanto: è possibile ipotizzare livelli più elevati nelle dimensioni relative all'immagine corporea negativa negli uomini appartenenti alle minoranze sessuali, similmente alle donne eterosessuali, rispetto agli uomini eterosessuali e alle donne appartenenti alle minoranze sessuali, sulla base degli studi precedenti (Alleva et al., 2018; Carper et al., 2010; Davids & Green, 2011; Gil, 2007; Jankowski et al., 2014; Lakkis et al., 1999; Tiggemann et al., 2007); è possibile ipotizzare più elevati livelli di *photo investment* e *photo manipulation* nelle donne, rispetto alla controparte maschile (Lonergan et al., 2019; Tiggemann et al., 2020); è possibile ipotizzare livelli più elevati nelle dimensioni relative all'immagine corporea positiva negli uomini eterosessuali rispetto alle donne (He et al., 2020b) e rispetto alle minoranze sessuali maschili (Alleva et al., 2018); è possibile ipotizzare livelli di *self-compassion* più elevati negli uomini rispetto alle donne (Yarnell et al., 2015, 2019). In parte, il primo obiettivo è anche esplorativo, dato che non sono stati studiati i comportamenti di pubblicazione di fotografie nelle minoranze sessuali e gli studi sulle

manifestazioni legate al DDC e al DDM in relazione alle minoranze sessuali sono limitati (Boroughs et al., 2010; Fabris et al., 2022; Nagata et al., 2021). Allo stesso modo, il secondo obiettivo è in parte confermativo; quindi, ci si attende che sussista una relazione tra immagine corporea negativa e comportamenti basati sulle fotografie (Beos et al., 2021; Lonergan et al., 2019; McLean et al., 2015; Modica, 2020; Tiggemann et al., 2020). Per quanto riguarda la *self-compassion*, viene ulteriormente esplorata la possibilità che sia o meno una variabile con un ruolo di moderazione (Lonergan et al., 2019; Slater et al., 2017). In parte, anche il secondo obiettivo è anche esplorativo, in quanto non è stata indagata attualmente la relazione tra le dimensioni di DDC e MDD e i comportamenti basati sulle fotografie e non è stato sondato il ruolo moderatore dell'immagine corporea positiva nella suddetta relazione.

## **3.2 Metodo**

### **3.2.1 Partecipanti**

Alla ricerca hanno preso parte 885 persone appartenenti alla popolazione generale, di cui 449 donne *cisgender* (56,4%) e 386 uomini *cisgender* (43,6%). Per quanto riguarda l'orientamento sessuale, 834 persone (94,2%) si sono definite come eterosessuali mentre 51 persone (5,8%) come appartenenti a una minoranza sessuale, specificatamente 19 persone (2,1%) si sono definite omosessuali, 20 (2,3%) bisessuali, 7 (0,8%) hanno preferito non rispondere e 5 (0,6%) non si sono riconosciute nelle categorie presentate. Gli uomini eterosessuali hanno dichiarato un'età compresa tra i 22 e 76 anni ( $M = 40$ ;  $DS = 11,9$ ) e una frequenza scolastica compresa tra 5 e 27 anni ( $M = 14,4$ ;  $DS = 3,43$ ); le donne eterosessuali hanno dichiarato un'età compresa tra i 20 e 75 anni ( $M = 39,8$ ;  $DS = 12,9$ ) e una frequenza scolastica compresa tra 6 e 24 anni ( $M = 15,1$ ;  $DS = 3,01$ ); gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali hanno dichiarato un'età compresa tra i 22 e 57 anni ( $M = 41,4$ ;  $DS = 9,82$ ) e una frequenza scolastica compresa tra 8 e 18 anni ( $M = 14,6$ ;  $DS = 3,50$ ); le donne appartenenti alle minoranze sessuali hanno dichiarato un'età compresa tra i 21 e 46 anni ( $M = 30$ ;  $DS = 7,63$ ) e una frequenza scolastica compresa tra 8 e 21 anni ( $M = 16,2$ ;  $DS = 2,42$ ). Per quanto riguarda lo stato civile, 215 partecipanti (24,3%) hanno indicato di essere *single*, 173 (19,5%) di essere fidanzati/e o non conviventi e 423 (47,8%) di essere sposati/e o conviventi, 51 (5,8%) di essere separati/e o divorziati/e, 9 (1,0%) di essere vedovi/e e 14 (1,6%) non si sono riconosciuti/e nelle categorie presentate. In riferimento al tipo di occupazione, 141 (16,0%) partecipanti hanno dichiarato di essere studenti/studentesse, 494 di lavorare a

tempo pieno (55,9%), 71 (8,0%) *part-time*, 45 (5,1%) a tempo determinato o precario, 31 (3,5%) di essere casalingo/a, 18 (2,0%) disoccupato/a, 30 (3,4) pensionato/a e 55 (6,1%) non si sono riconosciuti nelle categorie presentate. Tutti i partecipanti inclusi nel campione hanno dichiarato (1) di scattare e pubblicare fotografie che li ritraggono da soli, (2) di pubblicare fotografie che li ritraggono insieme ad altre persone o (3) di pubblicare scattate da altre persone fotografie che li ritraggono da soli, almeno una volta all'anno e all'interno dei *Social Media*, come *Facebook*, *Instagram* e *TikTok*.

### **3.2.2 Procedura**

La ricerca è stata condotta a seguito dell'approvazione da parte del Comitato Etico della Ricerca Psicologica Area 17 dell'Università degli Studi di Padova. I partecipanti allo studio sono stati reclutati all'interno della Scuola di Psicologia dell'Università degli Studi di Padova durante i corsi di Psicodiagnostica Clinica e tramite le conoscenze personali degli studenti. Le studentesse e gli studenti hanno preso parte alla ricerca tramite un *link*, condiviso su *Moodle*, e hanno condiviso il *link* alle loro conoscenze personali. Prima dell'inizio della ricerca, i partecipanti hanno letto e fornito *online*, tramite *link*, il consenso informato a prendere parte alla ricerca, sono stati informati circa la riservatezza dei propri dati personali e in merito alla possibilità di ritirarsi in qualsiasi momento, senza dover fornire spiegazioni e senza ricevere alcuna penalizzazione. Successivamente, ai partecipanti è stato chiesto di compilare una batteria di questionari *self-report*, costituita da una scheda informativa e dai questionari descritti nel paragrafo successivo, accessibile tramite *link*. Prima della compilazione della batteria, ai partecipanti è stato chiesto di creare e indicare un codice personale formato dalle iniziali del nome e cognome e la data di nascita per esteso (ad esempio, una persona di nome Mario Rossi nata il 09/04/1987 avrebbe come codice identificativo MR09041987) al fine di poter tutelare la loro *privacy*.

### **3.2.3 Strumenti**

#### **❖ Scheda Informativa**

La scheda informativa richiede ai partecipanti di fornire dati anagrafici relativamente all'età, al sesso biologico assegnato alla nascita, allo stato civile, all'occupazione e al livello di scolarità. Inoltre, richiede di indicare l'identità di genere, l'orientamento sessuale, il peso e l'altezza. Nella scheda informativa viene chiesto di indicare e specificare la presenza di eventuali problematiche di tipo psicologico attuali o passate,

di malattie fisiche e/o malattie neurologiche e l'eventuale assunzione di farmaci. Viene chiesto di selezionare all'interno di una lista su quali *Social Media* i partecipanti pubblicano e condividono fotografie e immagini che li ritraggono e, successivamente, di indicare la frequenza, (0 = "Mai", 1 = "Una volta all'anno", 2 = "Una volta al mese", 3 = "Una volta a settimana", 4 = "Una volta al giorno", 5 = "Più di una volta al giorno"), relativa alla pubblicazione di fotografie (1) scattate da soli e ritraenti solo se stessi, (2) scattate da soli e ritraenti se stessi con altre persone e (3) scattate da altre persone e ritraenti solo se stessi.

❖ **Italian - Body Image Concern Inventory** (BICI; Littleton et al., 2005; I-BICI; versione italiana a cura di Luca et al., 2011)

Il BICI (Littleton et al., 2005), nella versione italiana I-BICI (Luca et al., 2011), è un questionario *self-report* composto da 19 *item* volto a indagare la possibile presenza di sintomi relativi al DDC e preoccupazioni dismorfofobiche, mediante la valutazione della possibile presenza di preoccupazioni, insoddisfazione, comportamenti di controllo e camuffamento, ricerca di rassicurazioni, preoccupazioni sociali ed evitamento relativamente all'aspetto fisico di una persona. Alla persona viene chiesto di indicare il proprio grado di accordo con le affermazioni contenute negli *item* secondo una scala *Likert* a 5 punti (da 1 = "Mai" a 5 = "Sempre"). Alcuni esempi di *item* sono "Esito ad impegnarmi in attività sociali quando sono insoddisfatto/a del mio aspetto", "Mi vergogno di alcune parti del mio corpo" e "Ho evitato di guardarmi allo specchio". Gli *item* sia nella versione originale dello strumento (Littleton et al., 2005) sia nella versione italiana (Luca et al., 2011) possono dare luce a un punteggio totale e si possono raggruppare in due sottoscale: la *dysmorphic symptoms* che valuta l'insoddisfazione riguardo l'aspetto fisico che una persona prova, i comportamenti di controllo e camuffamento del difetto percepito e la *symptom interference* che valuta quanto la preoccupazione relativa all'aspetto fisico interferisce con il funzionamento della persona, come evitare le attività sociali. Per quanto riguarda le proprietà psicometriche dello strumento, sia la versione originale (Littleton et al., 2005) sia la versione italiana (Luca et al., 2011) mostrano una coerenza interna buona, misurata tramite l' $\alpha$  di *Cronbach*: nella versione originale (Littleton et al., 2005)  $\alpha$  di *Cronbach* risulta pari a 0,93 per il totale, 0,92 per la sottoscala *dysmorphic symptoms* e 0,76 per la sottoscala *symptom interference*; nella versione italiana (Luca et al., 2011)  $\alpha$  di *Cronbach* risulta pari a 0,91 per il totale, 0,90 per la sottoscala *dysmorphic symptoms* e 0,79 per la



sottoscala *symptom interference*. Nel presente studio, la coerenza interna del punteggio totale, misurata tramite il coefficiente omega ( $\omega$ ) di *McDonald*, è risultata pari a 0,94.

❖ ***Muscle Dysmorphic Disorder Inventory*** (MDDI; Schlundt et al., 2000; Hildebrandt et al., 2004; versione italiana a cura di Santarnecchi & Dèttore, 2012; Cerea et al., 2022)

La prima versione del questionario *self-report Muscle Dysmorphic Disorder Inventory* (Schlundt et al., 2000), sviluppata per indagare i sintomi di DDM, è composta da 16 *item*, basati sui criteri di ricerca per il DDM, ma non includenti un'assessment del *functional impairment*, una delle caratteristiche fondamentali di questo disturbo psicologico. Quindi, Hildebrandt e collaboratori (2004) hanno sviluppato una successiva versione con 13 *item* includendo anche una valutazione del *functional impairment*, la quale è stata impiegata nello studio. In questa seconda versione del MDDI viene chiesto alla persona di indicare il proprio grado di accordo con le affermazioni contenute negli *item* utilizzando una scala *Likert* a 5 punti (da 1 = “Mai” a 5 = “Sempre”). Gli *item* che compongono il questionario possono dare alla luce un punteggio totale e possono essere suddivisi in 3 sottoscale: *drive for size* che indaga quanto la persona pensa di essere esile, debole o meno muscolosa rispetto a quanto desidera e il desiderio di essere più muscolosi (ad esempio, attraverso *item* come “Penso che il mio fisico sia troppo esile”); *appearance intolerance* che indaga la presenza di pensieri negativi e ansia relativamente al proprio corpo (ad esempio, attraverso *item* come “Odio il mio fisico”); *functional impairment* che indaga la presenza di un eccessivo esercizio fisico o comportamenti eccessivi volti a mantenere la *routine* di allenamento e che interferiscono con le attività sociali (ad esempio, attraverso *item* come “Perdo occasioni di fare nuove amicizie per rispettare il mio programma di allenamento”). Per quanto riguarda le proprietà psicometriche, la versione di Hildebrandt e collaboratori (2004) ha presentato una buona coerenza interna, misurata tramite  $\alpha$  di *Cronbach* e pari a 0,81 per il punteggio totale, 0,85 per la scala *drive for size*, 0,77 per la scala *appearance intolerance* e 0,01 per la scala *functional impairment*. La versione italiana tradotta, adattata e validata per le donne (Cerea et al., 2022) ha mostrato una buona coerenza interna, misurata tramite  $\omega$  di *McDonald*, sia nel campione di donne *non-competing bodybuilding/powerlifting* ( $\omega=0,79$  per il punteggio totale;  $\omega=0,82$  per la scala *drive for size*;  $\omega=0,87$  per la scala *appearance intolerance* e  $\omega=0,88$  per la scala *functional impairment*) sia nel campione di donne che fanno attività fisica diversa da *bodybuilding/powerlifting* ( $\omega=0,76$  per il punteggio totale;  $\omega=0,71$  per la

scala *drive for size*;  $\omega=0,86$  per la scala *appearance intolerance* e  $\omega=0,82$  per la scala *functional impairment*). Inoltre, tale strumento (Cerea et al., 2022) ha mostrato una buona stabilità temporale (tra la prima compilazione e la seconda vi è stato un intervallo di tempo di un mese) sia nel campione di donne *non-competing bodybuilding/powerlifting* ( $r=0,93$  per il punteggio totale;  $r=0,90$  per la scala *drive for size*;  $r=0,94$  per la scala *appearance intolerance* e  $r=0,88$  per la scala *functional impairment*) sia in quello di donne che praticano un'attività fisica diversa da *bodybuilding/powerlifting* ( $r=0,95$  per il punteggio totale;  $r=0,92$  per la scala *drive for size*;  $r=0,92$  per la scala *appearance intolerance* e  $r=0,93$  per la scala *functional impairment*). Per quanto la versione italiana tradotta, adattata e validata per gli uomini (Santarneccchi & Dèttore, 2012), essa ha mostrato una  $\alpha$  di Cronbach pari a 0,85 per il punteggio totale, 0,80 per la scala *drive for size*, 0,45 per la scala *appearance intolerance* e 0,81 per la scala *functional impairment* nel campione di uomini *competing bodybuilders*. Inoltre, ha mostrato una buona stabilità temporale sia nel campione di uomini *competing bodybuilders* ( $r=0,62$  per il punteggio totale;  $r=0,83$  per la scala *drive for size*;  $r=0,79$  per la scala *appearance intolerance* e  $r=0,82$  per la scala *functional impairment*) sia nel campione di uomini *non-competing* ( $r=0,99$  per il punteggio totale;  $r=0,97$  per la scala *drive for size*;  $r=0,83$  per la scala *appearance intolerance* e  $r=0,85$  per la scala *functional impairment*). Nel presente studio, la coerenza interna del punteggio totale, misurata tramite  $\omega$  di McDonald, è risultata pari a 0,80.

❖ **Photo Investment Scale** (PIS; McLean et al., 2015; versione italiana a cura di Mancin et al., in preparation)

La PIS è un questionario *self-report* composto da 8 *item* su scala visuo-analogica (da 0 a 100) volto a indagare l'*investment* e l'impegno che le persone mettono nella scelta delle fotografie di se stesse da condividere *online* o sui *Social Media* e le possibili preoccupazioni relative a tali condivisioni. Alla persona viene chiesto di indicare il grado di accordo relativamente a due affermazioni opposte (ad esempio, "E' facile scegliere la foto" vs. "E' difficile scegliere la foto" e "Non mi interessa quali foto pubblico/condivido" vs. "Scelgo attentamente la miglior foto da pubblicare/condividere"), per esprimere il proprio grado di accordo. Per quanto riguarda le proprietà psicometriche, la versione originale dello strumento (McLean et al., 2015) presenta una buona coerenza interna, misurata tramite l' $\alpha$  di Cronbach e pari a 0,85, e una buona stabilità temporale, misurata tramite l'*Intraclass Correlation* (ICC) e pari a

0,93. Anche la versione italiana presenta delle buone proprietà psicometriche, nello specifico la coerenza interna, la stabilità temporale e la validità convergente sono risultate buone (Mancin et al., in *preparation*). Nel presente studio, la coerenza interna, misurata tramite l' $\omega$  di McDonald, è risultata pari a 0,80.

❖ ***Photo Manipulation Scale-Revised*** (PMS; McLean et al., 2015; PMS-R; versione italiana a cura di Gioia et al., 2021)

La PMS (McLean et al., 2015) è un questionario *self-report* composto da 10 *item* volto a indagare la frequenza con cui una persona mette in atto comportamenti di *editing* di una fotografia prima di condividerla *online*. Nella versione italiana, PMS-R (Gioia et al., 2021), sono presenti 8 *item*. Alla persona viene chiesto di indicare con quale frequenza mette in atto i comportamenti descritti negli *item* secondo una scala *Likert* a 5 punti (da 1 = “Mai” a 5 = “Sempre”). Alcuni esempi di *item* sono “Quanto spesso ti rendi più magro/a?”, “Quanto spesso modifichi o usi applicazioni per rendere la pelle omogenea?” e “Quanto spesso usi filtri interattivi/effetti (per esempio, orecchie, naso e bocca da cagnolino, corona di fiori, ecc.)?”. Gli *item* della PMS-R (Gioia et al., 2021) possono dare luce a un punteggio totale e a un punteggio relativo a 3 sottoscale: *photo filter use* che indaga la frequenza dell’utilizzo di filtri per modificare o aggiustare l’aspetto generale di una fotografia; *body image manipulation* che indaga la frequenza con cui specifiche parti del corpo vengono modificate nelle fotografie con il fine di farle sembrare più magre o più grosse; *facial image modification* che indaga la frequenza con cui vengono corrette digitalmente imperfezioni della pelle per migliorare l’aspetto del viso. Per quanto riguarda le proprietà psicometriche, la PMS (McLean et al., 2015) possiede una buona coerenza interna, misurata con  $\alpha$  di *Cronbach* e pari a 0,85, e una buona stabilità temporale, misurata con ICC e pari a 0,74. Anche la PMS-R (Gioia et al., 2021) mostra una buona coerenza interna, misurata tramite l’ $\alpha$  di *Cronbach*, e pari a 0,80, così come le sottoscale ( $\alpha$  di *Cronbach* pari a 0,67 per *photo filter use*, pari a 0,75 per *body image manipulation* e pari a 0,74 per *facial image modification*; Gioia et al., 2021). Nel presente studio, la coerenza interna per il punteggio totale, misurata tramite l’ $\omega$  di McDonald, è risultata pari a 0,82.

❖ ***Self-compassion Scale*** (SCS; Neff, 2003; versione italiana a cura di Veneziani et al., 2017)

La SCS, sia nella versione originale (Neff, 2003), sia in quella italiana (Veneziani et al., 2017), è un questionario *self-report* composto da 26 *item* volto a indagare la *self-compassion* di una persona, definita come un atteggiamento positivo in risposta alle difficoltà e alla sofferenza esperita nella vita quotidiana (Neff, 2003). Alla persona viene chiesto di indicare con quale frequenza mette in atto i comportamenti descritti negli *item* secondo una scala *Likert* a 5 punti (da 1 = “Quasi Mai” a 5 = “Quasi Sempre”). Gli *item* sono organizzati su 6 sottoscale, dato che il costrutto di *self-compassion* include 3 componenti bipolari: *self-kindness* che valuta l’atteggiamento di gentilezza e comprensione verso se stessi, nonostante i propri limiti e fallimenti (esempio di *item*: “Sono gentile con me stesso/a quando sto soffrendo”); *self-judgment* che valuta la presenza di un atteggiamento fortemente critico nei confronti del sé (esempio di *item*: “Sono critico/a e severo/a nei confronti dei miei difetti e delle mie inadeguatezze”); *common humanity* che valuta la consapevolezza che le esperienze negative di una persona sono parte dell’esistenza umana e sono condivise da tutti gli esseri umani (esempio di *item*: “Quando le cose mi vanno male, vedo le difficoltà come una parte della vita che tutti devono attraversare”); *isolation* che valuta l’esperienza di isolamento dagli altri esseri umani nei momenti di difficoltà e di sofferenza, vissuti come anomali e non comuni all’esperienza degli altri esseri umani (esempio di *item*: “Quando mi sento giù, ho l’impressione che la maggior parte delle altre persone sia probabilmente più felice di me”); la *mindfulness* che valuta la capacità di mantenere in modo consapevole ed equilibrato pensieri e sentimenti di dolore (esempio di *item*: “Quando accade qualcosa di doloroso, cerco di tenere una visione equilibrata della situazione”); *over-identification* che valuta quanto la persona tende a identificarsi con le proprie difficoltà (esempio di *item*: “Quando non riesco in qualcosa che è importante per me, sono logorato/a da sentimenti di inadeguatezza”). Per quanto riguarda le proprietà psicometriche dello strumento, la versione originale presenta una buona coerenza interna, misurata tramite  $\alpha$  di *Cronbach* e pari a 0,92 per il totale, 0,78 per la scala *self-kindness*, 0,77 per la scala *self-judgment*, 0,80 per la scala *common humanity*, 0,79 per la scala *isolation*, 0,75 per la scala *mindfulness* e 0,81 per la scala *over-identification* (Neff, 2003). Anche la versione italiana presenta una buona coerenza interna, misurata tramite  $\alpha$  di *Cronbach* e pari a 0,90 per il totale, 0,78 per la scala *self-kindness*, 0,75 per la scala *self-judgment*, 0,69 per la scala *common humanity*, 0,73 per la scala *isolation*,

0,75 per la scala *mindfulness* e 0,74 per la scala *over-identification* (Veneziani et al., 2017). Nel presente studio, la coerenza interna per il punteggio totale, misurata tramite l' $\omega$  di *McDonald*, è risultata pari a 0,92.

❖ ***Body Appreciation Scale-2*** (BAS-2; Tylka & Wood-Barcalow, 2015a; versione italiana a cura di Casale et al., 2021)

La BAS-2 è un questionario *self-report* composto da 10 *item* volto a indagare la *body appreciation* di una persona, ovvero l'atteggiamento favorevole di accettazione e di rispetto verso il proprio corpo e di rifiuto degli ideali di bellezza proposti dai *media* come unica forma di bellezza (Tylka & Wood-Barcalow, 2015a). Alla persona viene chiesto di indicare il proprio grado di accordo con le affermazioni contenute negli *item* secondo una scala *Likert* a 5 punti (da 1 = "Mai" a 5 = "Sempre"). Alcuni esempi di *item* sono "Io rispetto il mio corpo" e "Io provo amore per il mio corpo". Per quanto riguarda le proprietà psicometriche, la versione originale (Tylka & Wood-Barcalow, 2015a) ha mostrato una buona coerenza interna, misurata tramite  $\alpha$  di *Cronbach* e pari a 0,94 nel campione femminile e 0,93 nel campione maschile, e una buona stabilità temporale, misurata tramite ICC pari a 0,90 nel campione sia femminile che maschile. Anche la versione italiana dello strumento ha mostrato una buona coerenza interna, misurata tramite  $\alpha$  di *Cronbach* e l' $\omega$  di *McDonald*, assumendo valori pari a 0,93 nel campione femminile e 0,89 in quello maschile (Casale et al., 2021). Nel presente studio, la coerenza interna, misurata tramite l' $\omega$  di *McDonald*, è risultata pari a 0,94.

❖ ***Depression Anxiety Stress Scale-21*** (DASS-21; Lovibond & Lovibond, 1995; versione italiana a cura di Bottesi et al., 2015)

La DASS-21 (Bottesi et al., 2015), versione ridotta e validata per la popolazione italiana dello strumento originale a 42 *item* realizzato da Lovibond e Lovibond (1995), è un questionario *self-report* composto da 21 *item* volto a indagare i livelli specifici di depressione, ansia e *stress* e il livello di *distress* generale esperiti da una persona negli ultimi 7 giorni. Alla persona viene chiesto di indicare, secondo una scala *Likert* a 4 punti (da 0 = "Non mi è accaduto" a 3 = "Mi è capitato quasi sempre"), con quale frequenza negli ultimi 7 giorni si è trovata nella specifica situazione descritta dagli *item*. Gli *item* sono organizzati su 3 scale che indagano rispettivamente i livelli di depressione (esempio di *item*: "Mi sono sentito scoraggiato e depresso"), di ansia (esempio di *item*: "Ho percepito distintamente il battito del mio cuore senza aver fatto uno sforzo fisico

(per esempio battito cardiaco accelerato o perdita di battito”) e di *stress* (esempio di *item*: “Mi sono sentito stressato”). Il punteggio totale alla DASS-21 è risultato essere indicativo del livello di *distress* generale esperito. Per quanto riguarda le proprietà psicometriche, sia la versione originale dello strumento (Lovibond & Lovibond, 1995) sia la versione italiana (Bottesini et al., 2015) hanno mostrato una buona affidabilità, misurata tramite  $\alpha$  di *Cronbach* e con valori di  $\alpha$  compresi tra 0,73 e 0,81 nella versione originale in campioni non clinici e con valori di  $\alpha$  compresi tra 0,74 e 0,92 nella versione italiana. Nel presente studio, la coerenza interna per il punteggio totale, misurata tramite l' $\omega$  di *McDonald*, è risultata pari a 0,94.

### 3.3 Analisi dei dati

Le analisi dei dati sono state condotte mediante l'utilizzo del *software* statistico *Jamovi* per *Windows* (versione 2.2.5) (*The Jamovi Project*, 2021). Inizialmente, sono state eseguite le analisi descrittive dell'intero campione in merito alle informazioni socio-anagrafiche. In seguito, per analizzare le possibili differenze nelle variabili di interesse tra donne e uomini, considerando anche l'orientamento sessuale e rispondendo così al primo obiettivo di ricerca, sono state condotte delle analisi non parametriche tramite il *test Kruskal Wallis*, data la numerosità ristretta dei due gruppi relativi alle minoranze sessuali. Come minoranze sessuali sono state considerate le persone che hanno indicato un orientamento sessuale diverso da quello eterosessuale. Le variabili considerate sono state l'età e la frequenza scolastica, quali variabili socio-anagrafiche; il punteggio totale alla DASS-21; il punteggio totale all'I-BICI e al MDDI, quali variabili legate all'immagine corporea negativa, specificatamente ai sintomi del DDC e del DDM; i punteggi totali alla PIS e alla PMS-R, quali variabili legate ai comportamenti basati sulle fotografie; il punteggio totale alla BAS-2, quale variabile legata all'immagine corporea positiva; il punteggio totale alla SCS, quale variabile legata al costrutto di *self-compassion*. Inoltre, per poter discriminare i gruppi (uomini eterosessuali, donne eterosessuali, uomini appartenenti alle minoranze sessuali e donne appartenenti alle minoranze sessuali) che differiscono significativamente tra loro e la direzione di tale differenza, emersa tramite il *test Kruskal Wallis*, sono stati eseguiti dei confronti *post-hoc* tramite il *test Dwass-Steel-Critchlow-Fligner*. In seguito, sono state condotte delle analisi correlazionali mediante il *test r* di *Pearson* per indagare le relazioni esistenti tra le variabili di interesse (età, la frequenza scolastica, punteggio totale alla DASS-21; i punteggi totali all'I-BICI e al MDDI, punteggi totali alla PIS e alla PMS-R, punteggio

totale alla BAS-2, punteggio totale alla SCS), focalizzandosi separatamente ed esclusivamente su donne *cisgender* eterosessuali e uomini *cisgender* eterosessuali, data la numerosità ristretta delle minoranze sessuali. Seguendo la classificazione fornita da Cohen (1988), sono considerate deboli le correlazioni  $\leq$  a 0,10, moderate quelle intorno a 0,30 e forti quelle intorno a 0,50. Dato l'elevata numerosità delle variabili considerate, sono state prese in considerazione unicamente le correlazioni che fossero almeno moderate ( $\leq$  0,30) e che fossero statisticamente significative, sia per l'inserimento delle variabili nei modelli di regressione, sia per calcolare l'interazione tra le variabili moderatrici da inserire nel modello. Successivamente, sulla base dei risultati emersi dalle analisi correlazionali, è stata condotta un'analisi di regressione gerarchica a blocchi separatamente su donne *cisgender* eterosessuali e uomini *cisgender* eterosessuali, per rispondere al secondo obiettivo di ricerca. In entrambi i gruppi, una regressione ha contenuto come variabile dipendente (VD) il punteggio totale all'I-BICI, mentre l'altra il punteggio totale al MDDI. Come variabili indipendenti (VI), nel primo blocco sono state inserite le variabili socio-anagrafiche e il punteggio totale alla DASS-21 come variabili di controllo. Nel secondo blocco sono stati inseriti il punteggio totale alla PIS e alla PMS-R, mentre nel terzo blocco sono stati inseriti il punteggio totale alla BAS-2 e alla SCS. Infine, allo scopo di valutare la moderazione, sono state inserite nel quarto blocco le interazioni tra il punteggio totale alla BAS-2 e alla SCS e il punteggio totale alla PIS (VI) e alla PMS (VI). Prima di inserire il punteggio totale alle PIS, alla PMS-R, alla BAS-2 e alla SCS e calcolare le loro interazioni, i suddetti punteggi sono stati trasformati in punti  $z$  per ridurre la multicollinearità nel modello.

### **3.4 Risultati**

#### **3.4.1 Analisi non parametriche (*Kruskal Wallis*)**

Utilizzando il *test* non parametrico *Kruskal Wallis*, sono state indagate le differenze tra uomini e donne *cisgender* eterosessuali e uomini e donne *cisgender* appartenenti alle minoranze sessuali (genere = sesso biologico = VI) in merito all'età e alla frequenza scolastica, al punteggio totale alla DASS-21, all'I-BICI, al MDDI, alla PIS, alla PMS-R, alla BAS-2 e alla SCS (VD). Sono emerse delle differenze statisticamente significative in tutte le variabili di interesse, tranne nel punteggio totale al MDDI. In seguito, sono stati applicati i confronti *post-hoc* tramite *Dwass-Steel-Critchlow-Fligner* per approfondire le differenze esistenti fra i gruppi. I dati sono riportati in Tabella 1a,

mentre i dati relativi ai punteggi medi ottenuti e alle *deviazioni standard*, sono riportati in Tabella 1b.

	UE(1) Mediana	DE(2) Mediana	USM(3) Mediana	DSM(4) Mediana	$\chi^2$	gdl	<i>p</i>	$\varepsilon^2$	<i>Post hoc</i>
<b>età</b>	40,00	37,00	39,00	30,00	31,89	3	<b>&lt;0,001</b>	0,04	1>2; 1>4; 2>4; 3>4; 1=3; 2=3
<b>freq. scolastica</b>	13,00	16,00	13,00	16,00	12,84	3	<b>0,01</b>	0,01	1<2; 1<4; 1=3; 2=3; 2=4; 3=4
<b>DASS-21 tot</b>	15,00	18,00	15,00	21,50	12,36	3	<b>0,01</b>	0,01	1<2; 1=3; 1=4; 2=3; 2=4; 3=4
<b>I-BICI tot</b>	32,00	44,00	35,00	52,50	148,78	3	<b>&lt;0,001</b>	0,17	1<2; 1<4; 1=3; 2=3; 2=4; 3=4
<b>MDDI tot</b>	21,00	21,00	25,00	24,50	6,61	3	0,09	0,01	1=2; 1=3; 1=4; 2=3; 2=4; 3=4
<b>PIS tot</b>	42,30	52,50	55,90	59,40	62,43	3	<b>&lt;0,001</b>	0,07	1<2; 1<3; 1<4; 2=3; 2=4; 3=4
<b>PMS-R tot</b>	1,11	1,39	1,22	1,86	77,23	3	<b>&lt;0,001</b>	0,09	1<2; 1<4; 1=3; 2=3; 2=4; 3=4
<b>BAS-2 tot</b>	3,70	3,40	4,10	3,35	23,54	3	<b>&lt;0,001</b>	0,03	1>2; 1=3; 1=4; 2=3; 2=4; 3=4
<b>SCS tot</b>	3,23	3,00	3,61	2,85	34,32	3	<b>&lt;0,001</b>	0,04	1>2; 1>4; 3>2; 3>4; 1=3; 2=4

**Tabella 1a:** Confronti tra uomini/donne eterosessuali e uomini/donne appartenenti alle minoranze sessuali in merito alle variabili di interesse

Legenda: UE = uomini eterosessuali; DE = donne eterosessuali; USM = uomini appartenenti alle minoranze sessuali; DSM = donne appartenenti alle minoranze sessuali; DASS-21 = *Depression Anxiety Stress Scale-21*; I-BICI = *Italian Body Image Concern Inventory*; MDDI = *Muscle Dysmorphic Disorder Inventory*; PIS = *Photo Investment Scale*; PMS-R = *Photo Manipulation Scale Revised*; BAS-2 = *Body Appreciation Scale-2*; SCS = *Self Compassion Scale*

Per quanto concerne l'età, gli uomini eterosessuali hanno un'età maggiore sia delle donne eterosessuali sia delle donne appartenenti alle minoranze sessuali; anche le donne eterosessuali e gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali hanno un'età maggiore



rispetto a quella delle donne appartenenti alle minoranze sessuali. L'età degli uomini appartenenti alle minoranze sessuali non è risultata significativamente diversa da quella di uomini e donne eterosessuali. Per quanto concerne la frequenza scolastica, gli uomini eterosessuali hanno riportato una frequenza scolastica inferiore sia alle donne eterosessuali sia a quelle appartenenti alle minoranze sessuali. La frequenza scolastica degli uomini appartenenti alle minoranze sessuali non è risultata significativamente diversa da quella di uomini e donne eterosessuali; inoltre, la frequenza scolastica delle donne appartenenti alle minoranze sessuali non è risultata significativamente diversa da quella sia delle donne eterosessuali sia degli uomini appartenenti alle minoranze sessuali. Per quanto concerne il punteggio totale alla DASS-21, gli uomini eterosessuali hanno riportato livelli più bassi rispetto alle donne eterosessuali. Il punteggio totale alla DASS-21 degli uomini appartenenti alle minoranze sessuali non è risultato significativamente diverso da quello sia di donne eterosessuali sia di uomini eterosessuali. Inoltre, il punteggio totale alla DASS-21 delle donne appartenenti alle minoranze sessuali non è risultato significativamente diverso da quello sia di donne eterosessuali sia di uomini eterosessuali che appartenenti alle minoranze sessuali. Inoltre, in base al punteggio totale ottenuto all'I-BICI, gli uomini eterosessuali hanno riportato livelli più bassi rispetto alle donne, siano esse eterosessuali o appartenenti alle minoranze sessuali. Il punteggio totale all'I-BICI degli uomini appartenenti alle minoranze sessuali non è risultato significativamente diverso da quello sia delle donne eterosessuali sia degli uomini eterosessuali. Il punteggio totale all'I-BICI delle donne appartenenti alle minoranze sessuali non è risultato significativamente diverso da quello degli uomini eterosessuali che appartenenti alle minoranze sessuali. Non sono emerse differenze significative tra alcun gruppo relativamente ai sintomi di DDM. Per quanto riguarda i punteggi ottenuti alla PIS, gli uomini eterosessuali hanno mostrato livelli più bassi rispetto alle donne eterosessuali che appartenenti alle minoranze sessuali e agli uomini appartenenti alle minoranze sessuali. Inoltre, il punteggio alla PIS degli uomini appartenenti alle minoranze sessuali non è risultato significativamente diverso da quello delle donne eterosessuali che appartenenti alle minoranze sessuali e non sono state riscontrate differenze significative tra donne eterosessuali e donne appartenenti alle minoranze sessuali. Per quanto riguarda i punteggi ottenuti alla PMS-R, gli uomini eterosessuali hanno mostrato livelli più bassi rispetto alle donne eterosessuali che appartenenti alle minoranze sessuali. Il punteggio alla PMS-R degli uomini appartenenti alle minoranze sessuali non

è risultato significativamente diverso da quello sia di uomini eterosessuali sia di donne siano esse eterosessuali che appartenenti alle minoranze sessuali. Inoltre, non sono state riscontrate differenze significative nei punteggi di donne eterosessuali e appartenenti alle minoranze sessuali. Per quanto concerne la BAS-2, gli uomini eterosessuali hanno mostrato livelli più elevati rispetto alle donne eterosessuali. Il punteggio totale alla BAS-2 degli uomini appartenenti alle minoranze sessuali non è risultato significativamente diverso da quello sia di uomini eterosessuali sia di donne siano esse eterosessuali che appartenenti alle minoranze sessuali. Il punteggio totale alla BAS-2 delle donne appartenenti alle minoranze sessuali non è risultato significativamente diverso da quello di uomini e donne eterosessuali. Infine, per quanto concerne i punteggi totali ottenuti alla SCS, sia gli uomini eterosessuali che gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali hanno riportato livelli più elevati rispetto alle donne, sia eterosessuali che appartenenti alle minoranze sessuali. Inoltre, non sono state riscontrate differenze significative nei punteggi alla SCS all'interno nel gruppo delle donne e all'interno del gruppo degli uomini.

	età	freq. scolastica	DASS-21 tot	I-BICI tot	MDDI tot	PIS tot	PMS-R tot	BAS-2 tot	SCS tot
<b>UE Media (DS)</b>	42,60 (11,90)	14,40 (3,43)	16,40 (10,20)	34,00 (11,40)	22,80 (7,51)	42,00 (18,40)	1,29 (0,43)	3,64 (0,77)	3,27 (0,64)
<b>DE Media (DS)</b>	39,80 (12,90)	15,10 (3,01)	18,40 (10,10)	45,30 (14,40)	21,70 (5,69)	52,30 (19,90)	1,63 (0,67)	3,38 (0,78)	3,00 (0,75)
<b>USM Media (DS)</b>	41,40 (9,82)	14,60 (3,50)	15,10 (7,19)	40,10 (16,00)	24,60 (7,30)	51,70 (15,70)	1,47 (0,60)	3,64 (0,83)	3,45 (0,68)
<b>DSM Media (DS)</b>	30,00 (7,63)	16,20 (2,42)	22,50 (14,70)	50,60 (13,40)	23,80 (6,23)	54,10 (17,80)	1,87 (0,68)	3,43 (0,81)	2,93 (0,62)

**Tabella 1b:** Media e deviazione *standard* delle variabili età, frequenza scolastica, DASS-21 totale, I-BICI totale, MDDI totale, PIS totale, PMS-R totale, BAS-2 totale, SCS totale in uomini eterosessuali, donne eterosessuali, uomini appartenenti alle minoranze sessuali, donne appartenenti alle minoranze sessuali

Legenda: UE = uomini eterosessuali; DE = donne eterosessuali; USM = uomini appartenenti alle minoranze sessuali; DSM = donne appartenenti alle minoranze sessuali; DASS-21 = *Depression Anxiety Stress Scale-21*; I-BICI = *Italian Body Image Concern Inventory*; MDDI = *Muscle Dysmorphic Disorder Inventory*; PIS = *Photo Investment Scale*; PMS-R = *Photo Manipulation Scale Revised*; BAS-2 = *Body Appreciation Scale-2*; SCS = *Self Compassion Scale*, DS = deviazione *standard*

### 3.4.2 Analisi correlazionali

Sono state eseguite le analisi correlazionali mediante il *test r* di *Pearson*, separatamente per le donne *cisgender* eterosessuali (N = 471) e per gli uomini *cisgender* eterosessuali (N = 363), al fine di identificare le correlazioni significative tra le variabili di interesse e individuare così quali variabili inserire all'interno del modello di regressione successivo. Le variabili prese in considerazione sono state l'età, la frequenza scolastica, il punteggio totale alla DASS-21, all'I-BICI, al MDDI, alla PIS, alla PMS-R, alla BAS-2 e alla SCS. I risultati delle analisi condotte sono riportati in Tabella 2.

Riguardo alle correlazioni nel campione delle donne eterosessuali, è emerso che:

- le variabili socio-anagrafiche, ovvero età e frequenza scolastica, correlano significativamente tra loro ( $r = -0,35$ ;  $p < 0,001$ );
- il punteggio totale all'I-BICI correla significativamente con l'età ( $r = -0,33$ ;  $p < 0,001$ ), con la frequenza scolastica ( $r = 0,12$ ;  $p = 0,01$ ), con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = 0,45$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale al MDDI ( $r = 0,58$ ;  $p < 0,001$ ), con la PIS ( $r = 0,57$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale alla PMS-R ( $r = 0,33$ ;  $p < 0,001$ ), con la BAS-2 ( $r = -0,66$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = -0,57$ ;  $p < 0,001$ );
- il punteggio totale al MDDI correla significativamente con l'età ( $r = -0,12$ ;  $p = 0,01$ ), con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = 0,38$ ;  $p < 0,001$ ), con la PIS ( $r = 0,32$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale alla PMS-R ( $r = 0,22$ ;  $p < 0,001$ ), con la BAS-2 ( $r = -0,60$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = -0,42$ ;  $p < 0,001$ );
- la PIS correla significativamente con l'età ( $r = -0,30$ ;  $p < 0,001$ ), con la frequenza scolastica ( $r = 0,10$ ;  $p = 0,03$ ), con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = 0,32$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale alla PMS-R ( $r = 0,39$ ;  $p < 0,001$ ), con la BAS-2 ( $r = -0,41$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = -0,51$ ;  $p < 0,001$ );
- il punteggio totale alla PMS-R correla significativamente con l'età ( $r = -0,28$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = 0,27$ ;  $p < 0,001$ ), con la BAS-2 ( $r = -0,24$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = -0,30$ ;  $p < 0,001$ );
- la BAS-2 correla significativamente con l'età ( $r = 0,13$ ;  $p = 0,01$ ), con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = -0,44$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = 0,63$ ;  $p < 0,001$ );

- il punteggio totale alla SCS correla significativamente con l'età ( $r = 0,25$ ;  $p = 0,01$ ), con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = -0,51$ ;  $p < 0,001$ ).

Riguardo alle correlazioni nel campione degli uomini eterosessuali, è emerso che:

- le variabili socio-anagrafiche, ovvero età e frequenza scolastica, correlano significativamente tra loro ( $r = -0,24$ ;  $p < 0,001$ );
- il punteggio totale all'I-BICI correla significativamente con l'età ( $r = -0,34$ ;  $p < 0,001$ ), con la frequenza scolastica ( $r = 0,22$ ;  $p = 0,01$ ), con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = 0,44$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale al MDDI ( $r = 0,72$ ;  $p < 0,001$ ), con la PIS ( $r = 0,49$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale alla PMS-R ( $r = 0,39$ ;  $p < 0,001$ ), con la BAS-2 ( $r = -0,55$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = -0,50$ ;  $p < 0,001$ );
- il punteggio totale al MDDI correla significativamente con l'età ( $r = -0,36$ ;  $p < 0,001$ ), con la frequenza scolastica ( $r = 0,18$ ;  $p < 0,001$ ) con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = 0,41$ ;  $p < 0,001$ ), con la PIS ( $r = 0,51$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale alla PMS-R ( $r = 0,38$ ;  $p < 0,001$ ), con la BAS-2 ( $r = -0,44$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = -0,49$ ;  $p < 0,001$ );
- la PIS correla significativamente con l'età ( $r = -0,37$ ;  $p < 0,001$ ), con la frequenza scolastica ( $r = 0,16$ ;  $p = 0,01$ ), con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = 0,33$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale alla PMS-R ( $r = 0,35$ ;  $p < 0,001$ ), con la BAS-2 ( $r = -0,29$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = -0,37$ ;  $p < 0,001$ );
- il punteggio totale alla PMS-R correla significativamente con l'età ( $r = -0,20$ ;  $p < 0,001$ ), con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = 0,29$ ;  $p < 0,001$ ), con la BAS-2 ( $r = -0,21$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = -0,23$ ;  $p < 0,001$ );
- la BAS-2 correla significativamente con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = -0,32$ ;  $p < 0,001$ ) e con il punteggio totale alla SCS ( $r = 0,52$ ;  $p < 0,001$ );
- il punteggio totale alla SCS correla significativamente con l'età ( $r = 0,30$ ;  $p < 0,001$ ), con la frequenza scolastica ( $r = -0,14$ ;  $p = 0,01$ ) con il punteggio totale alla DASS-21 ( $r = -0,55$ ;  $p < 0,001$ ).

Come descritto nella sezione “Analisi dati”, in relazione a quanto emerso dalle analisi correlazionali e alla numerosità delle variabili incluse, è stato deciso di prendere in esame nelle analisi di regressione lineare gerarchica a blocchi e nel calcolo delle

interazioni per valutare la moderazione le correlazioni in cui l'indice *r* di *Pearson* fosse pari ad almeno 0,30.

	Età	Freq. Scolastica	DASS-21 tot	I-BICI tot	MDDI tot	PIS tot	PMS-R tot	BAS-2 tot	SCS tot
Età	-	-0,24***	-0,25***	-0,34***	-0,36***	-0,37***	-0,20***	0,09	0,30***
Freq. Scolastica	-0,35***	-	0,08	0,22***	0,18***	0,16**	0,04	-0,003	-0,14**
DASS-21 tot	-0,07	0,01	-	0,44***	0,41***	0,33***	0,29***	-0,32***	-0,55***
I-BICI tot	-0,33***	0,12**	0,45***	-	0,72***	0,49***	0,39***	-0,55***	-0,50***
MDDI tot	-0,12*	0,03	0,38***	0,58***	-	0,51***	0,38***	-0,44***	-0,49***
PIS tot	-0,30***	0,10*	0,32***	0,57***	0,32***	-	0,35***	-0,29***	-0,37***
PMS-R tot	-0,28***	0,07	0,27***	0,33***	0,22***	0,38***	-	-0,21***	-0,23***
BAS-2 tot	0,13**	0,03	-0,44***	-0,66***	-0,60***	-0,41***	-0,24***	-	0,52***
SCS tot	0,25***	-0,03	-0,51***	-0,57***	-0,42***	-0,51***	-0,30***	0,63***	-

**Tabella 2:** correlazioni tra età, frequenza scolastica, DASS-21 totale, I-BICI totale, MDDI totale, PIS totale, PMS-R totale, BAS-2 totale, SCS totale nel campione di donne eterosessuali (sotto la diagonale) e nel campione di uomini eterosessuali (sopra la diagonale) (\*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ )

Legenda: DASS-21 = *Depression Anxiety Stress Scale-21*; I-BICI = *Italian Body Image Concern Inventory*; MDDI = *Muscle Dysmorphic Disorder Inventory*; PIS = *Photo Investment Scale*; PMS-R = *Photo Manipulation Scale Revised*; BAS-2 = *Body Appreciation Scale-2*; SCS = *Self Compassion Scale*

### 3.4.3 Regressione lineare gerarchica a blocchi

Basandosi sulle analisi correlazionali, sono stati eseguiti dei modelli di regressione lineare gerarchica a blocchi separatamente per il campione di donne eterosessuali e per il campione di uomini eterosessuali per rispondere al secondo obiettivo di ricerca.

### 3.4.3.1 Regressione lineare gerarchica a blocchi con manifestazioni legate al DDC come variabile dipendente nel campione di donne eterosessuali

In base ai risultati ottenuti nelle analisi correlazionali, nel primo modello di regressione lineare gerarchica a blocchi, avente come VD il punteggio totale all'I-BICI, sono stati inseriti l'età e il punteggio totale alla DASS-21 come VI nel primo blocco. Questo blocco è risultato statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ) e ha spiegato il 29% della varianza. Nel secondo blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), sono state aggiunte come VI il punteggio totale alla PIS e alla PMS-R. Oltre all'età e al totale della DASS-21, il punteggio totale alla PIS sembra associarsi positivamente al punteggio all'I-BICI. Il punteggio totale alla PMS-R, invece, non è risultato un predittore statisticamente significativo ( $p = 0,28$ ). Il secondo blocco ha spiegato il 44% della varianza. Nel terzo blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), sono state aggiunte come VI il punteggio totale alla BAS-2 e alla SCS. I predittori significativi sono risultati essere età, il punteggio totale alla DASS-21, il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale alla BAS-2. Invece, il punteggio totale alla SCS non è risultato un predittore statisticamente significativo ( $p = 0,55$ ). Il terzo blocco ha spiegato il 59% della varianza. Infine, nel quarto blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), è stato testato il ruolo di variabile moderatrice (VM) della BAS-2 tra il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale all'I-BICI, così come il ruolo di variabile moderatrice del punteggio totale alla SCS tra il punteggio totale alla PIS e alla PMS-R e il punteggio totale all'I-BICI. Insieme a età, il punteggio totale alla DASS-21, il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale alla BAS-2, solo l'interazione tra il punteggio alla BAS-2 e alla PIS è risultata statisticamente significativa ( $p = 0,02$ ), provando la presenza di un effetto di moderazione. Il punteggio alla SCS, invece, non è risultato una variabile moderatrice né tra il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale all'I-BICI ( $p = 0,46$ ) né tra il punteggio totale alla PMS-R e il punteggio totale all'I-BICI ( $p = 0,73$ ). Il quarto blocco ha spiegato il 61% della varianza.

Complessivamente, attraverso l'analisi di regressione gerarchica a blocchi è emerso che all'aumentare dell'età diminuisce il punteggio all'I-BICI, mentre all'aumentare del *distress* provato da una persona e del suo *investment* nelle fotografie aumentano le manifestazioni dismorfofobiche. D'altra parte, all'aumentare dei livelli di *body appreciation* diminuiscono le manifestazioni dismorfofobiche e la relazione tra

l'*investment* nelle fotografie da pubblicare sui *Social Media* e le manifestazioni dismorfofobiche tende a diminuire.

I dati sono riportati in Tabella 3a.

	<b>B</b>	<b>ES</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>R2</b>	<b>F</b>	<b>gdl</b>
<b>Blocco 1</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,29	97,40	2,468
<b>Costante</b>	47,39	2,15		22,07	<b>&lt; 0,001</b>			
<b>Età</b>	-0,34	0,04	-0,30	-7,72	<b>&lt; 0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,61	0,06	0,43	11,03	<b>&lt; 0,001</b>			
<b>Blocco 2</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,44	90,60	4,466
<b>Costante</b>	43,90	1,96		22,41	<b>&lt;0,001</b>			
<b>età</b>	-0,20	0,04	-0,18	-4,79	<b>&lt;0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,43	0,05	0,30	8,03	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PIS tot</b>	5,76	0,57	0,40	10,17	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PMS-R tot</b>	0,54	0,50	0,04	1,09	0,28			
<b>Blocco 3</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,59	112,10	6,464
<b>Costante</b>	47,31	1,69		27,96	<b>&lt;0,001</b>			
<b>Età</b>	-0,19	0,04	-0,17	-5,38	<b>&lt;0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,19	0,05	0,14	3,80	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PIS tot</b>	3,82	0,52	0,27	7,31	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PMS-R tot</b>	0,32	0,43	0,02	0,75	0,46			
<b>BAS-2 tot</b>	-6,58	0,58	-0,45	-11,45	<b>&lt;0,001</b>			
<b>SCS tot</b>	-0,35	0,60	-0,03	-0,59	0,55			
<b>Blocco 4</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,61	79,80	9,461
<b>Costante</b>	46,21	1,69		27,41	<b>&lt;0,001</b>			
<b>Età</b>	-0,18	0,04	-0,16	-5,21	<b>&lt;0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,18	0,05	0,13	3,77	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PIS tot</b>	3,91	0,52	0,30	7,58	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PMS-R tot</b>	0,16	0,47	0,01	0,34	0,74			
<b>BAS-2 tot</b>	-6,17	0,59	-0,45	-10,47	<b>&lt;0,001</b>			
<b>SCS tot</b>	-0,12	0,61	-0,02	-0,19	0,85			
<b>PIS tot * BAS-2 tot</b>	-1,52	0,63	-0,11	-2,41	<b>0,02</b>			
<b>PIS tot * SCS tot</b>	-0,44	0,59	-0,03	-0,74	0,46			
<b>PMS tot * SCS tot</b>	-0,14	0,41	-0,01	-0,35	0,73			

**Tabella 3a:** Modelli di regressione gerarchica con VD = punteggio all'I-BICI nel campione di donne eterosessuali

Legenda: DASS-21 = *Depression Anxiety Stress Scale-21*; I-BICI = *Italian Body Image Concern Inventory*; PIS = *Photo Investment Scale*; PMS-R = *Photo Manipulation Scale Revised*; BAS-2 = *Body Appreciation Scale-2*; SCS = *Self Compassion Scale*



### 3.4.3.2 Regressione lineare gerarchica a blocchi con manifestazioni legate al DDM come variabile dipendente nel campione di donne eterosessuali

In base ai risultati ottenuti nelle analisi correlazionali, nel primo blocco di regressione lineare gerarchica a blocchi, avente come VD il punteggio totale al MDDI, è stato inserito il punteggio totale alla DASS-21 come VI nel primo blocco. Questo blocco è risultato statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ) e ha spiegato il 14% della varianza. Nel secondo blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), è stata aggiunta come VI il punteggio totale alla PIS. Il secondo blocco ha spiegato il 19% della varianza. Oltre al totale della DASS-21, il punteggio totale alla PIS sembra associarsi positivamente al punteggio al MDDI. Nel terzo blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), sono state aggiunte come VI il punteggio totale alla BAS-2 e alla SCS. I predittori significativi sono risultati essere il punteggio totale alla DASS-21 e il punteggio totale alla BAS-2. Invece, il punteggio totale alla PIS non è risultato un predittore statisticamente significativo ( $p = 0,07$ ) così come il punteggio totale alla SCS ( $p = 0,78$ ). Il terzo blocco ha spiegato il 38% della varianza. Infine, nel quarto blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), è stato testato il ruolo di variabile moderatrice (VM) della BAS-2 tra il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale al MDDI, così come il ruolo di variabile moderatrice del punteggio totale alla SCS tra il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale al MDDI. Il punteggio totale alla DASS-21 e alla BAS-2 sono risultati essere predittori statisticamente significativi. Invece, la PIS non risulta essere un predittore statisticamente significativo ( $p = 0,08$ ), insieme al punteggio totale alla SCS ( $p = 0,85$ ), e il punteggio totale alla BAS-2 non è risultato un moderatore tra la PIS e il punteggio totale al MDDI ( $p = 0,84$ ) e il punteggio totale alla SCS non è risultato un moderatore tra la PIS e il punteggio al MDDI ( $p = 0,82$ ). Il quarto blocco ha spiegato il 38% della varianza.

Complessivamente, attraverso l'analisi di regressione gerarchica a blocchi è emerso che all'aumentare del *distress* provato da una persona aumentano le manifestazioni legate al DDM. D'altra parte, all'aumentare dei livelli di *body appreciation* diminuiscono le manifestazioni legate al DDM.

I dati sono riportati in Tabella 4a.

	B	ES	$\beta$	$t$	$p$	R2	F	gdl
<b>Blocco 1</b>					<0,001	0,14	77,20	1,469
<b>Costante</b>	17,89	0,51		35,15	< 0,001			
<b>DASS-21 tot</b>	0,21	0,02	0,38	8,79	< 0,001			
<b>Blocco 2</b>					<0,001	0,19	53,90	2,468
<b>Costante</b>	18,24	0,50		36,44	<0,001			
<b>DASS-21 tot</b>	0,17	0,02	0,30	6,93	<0,001			
<b>PIS tot</b>	1,27	0,25	0,23	5,14	<0,001			
<b>Blocco 3</b>					<0,001	0,38	71,80	4,466
<b>Costante</b>	19,77	0,47		41,86	<0,001			
<b>DASS-21 tot</b>	0,07	0,02	0,13	2,97	<b>0,003</b>			
<b>PIS tot</b>	0,43	0,24	0,08	1,79	0,07			
<b>BAS-2 tot</b>	-3,02	0,28	-0,52	-10,86	<0,001			
<b>SCS tot</b>	0,08	0,29	0,02	0,28	0,78			
<b>Blocco 4</b>					<0,001	0,38	47,80	6,464
<b>Costante</b>	19,83	0,48		40,97	<0,001			
<b>DASS-21 tot</b>	0,07	0,02	0,13	2,96	<b>0,003</b>			
<b>PIS tot</b>	0,43	0,24	0,07	1,79	0,08			
<b>BAS-2 tot</b>	-3,04	0,29	-0,52	-10,43	<0,001			
<b>SCS tot</b>	0,06	0,30	0,01	0,19	0,85			
<b>PIS tot * BAS-2 tot</b>	0,07	0,31	0,01	0,21	0,83			
<b>PIS tot * SCS tot</b>	0,06	0,28	0,01	0,23	0,82			

**Tabella 4a:** Modelli di regressione gerarchica con VD = punteggio al MDDI nel campione di donne eterosessuali

Legenda: DASS-21 = *Depression Anxiety Stress Scale-21*; MDDI = *Muscle Dysmorphic Disorder Inventory*; PIS = *Photo Investment Scale*; BAS-2 = *Body Appreciation Scale-2*; SCS = *Self Compassion Scale*

### 3.4.3.3 Regressione lineare gerarchica a blocchi con manifestazioni legate al DDC come variabile dipendente nel campione di uomini eterosessuali

In base ai risultati ottenuti nelle analisi correlazionali, nel primo modello di regressione lineare gerarchica a blocchi, avente come VD il punteggio totale all'I-BICI, sono stati inseriti l'età e il punteggio totale alla DASS-21 come VI. Questo blocco è risultato statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ) e ha spiegato il 25% della varianza. Nel secondo blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), sono state aggiunte

come VI il punteggio totale alla PIS e alla PMS-R. Oltre all'età e al totale della DASS-21, il punteggio totale alla PIS sembra associarsi positivamente al punteggio all'I-BICI così come il punteggio totale alla PMS-R. Il secondo blocco ha spiegato il 37% della varianza. Nel terzo blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), sono state aggiunte come VI il punteggio totale alla BAS-2 e alla SCS. I predittori significativi sono risultati essere età, il punteggio totale alla DASS-21, il punteggio totale alla PIS, il punteggio totale alla PMS-R e il punteggio totale alla BAS-2. Invece, il punteggio totale alla SCS non è risultato un predittore statisticamente significativo ( $p = 0,05$ ). Il terzo blocco ha spiegato il 50% della varianza. Infine, nel quarto blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), è stato testato il ruolo di variabile moderatrice (VM) della SCS tra il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale all'I-BICI. Il punteggio totale alla SCS non è risultata una variabile moderatrice tra il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale all'I-BICI ( $p = 0,19$ ). Il blocco ha spiegato il 51% della varianza.

Complessivamente, attraverso l'analisi di regressione gerarchica a blocchi è emerso che all'aumentare dell'età diminuisce il punteggio all'I-BICI, mentre all'aumentare del *distress* provato da una persona, del suo *investment* nelle fotografie e della sua manipolazione delle fotografie aumentano le manifestazioni dismorfofobiche. D'altra parte, all'aumentare dei livelli di *body appreciation* diminuiscono le manifestazioni dismorfofobiche.

I risultati sono riportati in Tabella 3b.

	<b>B</b>	<b>ES</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>R2</b>	<b>F</b>	<b>gdl</b>
<b>Blocco 1</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,25	59,70	2,360
<b>Costante</b>	36,89	2,37		15,58	<b>&lt; 0,001</b>			
<b>età</b>	-0,23	0,05	-0,24	-5,14	<b>&lt; 0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,43	0,05	0,38	8,03	<b>&lt; 0,001</b>			
<b>Blocco 2</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,37	52,60	4,358
<b>Costante</b>	36,48	2,20		16,60	<b>&lt;0,001</b>			
<b>età</b>	-0,13	0,04	-0,13	-2,85	<b>0,01</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,29	0,05	0,26	5,63	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PIS tot</b>	3,53	0,59	0,29	5,95	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PMS-R tot</b>	2,97	0,73	0,19	4,07	<b>&lt;0,001</b>			
<b>Blocco 3</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,50	60,00	6,356
<b>Costante</b>	39,81	1,99		20,01	<b>&lt;0,001</b>			
<b>età</b>	-0,14	0,04	-0,14	-3,47	<b>&lt;0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,15	0,05	0,13	2,88	<b>0,004</b>			
<b>PIS tot</b>	2,44	0,54	0,20	4,50	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PMS-R tot</b>	2,53	0,65	0,16	3,87	<b>&lt;0,001</b>			
<b>BAS-2 tot</b>	-4,16	0,52	-0,36	-7,97	<b>&lt;0,001</b>			
<b>SCS tot</b>	-1,10	0,66	-0,09	-1,67	0,10			
<b>Blocco 4</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,51	51,70	7,355
<b>Costante</b>	40,01	1,99		20,07	<b>&lt;0,001</b>			
<b>età</b>	-0,14	0,04	-0,15	-3,59	<b>&lt;0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,14	0,05	0,13	2,70	<b>0,007</b>			
<b>PIS tot</b>	2,59	0,55	0,20	4,68	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PMS-R tot</b>	2,47	0,65	0,15	3,78	<b>&lt;0,001</b>			
<b>BAS-2 tot</b>	-4,14	0,52	-0,35	-7,94	<b>&lt;0,001</b>			
<b>SCS tot</b>	-1,33	0,68	-0,09	-1,95	0,052			
<b>PIS tot * SCS tot</b>	-0,62	0,48	-0,05	-1,31	0,19			

**Tabella 3b:** Modelli di regressione gerarchica con VD = punteggio all'I-BICI nel campione di uomini eterosessuali

Legenda: DASS-21 = *Depression Anxiety Stress Scale-21*; PIS = *Photo Investment Scale*; PMS-R = *Photo Manipulation Scale Revised*; I-BICI = *Italian Body Image Concern Inventory*; BAS-2 = *Body Appreciation Scale-2*; SCS = *Self Compassion Scale*.

#### **3.4.3.4 Regressione lineare gerarchica a blocchi con manifestazioni legate al DDM come variabile dipendente nel campione di uomini eterosessuali**

In base ai risultati ottenuti nelle analisi correlazionali, nel secondo modello di regressione lineare gerarchica a blocchi, avente come VD il punteggio totale al MDDI, sono stati inseriti l'età e il punteggio totale alla DASS-21 come VI. Il primo blocco è risultato statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ) e ha spiegato il 24% della varianza. Nel secondo blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), sono state aggiunte come VI il punteggio totale alla PIS e alla PMS-R. Oltre all'età e al totale della DASS-21, il punteggio totale alla PIS e alla PMS-R sembrano associarsi positivamente al punteggio al MDDI. Il secondo blocco ha spiegato il 37% della varianza. Nel terzo blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), sono state aggiunte come VI, il punteggio totale alla BAS-2 e alla SCS. Oltre a età, punteggio totale alla PIS e alla PMS-R, il punteggio totale alla BAS-2 e il punteggio totale alla SCS sono risultati essere predittori significativi. Il terzo blocco ha spiegato il 45% della varianza. Infine, nel quarto blocco, risultato anch'esso statisticamente significativo ( $p < 0,001$ ), è stato testato il ruolo di variabile moderatrice (VM) della SCS tra il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale al MDDI. Età, punteggio totale alla PIS e alla PMS-R, alla BAS-2 e alla SCS sono risultati predittori significativi. Invece, la DASS-21 non è risultata un predittore significativo ( $p = 0,11$ ) e il punteggio totale alla SCS non sembra essere un moderatore tra il punteggio totale alla PIS e il punteggio totale al MDDI ( $p = 0,33$ ). Il quarto blocco ha spiegato il 45% della varianza.

Complessivamente, attraverso l'analisi di regressione gerarchica a blocchi è emerso che all'aumentare dell'età diminuisce il punteggio al MDDI, mentre all'aumentare dell'*investment* nelle fotografie e la manipolazione delle fotografie aumentano le manifestazioni legate al DDM. D'altra parte, all'aumentare dei livelli di *body appreciation* e di *self-compassion* diminuiscono le manifestazioni legate al DDM.

I risultati sono riportati in Tabella 4b.

	<b>B</b>	<b>ES</b>	<b>β</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>R2</b>	<b>F</b>	<b>gdl</b>
<b>Blocco 1</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,24	55,50	2,360
<b>Costante</b>	26,08	1,57		16,64	<b>&lt; 0,001</b>			
<b>età</b>	-0,17	0,03	-0,28	-5,78	<b>&lt; 0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,25	0,04	0,34	7,07	<b>&lt; 0,001</b>			
<b>Blocco 2</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,37	53,50	4,358
<b>Costante</b>	25,68	1,44		17,87	<b>&lt;0,001</b>			
<b>età</b>	-0,10	0,03	-0,15	-3,34	<b>&lt;0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,15	0,03	0,21	4,55	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PIS tot</b>	2,62	0,39	0,33	6,74	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PMS-R tot</b>	1,87	0,48	0,18	3,90	<b>&lt;0,001</b>			
<b>Blocco 3</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,45	48,70	6,356
<b>Costante</b>	27,39	1,37		19,97	<b>&lt;0,001</b>			
<b>età</b>	-0,09	0,03	-0,15	-3,41	<b>&lt;0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,06	0,04	0,08	1,73	0,09			
<b>PIS tot</b>	2,04	0,37	0,25	5,47	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PMS-R tot</b>	1,67	0,45	0,16	3,71	<b>&lt;0,001</b>			
<b>BAS-2 tot</b>	-1,64	0,36	-0,21	-4,56	<b>&lt;0,001</b>			
<b>SCS tot</b>	-1,32	0,45	-0,16	-2,92	<b>0,004</b>			
<b>Blocco 4</b>					<b>&lt;0,001</b>	0,45	41,90	7,355
<b>Costante</b>	27,49	1,38		19,98	<b>&lt;0,001</b>			
<b>età</b>	-0,10	0,03	-0,15	-3,49	<b>&lt;0,001</b>			
<b>DASS-21 tot</b>	0,06	0,04	0,08	1,60	0,11			
<b>PIS tot</b>	2,12	0,38	0,26	5,55	<b>&lt;0,001</b>			
<b>PMS-R tot</b>	1,64	0,45	0,16	3,64	<b>&lt;0,001</b>			
<b>BAS-2 tot</b>	-1,63	0,36	-0,21	-4,53	<b>&lt;0,001</b>			
<b>SCS tot</b>	-1,44	0,47	-0,16	-3,07	<b>0,002</b>			
<b>PIS tot * SCS tot</b>	-0,32	0,33	-0,04	-0,98	0,33			

**Tabella 4b:** Modelli di regressione gerarchica con VD = punteggio al MDDI nel campione di uomini eterosessuali

Legenda: DASS-21 = *Depression Anxiety Stress Scale-21*; MDDI = *Muscle Dysmorphic Disorder Inventory*; PIS = *Photo Investment Scale*; PMS-R = *Photo Manipulation Scale Revised*; BAS-2 = *Body Appreciation Scale-2*; SCS = *Self Compassion Scale*

### 3.5 Discussione e Conclusioni

Negli ultimi anni una nuova forma di *media* ha acquisito sempre più popolarità, i *Social Media*, piattaforme *online* che consentono agli utenti la creazione di profili *online* pubblici o privati, grazie ai quali è possibile interagire e formare relazioni con le altre persone che usano la stessa piattaforma, diventando allo stesso tempo consumatori e produttori di contenuti (Holland & Tiggemann, 2016). È stata suggerita l'esistenza di un legame problematico tra il loro uso e l'immagine corporea (Holland & Tiggemann, 2016). In particolar modo, sembrerebbero rilevanti le attività *appearance focused*, ovvero attività che si basano sulla condivisione e visione di fotografie e video (Cohen et al., 2017; Engeln et al., 2020). Il comportamento di pubblicazione di fotografie, sempre più frequente, come testimonia il crescente numero fotografie pubblicate ogni giorno su *Instagram* (da 80 milioni nel 2015 a 95 milioni nel 2019; Instagram, 2021), varia tra uomini e donne: le donne pubblicano più *selfie* di se stesse e di gruppo, rispetto agli uomini (Dhir et al., 2016; Sorokowski et al., 2015). Le fotografie molto spesso ricevono modifiche prima di essere pubblicate, tramite l'utilizzo dei filtri che i *Social Media* stessi offrono e la disponibilità delle *app* per l'*editing* (Tiggemann et al., 2020). Inoltre, la pubblicazione delle fotografie può coinvolgere un elevato livello di *investment*, ovvero preoccupazioni sulla qualità della fotografia da pubblicare *online* e sul modo in cui ritrae l'individuo, lo sforzo e il tempo impiegati nello scegliere la fotografia da pubblicare (McLean et al., 2015). Sebbene le donne impieghino un elevato *investment* nelle fotografie, ad esempio fanno in media dai 2 ai 5 *selfie* prima di scegliere quello da pubblicare (Bij de Vaate et al., 2018; Cohen et al., 2018), e si impegnino più frequentemente nell'*editing*, anche gli uomini sembrano mettere in atto un certo livello di *photo manipulation* e di *photo investment* (Lonergan et al., 2019; Modica, 2020). Gli utenti, tramite lo scatto di *selfie* e, in particolar modo, tramite la manipolazione stessa delle fotografie, sono incentivati a vedersi come in terza persona, dalla prospettiva di osservatori esterni, in accordo con la teoria dell'oggettivazione corporea, e ciò può aumentare l'attenzione verso i propri difetti fisici, arrivando a conseguenze psicologiche negative (Chua & Chang, 2016; Cohen et al., 2017, 2018; Meier & Gray, 2014; Saunders & Eaton, 2018; Shin et al., 2017; Wang et al., 2017), tra cui l'insoddisfazione corporea (McLean et al., 2015), sia nelle donne (Lonergan et al., 2019; Tiggemann et al., 2020) sia negli uomini (Lonergan et al., 2019; Modica, 2020). Inoltre, essere un uomo appartenente a una minoranza sessuale sembra essere un fattore di rischio per lo sviluppo di elevati livelli di insoddisfazione corporea (Carper et al., 2010; Davids &

Green, 2011; Gil, 2007; Jankowski et al., 2014; Lakkis et al., 1999; Tiggemann et al., 2007). Nelle donne il legame tra orientamento sessuale e insoddisfazione corporea è meno chiaro, assumendo *pattern* diversi a seconda dei risultati degli studi presi in esame (Alvy, 2013; Boroughs et al., 2010; Conner et al., 2004; Lakkis et al., 1999; Liubovich, 2004; Peplau et al., 2009; Polimeni et al., 2009; Wagenbach, 2000, 2004; Yean et al., 2013; Zamboni et al., 2007) e, in una recente metanalisi, l'insoddisfazione corporea è risultata legata all'orientamento sessuale solo negli uomini, ma non nelle donne (He et al., 2020a). L'insoddisfazione corporea risulta associata a diversi disturbi psicologici, tra cui il DDC e il DDM (Fabris et al., 2022; Hosseini & Padhy, 2019). Nel DDC vi è un'eccessiva preoccupazione per uno o più difetti percepiti nel proprio aspetto fisico, valutati come minimi o assenti all'osservatore esterno, in risposta alla quale la persona mette in atto comportamenti ripetitivi, come ricerca di rassicurazioni, o azioni mentali, come confronti con l'aspetto fisico altrui (APA, 2013). Nel DDM, ancora considerato uno specificatore del DDC, la preoccupazione eccessiva si concentra sulla massa muscolare, conducendo a comportamenti ripetitivi manifesti o mentali, come esercizio fisico eccessivo, alimentazione regolata rigidamente o confronti con l'aspetto fisico degli altri (APA, 2013). Dato il legame tra comportamenti basati sulle fotografie e insoddisfazione corporea, la quale risulta collegata al DDC e al DDM, è cruciale comprendere come mitigare queste connessioni. Alla luce di uno studio in cui donne che hanno osservato immagini di corpi idealizzati e frasi sulla *self-compassion* hanno riportato livelli più elevati di *body satisfaction*, rispetto a coloro che hanno visto solo le immagini idealizzate (Slater et al., 2017), la *self-compassion* è stata studiata come possibile variabile moderatrice tra comportamenti basati sulle fotografie e l'insoddisfazione corporea in uomini e donne, senza però riscontrare un effetto significativo (Lonergan et al., 2019). Inoltre, non sono mai stati condotti studi che abbiano valutato il ruolo moderatore dell'immagine corporea positiva, la quale è riconosciuta come un fattore protettivo per il benessere individuale (Tylka & Wood-Barcalow, 2015). Sulla base degli studi già presenti in letteratura, il presente studio si è posto il duplice l'obiettivo di indagare le differenze relative all'immagine corporea negativa (sintomi di DDC e DDM), all'immagine corporea positiva (*body appreciation*), alla *self-compassion* e ai comportamenti basati sulla pubblicazione di fotografie (*photo manipulation* e *photo investment*), prendendo in esame un campione di individui *cisgender* suddivisi in base all'orientamento sessuale, attivo nella condivisione di fotografie sui *Social Media*, e di indagare le associazioni tra l'immagine corporea



negativa, indagata come manifestazioni dismorfofobiche e legate ai sintomi di DDM, e i comportamenti di pubblicazione delle fotografie, quali *photo manipulation* e il *photo investment*, includendo il possibile ruolo di variabile moderatrice dell'immagine corporea positiva e della *self-compassion* nelle donne e negli uomini *cisgender* eterosessuali del campione. Tali obiettivi sono in parte confermativi, poiché volti a confermare i risultati emersi da studi già esistenti in letteratura, e in parte esplorativi, in quanto l'orientamento sessuale risulta ancora poco indagato in relazione alla *photo manipulation* e al *photo investment*; inoltre, le manifestazioni legate al DDC e al DDM in relazione ai comportamenti basati sulla pubblicazione di fotografie non sono ancora state indagate attualmente così come il possibile ruolo moderatore dell'immagine corporea positiva nella tale relazione.

Per rispondere al primo obiettivo di ricerca, sono stati presi in considerazione i risultati delle analisi non parametriche, data la numerosità ristretta delle minoranze sessuali, e dei successivi confronti *post-hoc*.

Per quanto riguarda il *distress* generale, le donne eterosessuali hanno riportato dei livelli più elevati rispetto agli uomini eterosessuali, in linea con il dato per cui le donne tendono a soffrire più di *distress* per diversi fattori psicologici e sociali, tra cui, ad esempio, vulnerabilità genetiche, uno stile cognitivo basato maggiormente sulla ruminazione, maggiore probabilità di eventi di vita avversi durante l'infanzia (Hankin & Abramson, 1999) e l'adesione al ruolo di genere previsto per le donne che prevede l'essere responsivi ai bisogni degli altri, predisponendo così a disturbi psicologici come ansia e depressione (Gibson et al., 2016). Non sono emerse differenze significative all'interno del gruppo delle donne, all'interno del gruppo degli uomini, tra le minoranze sessuali maschili e femminili, tra uomini eterosessuali e donne appartenenti alle minoranze sessuali e tra donne eterosessuali e uomini appartenenti alle minoranze. In base alla *Minority Stress Theory* (Meyer, 1995), era possibile ipotizzare che le minoranze sessuali avessero punteggi più elevati, in quanto sottoposte a un notevole stress cronico, date le situazioni di pregiudizio che vivono, le aspettative di ricevere rifiuto che sviluppano e l'interiorizzazione degli atteggiamenti negativi che la maggioranza sessuale ha nei loro confronti. Tuttavia, nel presente studio le minoranze sessuali non hanno riportato livelli significativamente più elevati di *distress* generale. Il dato potrebbe essere spiegato, in parte, dal fatto che negli ultimi anni le minoranze sessuali sono state maggiormente accettate e meno stigmatizzate (Smith & Son, 2014) e questo potrebbe portare ad

alleviare il carico di *distress* aggiuntivo che deriva dall'appartenenza a una tale minoranza. Un'altra possibile spiegazione è ravvisabile nel fatto che all'interno del presente studio non sono stati presi in considerazione orientamenti sessuali specifici all'interno delle minoranze sessuali, mentre lo specifico orientamento sessuale potrebbe svolgere un ruolo nei livelli di *distress* sperimentati: ad esempio, le persone bisessuali sono vittime di pregiudizio da parte non solo delle persone eterosessuali, ma anche da parte di quelle omosessuali (Blumstein & Schwartz, 1977; Paul et al., 2014) e, quindi, potrebbero doversi confrontare con un ulteriore *distress* rispetto agli appartenenti all'orientamento omosessuale.

Per quanto riguarda le manifestazioni legate al DDC, le donne, sia eterosessuali sia appartenenti alle minoranze sessuali, sono risultate avere punteggi più elevati rispetto agli uomini eterosessuali. Infatti, in linea con uno studio precedente, le donne sembrano avere una prevalenza di DDC maggiore rispetto alla controparte maschile (Boroughs et al., 2010). Le donne sembrano avere una prevalenza maggiore di insoddisfazione corporea, rispetto alla controparte maschile, (Fiske et al., 2014; Hosseini & Padhy, 2019) e l'insoddisfazione corporea svolge un ruolo importante nel DDC (Hosseini & Padhy, 2019). Inoltre, non è emersa una differenza significativa nel gruppo delle donne in base all'orientamento sessuale, contrariamente a quanto atteso sulla base dei risultati di Boroughs e collaboratori (2010) per cui le donne appartenenti alle minoranze sessuali sembrano avere maggiori preoccupazioni legate all'aspetto fisico della controparte eterosessuale. Questo potrebbe essere dovuto alla numerosità ristretta delle minoranze sessuali nel presente studio e alla non differenziazione di orientamenti sessuali specifici all'interno delle minoranze sessuali. D'altra parte, vi sono ancora pochi studi sul DDC in relazione all'orientamento sessuale e gli studi sull'immagine corporea femminile in relazione all'orientamento sessuale hanno riportato risultati poco chiari, rispetto a quelli condotti sugli uomini: in alcuni studi le donne appartenenti a minoranze sessuali hanno riportato livelli di insoddisfazione più bassi rispetto a quelle eterosessuali (Alvy, 2013; Conner et al., 2004; Lakkis et al., 1999; Polimeni et al., 2009), in altri è stato riscontrato un *pattern* opposto (Boroughs et al., 2010; Liubovich, 2004; Wagenbach, 2000) e altri ancora hanno riscontrato livelli simili di insoddisfazione corporea, indipendentemente dall'appartenenza a una minoranza sessuale (Peplau et al., 2009; Wagenbach, 2004; Yean et al., 2013; Zamboni et al., 2007). Inoltre, non sono emerse differenze significative tra le donne eterosessuali e gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali, in linea con i risultati di Boroughs e collaboratori (2010), probabilmente perché in

entrambi i gruppi si riscontrano elevati livelli di insoddisfazione corporea, conseguenti all'oggettivazione corporea che subiscono (Siever, 1994). Non sono emerse differenze significative all'interno del gruppo degli uomini in base all'orientamento sessuale, contrariamente a quanto atteso sulla base dei risultati di studi precedenti (Boroughs et al., 2010; Fabris et al., 2022) per cui gli uomini delle minoranze sessuali sembrano riportare livelli maggiori di DDC, dati i livelli più elevati di insoddisfazione corporea, la quale si associa a una maggiore probabilità di sviluppare disturbi dell'immagine corporea (Badens-Ribera et al., 2018; Hosseini & Padhy, 2019). Non sono emerse differenze significative tra le minoranze sessuali femminili e quelle maschili, contrariamente a quanto atteso sulla base dei risultati di Boroughs e collaboratori (2010), per cui le donne delle minoranze hanno riportato livelli più elevati di DDC rispetto alla controparte maschile. Una possibile spiegazione della mancanza di differenze è probabilmente dovuta alla numerosità ristretta delle minoranze sessuali nel presente studio, alla non differenziazione dei diversi orientamenti sessuali e all'inclusione dell'orientamento sessuale pansessuale, un orientamento sessuale ancora poco studiato in letteratura (Jakubowski, 2014).

Per quanto riguarda le manifestazioni legate al DDM, non sono emerse differenze significative nei vari gruppi, contrariamente a quanto atteso in base agli studi precedenti (Badenes-Ribera et al., 2018; Brennan et al., 2012; Drummond & Filaault, 2007; Hale et al., 2013; Readdy et al., 2011; Robert et al., 2009; Tod et al., 2016). Una possibile spiegazione è ravvisabile nel fatto che il DDM ha una rilevanza particolare per le persone che praticano attività sportiva e, in particolar modo, la pratica di *bodybuilding* è un fattore di rischio nello sviluppo della sintomatologia (Hale et al., 2013), rispetto al fitness, mentre nel presente studio non si è discriminato tra i praticanti di attività sportiva, individuando anche tipologie specifiche, e i non praticanti.

Per quanto riguarda i comportamenti basati sulle fotografie, le donne, sia eterosessuali sia appartenenti alle minoranze sessuali, sembrano avere un *investment* nelle fotografie maggiore rispetto agli uomini eterosessuali, in linea con studi precedenti che riportano un certo impegno nelle fotografie da parte delle donne (Dhir et al., 2016; Sorokowski et al., 2015). Mentre gli uomini sarebbero socialmente indotti a essere indipendenti e assertivi e a basare la propria autostima sui livelli di indipendenza e autonomia, le donne vengono educate fin da piccole a sviluppare un'interdipendenza verso gli altri (Cross & Madson, 1997) e per questo potrebbe essere più saliente per loro una presentazione

strategica sui *Social Media*, mediante le fotografie. Inoltre, vi sono delle differenze tra gli uomini in base all'orientamento sessuale: sembra che anche gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali abbiano comportamenti di *photo investment* maggiori rispetto agli uomini eterosessuali. Gli uomini delle minoranze potrebbero investire un grande impegno, in termini di tempo o di fatica, nella scelta dei contenuti da pubblicare e mostrare preoccupazioni e pensieri nei confronti della qualità della fotografia o dal modo in cui verrà valutata dagli altri allo scopo di aderire non solo agli *standard* di bellezza delle minoranze sessuali maschili, le quali assegnano un grande valore ad avere un aspetto fisico atletico e muscoloso (Hospers & Jansen, 2005; Legenbauer et al., 2009; Wood, 2004), ma anche perché una presentazione strategica sui *Social Media* potrebbe essere più saliente rispetto alla controparte eterosessuale, data il pregiudizio che possono anticipare, in accordo con la *Minority Stress Theory* (Meyer, 1995). Non sono emerse differenze significative nel *photo investment* tra donne eterosessuali e uomini appartenenti alle minoranze sessuali, così come tra donne eterosessuali e appartenenti alle minoranze sessuali, così come tra donne appartenenti alle minoranze e uomini appartenenti alle minoranze perché per tutti e tre i gruppi l'*investment* nelle fotografie potrebbe avere una grande salienza.

Le donne, sia eterosessuali sia appartenenti alle minoranze sessuali, sembrano impegnarsi con più frequenza in comportamenti di manipolazione di fotografie rispetto agli uomini eterosessuali, in linea con i risultati di Lonergan e collaboratori (2019). Dato che le donne, al di là dell'orientamento sessuale, sembrano impegnarsi maggiormente in comportamenti di *photo investment*, potrebbe essere che quest'ultima dimensione legata alle fotografie le induca in ultima analisi a mettere in atto comportamenti di manipolazione di fotografie con lo scopo di migliorare come la fotografia ritraente il proprio aspetto fisico (Cohen et al., 2018). Non sono emerse differenze significative tra uomini eterosessuali e uomini appartenenti alle minoranze sessuali e tra donne eterosessuali e uomini appartenenti alle minoranze e anche all'interno delle minoranze sessuali. Tuttavia, esaminando le mediane dei punteggi alla PMS-R, le donne delle minoranze sessuali hanno una mediana più elevata, seguita da donne eterosessuali, uomini appartenenti alle minoranze sessuali e, infine, uomini eterosessuali. Potrebbero esistere delle differenze significative tra questi gruppi, ma di piccolo effetto, e la numerosità ridotta delle minoranze del campione potrebbe non consentire l'emergere di tale effetto.

Per quanto riguarda l'immagine corporea positiva, le donne eterosessuali sembrano avere minori livelli di *body appreciation*, rispetto alla controparte maschile eterosessuale, dato in linea con He e collaboratori (2020b). Le donne sono esposte più frequentemente a immagini di corpi idealizzati nella vita quotidiana e questo potrebbe avere un impatto negativo sulla loro immagine corporea positiva (Griffiths & Stefanovski, 2019; He et al., 2020b). Non sono emerse differenze significative nei livelli di *body appreciation* tra donne eterosessuali e donne appartenenti alle minoranze sessuali, in contrasto con i risultati di uno studio precedente in cui sono stati riscontrati livelli più elevati di *body appreciation* nelle minoranze sessuali femminili (Ramseyer Winter et al., 2015). Una possibile spiegazione è ravvisabile nel fatto che l'ideale di magrezza, tipico della cultura femminile eterosessuale, si sia diffuso anche alle subculture delle minoranze sessuali femminili, le quali potrebbero non essere più "protette" anche nella dimensione dell'immagine corporea positiva (Ramseyer Winter et al., 2015). Inoltre, non sono emerse differenze significative nei livelli di *body appreciation* tra uomini eterosessuali e uomini appartenenti alle minoranze sessuali, in contrasto con uno studio in cui gli uomini appartenenti alle minoranze hanno dimostrato livelli più bassi di *body appreciation* (Alleva et al., 2018). La cultura delle minoranze sessuali maschili ha attribuito un grande valore al possedere un corpo muscoloso (Hospers & Jansen, 2005; Legenbauer et al., 2009; Wood, 2004) e, in particolare modo, le comunità omosessuali enfatizzano la magrezza (Williamson, 1999). Quindi, sarebbe importante poter distinguere i diversi orientamenti sessuali per vedere come le diverse subculture si riflettono sulla *body appreciation* e come, di conseguenza, sia diversa rispetto agli eterosessuali, mentre in questo studio non è stato possibile discriminare tra le diverse subculture. Non sono emerse differenze significative anche all'interno delle minoranze sessuali, nonostante la cultura omosessuale maschile sia un fattore di rischio per l'immagine corporea, rispetto alla cultura omosessuale femminile (Grogan, 2016) e una possibile spiegazione è ravvisabile nel fatto di non poter esaminare singolarmente le diverse subculture di minoranze sessuali in questo studio, data la scarsa numerosità campionaria.

Per quanto riguarda la *self-compassion*, sia gli uomini eterosessuali sia quelli appartenenti alle minoranze sessuali hanno riportato livelli più elevati di *self-compassion* rispetto alle donne, sia eterosessuali sia appartenenti alle minoranze sessuali. Le donne tradizionalmente sembrano avere livelli di *self-compassion* minori rispetto alla controparte maschile, come testimoniano alcuni studi (Lonergan et al.,

2019; Yarnell et al., 2015), dato che le norme del ruolo di genere prevedono che le donne, ma non gli uomini debbano, sacrificare la soddisfazione dei propri bisogni personali, esattamente l'opposto all'atteggiamento di cura di se stessi e delle proprie necessità che la *self-compassion* prevede (Yarnell et al., 2019). Il dato per cui gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali mostrano dei livelli di *self-compassion* maggiori rispetto alle donne eterosessuali e appartenenti alle minoranze sessuali, è inatteso perché in base alla *Minority Stress Theory* (Meyer, 1995) uno dei modi in cui le minoranze sessuali sono sottoposte a un notevole *stress* cronico è tramite l'interiorizzazione dell'omofobia/bifobia, ovvero lo sviluppo di atteggiamenti negativi verso se stessi e di successiva autosvalutazione, mentre una componente principale della *self-compassion* è l'essere non giudicanti. Yarnell e collaboratori (2019) hanno osservato l'importanza dell'orientamento verso un ruolo di genere che la società considera "femminile" e "maschile" nel determinare i livelli di *self-compassion*: essere maggiormente orientati verso un ruolo di genere mascolino ha predetto più elevati livelli di *self-compassion*. Dato che tale ruolo di genere prevede l'essere indipendenti e assertivi, tradurre nella capacità di prendere sul serio i propri bisogni e di essere compassionevoli verso se stessi in momenti di *distress*, senza per questo doversi sentire egoisti. Gli uomini appartenenti alle minoranze sessuali del campione, essendo *cisgender*, potrebbero essere stati educati verso un ruolo di genere mascolino e, quindi, potrebbero essere stati portati a identificarsi con tale ruolo, avendo così livelli di *self-compassion* più elevati; le donne delle minoranze sessuali, essendo *cisgender*, potrebbero essere state portate a identificarsi con il ruolo di genere femminile che prevede l'autosacrificio, arrivando a livelli di *self-compassion* non diversi da quelli delle donne eterosessuali e più bassi rispetto a quelli maschili. Tuttavia, specifici orientamenti sessuali potrebbero influire sull'adesione al ruolo di genere e sulla successiva *self-compassion*, ma ad oggi non sono ancora stati svolti studi che indagano tali interazioni (Yarnell et al., 2019).

Per rispondere al secondo obiettivo di ricerca, in seguito alle analisi correlazionali, sono state svolte delle analisi di regressione gerarchica a blocchi separatamente nelle donne e negli uomini *cisgender* eterosessuali del campione, evidenziando così *pattern* diversi nei due gruppi.

Partendo dalle manifestazioni dismorfofobiche nelle donne, l'età è risultata un predittore negativo, ovvero all'aumentare dell'età diminuiscono le manifestazioni dismorfofobiche. Il dato è in linea con gli studi per cui all'avanzare dell'età le donne,

piuttosto che focalizzarsi sull'aspetto fisico, ripongono valore in altre caratteristiche che non siano esclusivamente esso (Tiggemann & Lacey, 2009; Tiggemann & Stevens, 1999), come salute e funzioni del corpo (Augustus-Horvath & Tylka, 2011; Tiggemann & Lynch, 2001), e imparano a usare strategie cognitive, come la rivalutazione, per accettare le proprie imperfezioni corporee (Webster & Tiggemann, 2003), elementi che potrebbero essere utili per ridurre le preoccupazioni eccessive per un difetto percepito nel proprio corpo, caratteristica centrale del DDC (APA, 2013). Inoltre, più elevati livelli di *distress* generale, misurati come depressione, ansia e *stress*, hanno predetto maggiori manifestazioni dismorfofobiche. Studi precedenti hanno mostrato un'associazione del DDC con il disturbo depressivo maggiore e il disturbo d'ansia sociale (Gunstad & Phillips, 2003; Phillips, 1999; Pinto & Phillips, 2005), i quali sono quindi elementi centrali per questo disturbo. Tuttavia, la direzione del legame tra questi disturbi non è chiara (Phillips & Stout, 2006): ad esempio, in alcuni pazienti l'esordio del DDC precede la depressione e, quindi, la depressione può essere vista come il risultato di un'estrema demoralizzazione causata dalle manifestazioni dismorfofobiche, mentre in altri pazienti si riscontra il *pattern* opposto (Phillips, 1999; Phillips & Stout, 2006).

Per quanto riguarda i comportamenti legati alla pubblicazione di fotografie, quali *photo investment* e *photo manipulation*, solo l'*investment* sembra essere rilevante: più elevati livelli di *investment* predicono maggiori manifestazioni dismorfofobiche. L'*investment*, ossia investire un grande impegno, in termini di tempo o di fatica, nella scelta dei contenuti da pubblicare e mostrare preoccupazioni e pensieri nei confronti della qualità della fotografia o dal modo in cui questa ritrae il proprio aspetto fisico (McLean et al., 2015), potrebbe esacerbare le preoccupazioni eccessive per un difetto percepito nel proprio aspetto fisico, dato il *focus* sull'aspetto fisico che l'*investment* presuppone, e portare a livelli più elevati di sintomi legati al DDC. Inoltre, potrebbe configurarsi come un nuovo modo in cui le preoccupazioni dismorfofobiche si esprimono in un ambiente *online*. La mancanza di legame con la dimensione di manipolazione delle fotografie è in contrasto con quanto atteso, in base agli studi precedenti per cui tale comportamento si lega all'insoddisfazione corporea (McLean et al., 2015; Lonergan et al., 2019; Tiggemann et al., 2020) e potrebbe essere il risultato di una maggiore salienza dell'*investment* nel predire le manifestazioni dismorfofobiche nelle donne.

Inoltre, mentre livelli di *body appreciation* più elevati sono risultati predittori di una diminuzione di manifestazioni dismorfofobiche, la *self-compassion* non è risultata significativa nella riduzione dei sintomi legati al DDC. La *body appreciation* comprende un atteggiamento favorevole di accettazione e di rispetto verso il proprio corpo (Tylka & Wood-Barcalow, 2015a) e ciò potrebbe ridurre la sintomatologia del DDC, in cui non vi è tolleranza per difetti percepiti nel proprio aspetto fisico, verso i quali è presente una preoccupazione eccessiva (APA, 2013). La mancanza di significatività della *self-compassion* nella riduzione della sintomatologia legata al DDC potrebbe essere dovuta al fatto che la *self-compassion*, per definizione, implica la consapevolezza di essere in uno stato di sofferenza, una condizione da considerarsi transitoria, piuttosto che duratura (Neff, 2022); tuttavia, le persone con DDC non mostrano sempre una consapevolezza della propria condizione, in particolare le donne, le quali hanno dimostrato anche un *insight* minore rispetto agli uomini (Malcolm et al., 2021). La *body appreciation* nel presente studio non è risultata solo un predittore, ma anche un moderatore nella relazione tra l'*investment* nelle fotografie da pubblicare *online* e le manifestazioni dismorfofobiche, per cui all'aumentare dei livelli di *body appreciation* la relazione tra *photo investment* e la sintomatologia del DDC diminuisce. Possedere livelli più elevati di *body appreciation*, ovvero un atteggiamento favorevole di accettazione e di rispetto verso il proprio corpo (Tylka & Wood-Barcalow, 2015a) potrebbe portare a far sì che anche se con l'*investment* vi è un *focus* sull'aspetto fisico ed emerge la percezione di difetti fisici, essi vengono accettati e non si traducono in preoccupazioni dismorfofobiche. La *self-compassion* non è risultata né predittore né moderatore nella relazione tra comportamenti basati sulla pubblicazione di fotografie, *quali photo investment* e *photo manipulation*, e le manifestazioni dismorfofobiche, in linea con i risultati di Lonergan e collaboratori (2019) e contrariamente a quanto atteso in base allo studio di Slater e collaboratori (2017). Tale risultato può essere dovuto al fatto che Slater e collaboratori (2017) hanno indagato un comportamento passivo legato alle fotografie, ovvero la visione di immagini di corpi ideali, mentre il presente studio e quello di Lonergan e collaboratori (2019) hanno preso in esame dei comportamenti più attivi, *quali photo manipulation* e *photo investment*, con un impatto diretto sulla propria immagine corporea.

Per quanto riguarda le manifestazioni legate ai sintomi di DDM nelle donne, maggiori livelli di *distress* generale sperimentato sembrano portare a un aumento della sintomatologia legata al DDM, in linea con il dato per il quale è riscontrabile un'associazione



tra tale disturbo e i disturbi d'ansia e dell'umore (Cafri et al., 2008), i quali sono quindi un elemento centrale per questo disturbo. Tuttavia, la direzione del legame tra questi disturbi non è chiara: ad esempio, l'ansia sociale sembra essere un predittore dei sintomi legati al DDM; dall'altra parte persone con DDM cercano di evitare situazioni sociali (Cerea, Bottesi, Pacelli et al., 2018). Inoltre, l'*investment* nelle fotografie non sembra essere rilevante per le manifestazioni legate al DDM nelle donne. La *photo investment* si configura come un grande impegno, in termini di tempo o di fatica, nella scelta dei contenuti da pubblicare e come preoccupazioni e pensieri nei confronti della qualità della fotografia o del modo in cui questa ritrae il proprio aspetto fisico (McLean et al., 2015) e nell'ambiente online le rappresentazioni stereotipate per genere prevedono che le donne si presentino in vari modi come, ad esempio, in pose di *canting*, *loss of control*, *body display* e *kissing pout* (Butkowski, 2020; Döring et al., 2016), ma non con un'enfasi sulla massa muscolare e sulla forza come richiesto agli uomini (Döring et al., 2016). Quindi, l'*investment* potrebbe non coinvolgerle in preoccupazioni sulla massa muscolare, le quali sono, invece, un aspetto fondamentale nel DDM (APA, 2013). La *body appreciation* sembra essere un fattore protettivo, dato che livelli più elevati di questo costrutto sembrano ridurre le manifestazioni legate al DDM e una spiegazione è ravvisabile nel fatto che la *body appreciation* comprende un atteggiamento favorevole di accettazione e di rispetto verso il proprio corpo (Tylka & Wood-Barcalow, 2015a) e ciò potrebbe ridurre la sintomatologia del DDM, in cui vi è una preoccupazione eccessiva per la massa muscolare (APA, 2013). Tuttavia, la *body appreciation* non risulta essere un moderatore nella relazione tra *photo investment* e DDM, contrariamente a quanto emerso per le manifestazioni dismorfofobiche. Il dato è coerente con il fatto che nelle donne vi sia una rilevanza minore di tale disturbo, data la minore diffusione rispetto alla controparte maschile (Hale et al., 2013; Readdy et al., 2011; Robert et al., 2009; Tod et al., 2016) e con il fatto che l'*investment* non è risultato significativo. La *self-compassion* non sembra essere rilevante né come predittore né come moderatore nella relazione tra *photo investment* e DDM e una possibile spiegazione è ravvisabile in quanto discusso precedentemente: il presente studio e quello di Lonergan e collaboratori (2019) hanno preso in esame dei comportamenti più attivi, quali *photo manipulation* e *photo investment*, con un impatto diretto sulla propria immagine corporea, mentre lo studio di Slater e collaboratori (2017) ha preso in esame comportamenti passivi basati sulle fotografie.

Per quanto riguarda le manifestazioni dismorfofobiche negli uomini, l'età è risultata un predittore negativo, ovvero all'aumentare dell'età diminuiscono le manifestazioni dismorfofobiche. Una possibile spiegazione è ravvisabile nel fatto che l'interiorizzazione degli ideali di bellezza è particolarmente saliente per gli uomini più giovani (Brennan et al., 2012) e tale interiorizzazione potrebbe predisporre verso l'insoddisfazione corporea, la quale si associa a una maggiore probabilità di sviluppare il DDC (Hosseini & Padhy, 2019). Inoltre, più elevati livelli di *distress* generale hanno predetto un aumento di manifestazioni dismorfofobiche, in linea con i risultati di studi precedenti che hanno mostrato un'associazione del DDC con il disturbo depressivo maggiore e il disturbo d'ansia sociale (Gunstad & Phillips, 2003; Phillips, 1999; Pinto & Phillips, 2005), i quali risultano quindi elementi centrali per questo disturbo. Tuttavia, la direzione del legame tra questi disturbi non è chiara: ad esempio, l'ansia sociale può costituire un fattore di vulnerabilità nello sviluppo di sintomi legati al DDC, data la tipica sensibilità al rifiuto percepito da parte degli altri; dall'altra parte, l'evitamento di situazioni sociali è una conseguenza del DDC (Phillips & Stout, 2006; Pinto & Phillips, 2005).

Per quanto riguarda i comportamenti legati alla pubblicazione di fotografie, quali *photo investment* e *photo manipulation*, elevati livelli di entrambi sono risultati essere predittori di livelli più elevati di manifestazioni dismorfofobiche. Come per le donne, anche per gli uomini il *photo investment* potrebbe esacerbare le preoccupazioni eccessive per un difetto percepito nel proprio aspetto fisico, dato il *focus* sull'aspetto fisico che l'*investment* presuppone, e portare a livelli più elevati di sintomi legati al DDC. La manipolazione delle fotografie, comportamento che si riscontra anche negli uomini (Lonergan et al., 2019; Modica, 2020), considerabile come una modalità per presentare agli altri una versione di sé più attraente, può accentuare la discrepanza percepita tra l'aspetto fisico reale e ideale (Toma & Hancock, 2010), aumentando così l'attenzione verso i propri difetti fisici, dato che favorisce una visione di se stessi dalla prospettiva di osservatori esterni, in linea con la teoria dell'oggettivazione corporea (Fredrickson & Roberts, 1997), e può risultare in maggiori preoccupazioni dismorfofobiche, alla cui base vi è la preoccupazione eccessiva per un difetto percepito nel proprio corpo (APA, 2013).

Inoltre, mentre maggiori livelli di *body appreciation* sembrano diminuire le manifestazioni dismorfofobiche e, come discusso in precedenza, una possibile

spiegazione è ravvisabile nel fatto che questa dimensione dell'immagine corporea positiva comprende un atteggiamento favorevole di accettazione e di rispetto verso il proprio corpo (Tylka & Wood-Barcalow, 2015a) e ciò potrebbe ridurre la sintomatologia del DDC, in cui non vi è tolleranza per difetti percepiti nel proprio aspetto fisico, verso i quali è presente una preoccupazione eccessiva (APA, 2013). La *self-compassion* sembra non essere significativa nella riduzione dei sintomi legati al DDC e non è risultata né predittore né moderatore nella relazione tra *photo investment* e le manifestazioni dismorfofobiche, in linea con i risultati di Lonergan e collaboratori (2019) e contrariamente a quanto atteso in base allo studio di Slater e collaboratori (2017). Una spiegazione di tale risultato è ravvisabile nel fatto che Slater e collaboratori (2017) hanno indagato un comportamento passivo legato alle fotografie mentre il presente studio e quello di Lonergan e collaboratori (2019) hanno preso in esame dei comportamenti più attivi con un impatto diretto sulla propria immagine corporea.

Per quanto riguarda le manifestazioni legate ai sintomi di DDM negli uomini, l'età è risultata un predittore: all'aumentare dell'età sono diminuite le manifestazioni legate al DDM. Il dato è in linea con uno studio precedente per cui gli uomini più giovani sono risultati più a rischio di sviluppare DDM (Fabris et al., 2022), dato che sono la fascia di età maggiormente sensibile all'interiorizzazione dell'importanza di mostrarsi maschilini e, quindi, a preoccuparsi della propria muscolosità (Brennan et al., 2012). Inoltre, il *distress* generale sperimentato dagli uomini non ha avuto rilevanza nel predire le manifestazioni legate al DDM, contrariamente a ciò che è stato riscontrato per le manifestazioni dismorfofobiche. Una possibile spiegazione è che altre variabili del modello abbiano assunto un peso maggiore nel predire le manifestazioni legate al DDM negli uomini. Infatti, il *distress* generale è risultato un predittore fino al secondo blocco nel modello di regressione. Per quanto concerne i comportamenti legati alla pubblicazione di fotografie, maggiori livelli di *photo investment* e *photo manipulation* hanno predetto un aumento delle manifestazioni legate al DDM. Nell'ambito dei *Social Media* le fotografie tramite cui gli uomini si presentano includono una grande enfasi sulla massa muscolare e sulla forza (Döring et al., 2016) e, quindi, un maggiore *investment* nelle fotografie potrebbe portare gli uomini a focalizzarsi maggiormente verso tali elementi, esacerbando le preoccupazioni relative alla massa muscolare, le quali possono sfociare in un DDM. Inoltre, la manipolazione delle fotografie, da cui gli uomini non sono esenti come osservato da Modica (2020) e Lonergan e collaboratori (2019), può essere vista come un modo per presentare agli altri una versione di sé più

attraente, ma non più reale, accentuando la discrepanza tra l'aspetto fisico reale e ideale (Toma & Hancock, 2010) e può aumentare l'attenzione verso i propri difetti fisici, dato che favorisce una visione di se stessi dalla prospettiva di osservatori esterni, in linea con la teoria dell'oggettivazione corporea (Fredrickson & Roberts, 1997), portando a esacerbare le preoccupazioni relative alla massa muscolare (Tylka, 2011b). Dall'altra parte, i comportamenti basati sulle fotografie possono essere una conseguenza di preoccupazioni preesistenti legate all'aspetto fisico (Veldhuis et al., 2020). Inoltre, elevati livelli di *body appreciation* ed elevati livelli di *self-compassion* hanno predetto una riduzione nelle manifestazioni legate al DDM. Elevati livelli di *body appreciation* negli uomini, infatti, sembrano favorire un atteggiamento critico verso gli ideali di bellezza socioculturali, i quali prevedono per gli uomini l'aver un corpo muscoloso (Tylka, 2011b), incrementando l'attenzione verso le informazioni in linea con le tematiche dell'immagine corporea positiva e distanziandosi da quelle dannose (Tylka & Wood-Barcalow, 2015a; Wood-Barcalow et al., 2010). Questo, quindi, potrebbe alleviare la sintomatologia legata al DDM, la cui componente principale è la preoccupazione eccessiva di non essere abbastanza muscolosi (APA, 2013). La *self-compassion* è più elevata negli uomini, rispetto alle donne (Yarnell et al., 2015), e, quindi, potrebbe essere una risorsa più rilevante nella riduzione delle manifestazioni legate al DDM negli uomini, rispetto alle donne. Infatti, la *self-compassion* può portare a un atteggiamento meno giudicante verso se stessi, a una connessione all'umanità che include il riconoscimento dell'esistenza di corpi di ogni taglia e forma e una consapevolezza del momento presente, la quale può aiutare a considerare il proprio corpo in modo più equilibrato (Albertson et al., 2015). La *self-compassion*, tuttavia, non è risultata essere un moderatore tra l'*investment* nelle fotografie e le manifestazioni legate al DDM e una possibile spiegazione potrebbe essere quella elaborata da Lonergan e collaboratori (2019) di cui discusso in precedenza: Slater e collaboratori (2017) hanno indagato un comportamento legato alle fotografie passivo, mentre il presente studio e quello di Lonergan e collaboratori (2019) hanno preso in esame dei comportamenti più attivi.

La presente ricerca non è esente dalla presenza di alcuni limiti. In primo luogo, la numerosità delle minoranze sessuali è stata ristretta (5,8%). Tuttavia, considerando il fatto che il campione è tratto dalla popolazione generale, questo dato potrebbe essere in linea con la prevalenza di individui appartenenti alle minoranze sessuali. Su 14 Paesi, tra cui l'Italia, le persone che si identificano come uomini omosessuali, donne

omosessuali e bisessuali sono in media il 2,7 % della popolazione adulta, un dato che, tuttavia, sottostima le reali dimensioni del gruppo LGBTQ+ visto che sono stati presi in considerazione solo alcuni orientamenti sessuali (OECD, 2019). Il numero limitato di partecipanti facenti parte delle minoranze sessuali, nel presente studio, non ha consentito di indagare separatamente specifici orientamenti sessuali. In secondo luogo, la somministrazione dei questionari è avvenuta interamente online e, quindi, non è stato possibile controllare il modo in cui i partecipanti hanno eseguito la compilazione, la quale potrebbe essere stata svolta con scarsa attenzione e cura o senza aver compreso gli *item*.

Per quanto concerne le prospettive future, potrebbe essere utile l'utilizzo di un disegno sperimentale di tipo longitudinale per avere una visione più approfondita delle relazioni tra le variabili, avendo la possibilità di osservare possibili variazioni nel lungo periodo. Infatti, è possibile anche che le persone con tratti di DDC e DDM siano maggiormente portate verso l'*investment* nelle fotografie da pubblicare sui *Social Media*, che si configurerebbe come un espandersi delle loro preoccupazioni in un ambiente *online*, e verso la *photo manipulation* nel tentativo di correggere online i difetti percepiti nel corpo nella realtà. Se i comportamenti di pubblicazione di fotografie aumentassero le manifestazioni dismorfofobiche si potrebbe generare un circolo vizioso. Inoltre, sarebbero interessante condurre uno studio su popolazione clinica, ovvero su persone con DDC e DDM, per comprendere meglio il legame tra comportamenti basati sulle fotografie, quali *photo investment* e *photo manipulation*. Inoltre, potrebbe essere necessario servirsi di un campione di minoranze sessuali più ampio, così da poter svolgere delle analisi per specifici orientamenti sessuali e comprendere la relazione non solo tra orientamenti sessuali specifici e immagine corporea, ma anche per comprendere la relazione con comportamenti di pubblicazione di fotografie, con particolare riguardo per la pansessualità e l'asessualità, ad oggi poco studiate. Infine, potrebbe essere utile affiancare alla modalità *online* di somministrazione dei questionari, una modalità che prevede la somministrazione dei questionari in presenza, in modo tale da superare i limiti indicate precedentemente.

Alla luce dei risultati possono essere proposte alcune considerazioni di tipo applicativo. Questi risultati hanno proposto come sia importante lo sviluppo degli strumenti per consentire agli uomini di vivere in modo più funzionale il rapporto con i *Social Media*, cercando, ad esempio, di comprendere quale abilità sia cruciale affinché gli interventi

di *Social Media literacy* funzionino anche per loro. In particolar modo, tali interventi dovrebbero considerare la rilevanza che le preoccupazioni relative alla massa muscolare assumono per gli uomini e potrebbero proporre, nello specifico, delle modalità di presentazione, tramite fotografie sui *Social Media* meno incentrate sulla rappresentazione della massa muscolare (Döring et al., 2016; Gültzow et al., 2020). Inoltre, i risultati emersi possono giustificare possibili interventi di *Social Media literacy* verso le minoranze sessuali maschili, dato che hanno mostrato un certo coinvolgimento in comportamenti di *photo investment* e *photo manipulation*. Inoltre, questi risultati hanno sottolineato come, nonostante gli interventi di *Social Media literacy* e il movimento *body positivity* si siano focalizzati sulle donne, le donne necessitano di ulteriori interventi per vivere in modo migliore il rapporto con i *Social Media*. Infatti, oltre a interventi di *Social Media literacy*, si potrebbero applicare interventi mirati all'incremento di *body appreciation*, dato che tale variabile è risultata essere un moderatore chiave nella relazione tra *photo investment* e sintomi di DDC. Al contrario, per gli uomini si potrebbero utilizzare interventi incentrati sull'incremento di *self-compassion* per diminuire le preoccupazioni legate alla massa muscolare, dato che la *self-compassion* è risultata un predittore negativo. Infine, i risultati potrebbero giustificare l'inclusione di interventi focalizzati sui comportamenti di *photo manipulation* e *photo investment* nella prevenzione primaria legata a disturbi dell'immagine corporea come DDC e DDM, dato che tali comportamenti sono risultati predire manifestazioni legate a entrambi i disturbi psicologici.

## BIBLIOGRAFIA

- Aalbers, G., McNally, R. J., Heeren, A., De Wit, S., & Fried, E. I. (2019). Social media and depression symptoms: A network perspective. *Journal of Experimental Psychology: General*, *148*(8), 1454-1462. <https://doi.org/10.1037/xge0000528>
- Ajrouch, K. J., Blandon, A. Y., & Antonucci, T. C. (2005). Social networks among men and women: The effects of age and socioeconomic status. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, *60*(6), S311-S317. <https://doi.org/10.1093/geronb/60.6.S311>
- Alberga, A. S., Withnell, S. J., & von Ranson, K. M. (2018). Fitspiration and thinspiration: a comparison across three social networking sites. *Journal of Eating Disorders*, *6*(1), 1-10. <http://dx.doi.org/10.1186/s40337-018-0227-x>
- Albertson, E. R., Neff, K. D., & Dill-Shackleford, K. E. (2015). Self-compassion and body dissatisfaction in women: A randomized controlled trial of a brief meditation intervention. *Mindfulness*, *6*(3), 444-454. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0277-3>
- Alhabash, S., & Ma, M. (2017). A tale of four platforms: Motivations and uses of Facebook, Twitter, Instagram, and Snapchat among college students?. *Social media+ society*, *3*(1), 1-13. <https://doi.org/10.1177/2056305117691544>
- Alleva, J. M., Martijn, C., van Breukelen, G. J. P., Jansen, A., & Karos, K. (2015). Expand Your Horizon: A programme that improves body image and reduces self-objectification by training women to focus on body functionality. *Body Image*, *15*, 81–89. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.07.001>
- Alleva, J. M., Paraskeva, N., Craddock, N., & Diedrichs, P. C. (2018). Body appreciation in British men: Correlates and variation across sexual orientation. *Body Image*, *27*, 169-178. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.09.004>
- Alleva, J. M., Sheeran, P., Webb, T. L., Martijn, C., & Miles, E. (2015). A meta-analytic review of stand-alone interventions to improve body image. *PLoS One*, *10*(9), e0139177. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0139177>

- Alleva, J. M., & Tylka, T. L. (2021). Body functionality: A review of the literature. *Body Image, 36*, 149-171. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.11.006>
- Alleva, J. M., Tylka, T. L., & Kroon Van Diest, A. M. (2017). The Functionality Appreciation Scale (FAS): Development and psychometric evaluation in U.S. community women and men. *Body Image, 23*, 28–44. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.07.00>
- Alvy, L. M. (2013). Do lesbian women have a better body image? Comparisons with heterosexual women and model of lesbian-specific factors. *Body Image, 10*(4), 524–534. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.06.002>
- American Psychiatric Association. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3<sup>rd</sup> ed.)*. Author.
- American Psychiatric Association. (1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3<sup>rd</sup> ed., revised)*. Author.
- American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4<sup>th</sup> ed., text rev.)*. Author.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5<sup>th</sup> ed.)*. Author.
- Anderson, M., & Jiang, J. (2018). Teens, social media & technology 2018. *Pew Research Center, 31*(2018), 1673-1689. <https://www.pewresearch.org/internet/-2018/05/31/teens-social-media-technology-2018/>
- Andrew, R., Tiggemann, M., & Clark, L. (2016). Predictors and health-related outcomes of positive body image in adolescent girls: A prospective study. *Developmental Psychology, 52*, 463–474. <https://doi.org/10.1037/dev0000095>
- Angelakis, I., Gooding, P. A., & Panagioti, M. (2016). Suicidality in body dysmorphic disorder (BDD): A systematic review with meta-analysis. *Clinical psychology review, 49*, 55-66. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2016.08.002>
- Ata, R. N., Thompson, J. K., & Small, B. J. (2013). Effects of exposure to thin-ideal media images on body dissatisfaction: Testing the inclusion of a disclaimer



- versus warning label. *Body image*, 10(4), 472-480.  
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.04.004>
- Augustus-Horvath, C.L., & Tylka, T. L. (2011). The acceptance model of intuitive eating: A comparison of women in emerging adulthood, early adulthood and middle adulthood. *Journal of Counseling Psychology*, 58, 110–125.  
<https://doi.org/10.1037/a0022129>
- Badenes-Ribera, L., Fabris, M. A., & Longobardi, C. (2018). The relationship between internalized homonegativity and body image concerns in sexual minority men: A meta-analysis. *Psychology & Sexuality*, 9(3), 251-268.  
<https://doi.org/10.1080/19419899.2018.1476905>
- Badenes-Ribera, L., Rubio-Aparicio, M., Sanchez-Meca, J., Fabris, M. A., & Longobardi, C. (2019). The association between muscle dysmorphia and eating disorder symptomatology: A systematic review and meta-analysis. *Journal of behavioral addictions*, 8(3), 351-371. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.44>
- Baker, S. A., & Walsh, M. J. (2018). ‘Good Morning Fitfam’: Top posts, hashtags and gender display on Instagram. *New media & society*, 20(12), 4553-4570.  
<https://doi.org/10.1177/146144481877751>
- Barbeau, K., Guertin, C., Boileau, K., & Pelletier, L. (2022). The effects of self-compassion and self-esteem writing interventions on women’s valuation of weight management goals, body appreciation, and eating behaviors. *Psychology of Women Quarterly*, 46(1), 82-98.  
<https://doi.org/10.1177/03616843211013465>
- Barlett, C. P., Vowels, C. L., & Saucier, D. A. (2008). Meta-analyses of the effects of media images on men's body-image concerns. *Journal of social and clinical psychology*, 27(3), 279-310. <https://doi.org/10.1521/jscp.2008.27.3.279>
- Bartky, S. L. (1990). *Femininity and domination: Studies in the Phenomenology of Oppression*. Routledge.

- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological bulletin*, *117*(3), 497-529. doi:10.1037/0033-2909.117.3.497
- Baumeister, R. F., & Sommer, K. L. (1997). What do men want? Gender differences and two spheres of belongingness: comment on Cross and Madson (1997). *Psychological Bulletin*, *122*(1), 38–44. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.122.1.38>
- Bazarova, N. N., & Choi, Y. H. (2014). Self-disclosure in social media: Extending the functional approach to disclosure motivations and characteristics on social network sites. *Journal of Communication*, *64*(4), 635-657. <https://doi.org/10.1111/jcom.12106>
- Becker, C. B., & Stice, E. (2011). *Succeed body image programme manual*. Oxford University Press.
- Belknap, P., & Leonard, W. M. (1991). A conceptual replication and extension of Erving Goffman's study of gender advertisements. *Sex Roles*, *25*(3), 103-118. <https://doi.org/10.1007/BF00289848>
- Belluz, J. (2018). “Snapchat dysmorphia”: Why people are getting plastic surgery to look like edited photos. <https://www.vox.com/science-and-health/2018/8/10/17434088/plastic-surgery-face-lips-photo-snapchat-dysmorphia>.
- Bem S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, *88*, 354–364. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.88.4.354>
- Bem S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *42*, 155–162. <https://doi.org/10.1037/h0036215>
- Beos, N., Kemps, E., & Prichard, I. (2021). Photo manipulation as a predictor of facial dissatisfaction and cosmetic procedure attitudes. *Body Image*, *39*, 194–201. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.08.008>

- Betz, D. E., Sabik, N. J., & Ramsey, L. R. (2019). Ideal comparisons: Body ideals harm women's body image through social comparison. *Body image*, *29*, 100-109. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.03.004>
- Bij de Vaate, A. J. N. B., Veldhuis, J., Alleva, J. M., Konijn, E. A., & van Hugten, C. H. (2018). Show your best self (ie): An exploratory study on selfie-related motivations and behavior in emerging adulthood. *Telematics and Informatics*, *35*(5), 1392-1407. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2018.03.010>
- Binder, J., Howes, A., & Sutcliffe, A. (2009, April). The problem of conflicting social spheres: Effects of network structure on experienced tension in social network sites. In *Proceedings of the SIGCHI conference on human factors in computing systems* (pp. 965-974). doi: 10.1145/1518701.1518849
- Bjornsson A. S., Didie E. R., & Phillips, K. A. (2010). Body dysmorphic disorder. *Dialogues in clinical neuroscience*, *12*(2), 221-232. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2010.12.2/abjornsson>
- Bjornsson, A. S., Didie, E. R., Grant, J. E., Menard, W., Stalker, E., & Phillips, K. A. (2013). Age at onset and clinical correlates in body dysmorphic disorder. *Comprehensive psychiatry*, *54*(7), 893-903. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2013.03.019>
- Blascovich, J., Brennan, K., Tomaka, J., Kelsey, R. M., Hughes, P., Coad, M. L., & Adlin, R. (1992). Affect intensity and cardiac arousal. *Journal of Personality and Social Psychology*, *63*(1), 164-174. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.1.164>.
- Blumstein, P. W., & Schwartz, P. (1977). Bisexuality: Some social psychological issues. *Journal of Social Issues*, *33*(2), 30-45. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1977.tb02004.x>
- Boepple, L., Ata, R. N., Rum, R., & Thompson, J. K. (2016). Strong is the new skinny: A content analysis of fitspiration websites. *Body image*, *17*, 132-135. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.03.001>

- Boepple, L., & Thompson, J. K. (2016). A content analytic comparison of fitspiration and thinspiration websites. *International Journal of Eating Disorders, 49*(1), 98-101. <https://doi.org/10.1002/eat.22403>
- Boroughs, M. S., Krawczyk, R., & Thompson, J. K. (2010). Body dysmorphic disorder among diverse racial/ethnic and sexual orientation groups: Prevalence estimates and associated factors. *Sex roles, 63*(9), 725-737. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9831-1>
- Bottesi, G., Ghisi, M., Altoè, G., Conforti, E., Melli, G., & Sica, C. (2015). The Italian version of the Depression Anxiety Stress Scales-21: Factor structure and psychometric properties on community and clinical samples. *Comprehensive psychiatry, 60*, 170-181. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2015.04.005>
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of computer-mediated Communication, 13*(1), 210-230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Bozsik, F., Whisenhunt, B. L., Hudson, D. L., Bennett, B., & Lundgren, J. D. (2018). Thin is in? Think again: The rising importance of muscularity in the thin ideal female body. *Sex Roles, 79*, 609-615. <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0886-0>
- Brennan, D. J., Craig, S. L., & Thompson, D. E. (2012). Factors associated with a drive for muscularity among gay and bisexual men. *Culture, Health & Sexuality, 14*(1), 1–15. <https://doi.org/10.1080/13691058.2011.619578>
- Brewster, M. E., Velez, B. L., Esposito, J., Wong, S., Geiger, E., & Keum, B. T. (2014). Moving beyond the binary with disordered eating research: A test and extension of objectification theory with bisexual women. *Journal of Counseling Psychology, 61*(1), 50. <https://doi.org/10.1037/a0034748>
- Brown, Z., & Tiggemann, M. (2016). Attractive celebrity and peer images on Instagram: Effect on women's mood and body image. *Body image, 19*, 37-43. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.007>

- Brownell, K. D., & Walsh, B. T. (2017). *Eating disorders and obesity: A comprehensive handbook*. Guilford Publications.
- Bucchianeri, M., & Neumark-Sztainer, D. (2014). Body dissatisfaction: An overlooked public health concern. *Journal of Public Mental Health, 13*(2), 64–69. <https://doi.org/10.1108/JPMH-11-2013-0071>
- Buhlmann, U., McNally, R. J., Wilhelm, S., & Florin, I. (2002). Selective processing of emotional information in body dysmorphic disorder. *Journal of Anxiety Disorders, 16*(3), 289-298. [https://doi.org/10.1016/S0887-6185\(02\)00100-7](https://doi.org/10.1016/S0887-6185(02)00100-7)
- Bury, B., Tiggemann, M., & Slater, A. (2016). The effect of digital alteration disclaimer labels on social comparison and body image: Instructions and individual differences. *Body image, 17*, 136-142. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.03.005>
- Bury, B., Tiggemann, M., & Slater, A. (2017). Disclaimer labels on fashion magazine advertisements: Does timing of digital alteration information matter?. *Eating Behaviors, 25*, 18-22. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2016.08.010>
- Buss, D. M. (1988). The evolution of human intrasexual competition: tactics of mate attraction. *Journal of personality and social psychology, 54*(4), 616-628. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.4.616>
- Butkowski, C. P., Dixon, T. L., Weeks, K. R., & Smith, M. A. (2020). Quantifying the feminine self (ie): Gender display and social media feedback in young women’s Instagram selfies. *New Media & Society, 22*(5), 817-837. <https://doi.org/10.1177/1461444819871669>
- Butler J. (1990). *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. Routledge.
- Cafri, G., Olivardia, R., & Thompson, J. K. (2008). Symptom characteristics and psychiatric comorbidity among males with muscle dysmorphia. *Comprehensive Psychiatry, 49*, 374–379. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2008.01.003>
- Cafri, G., Yamamiya, Y., Brannick, M., & Thompson, J. K. (2005). The influence of sociocultural factors on body image: a meta-analysis. *Clinical Psychology: science and practice, 12*(4), 421-433. <https://doi.org/10.1093/clipsy.bpi053>

- Calogero, R. M., Herbozo, S., & Thompson, J. K. (2009). Complimentary weightism: The potential costs of appearance-related commentary for women's self-objectification. *Psychology of Women Quarterly*, *33*, 120–132. <https://dx.doi.org/10.1111/j.1471-6402.2008.01479.x>
- Calogero, R. M., Pina, A., Park, L. E., & Rahemtulla, Z. (2010). Objectification theory predicts college women's attitudes toward cosmetic surgery. *Sex Roles*, *63*, 32–41. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9759-5>
- Calogero, R. M., Pina, A., & Sutton, R. M. (2014). Cutting words: Priming self-objectification increases women's intention to pursue cosmetic surgery. *Psychology of Women Quarterly*, *38*, 197–207. <https://doi.org/10.1177/0361684313506881>
- Carper, T. L. M., Negy, C., & Tantleff-Dunn, S. (2010). Relations among media influence, body image, eating concerns, and sexual orientation in men: A preliminary investigation. *Body Image*, *7*(4), 301–309. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.07.002>
- Carrotte, E. R., Prichard, I., & Lim, M. S. C. (2017). "Fitspiration" on social media: A content analysis of gendered images. *Journal of medical Internet research*, *19*(3), e95. doi:10.2196/jmir.6368
- Casale, S., Prostamo, A., Giovannetti, S., & Fioravanti, G. (2021). Translation and validation of an Italian version of the Body Appreciation Scale-2. *Body Image*, *37*, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.01.005>
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). The impact of body image experiences: development of the body image quality of life inventory. *International Journal of eating disorders*, *31*(4), 455-460. <https://doi.org/10.1002/eat.10033>
- Cash, T. F., Fleming, E. C., Alindogan, J., Steadman, L., & Whitehead, A. (2002). Beyond body image as a trait: The development and validation of the body image states scale. *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, *10*(2), 103–113. <https://dx.doi.org/10.1080/10640260290081678>

- Cash, T. F., Jakatdar, T. A., & Williams, E. F. (2004). The Body Image Quality of LifeInventory: Further validation with college men and women. *Body Image, 1*, 279–287. [https://dx.doi.org/10.1016/S1740-1455\(03\)00023-8](https://dx.doi.org/10.1016/S1740-1455(03)00023-8)
- Cash, T. F., & Pruzinsky T. (2002). *Body image: a handbook of theory, research, and clinical practice*. Guilford Press.
- Cash, T. L., Santos, M. T., & Williams, E. F. (2005). Coping with body-image threats and challenges: Validation of the Body Image Coping Strategies Inventory. *Journal of Psychosomatic Research, 58*, 190–199. <https://dx.doi.org/10.1016/j.jpsychores.2004.07.008>
- Catri, F. (2021). Defining asexuality as a sexual identity: Lack/little sexual attraction, desire, interest and fantasies. *Sexuality & Culture, 25*(4), 1529-1539. <https://doi.org/10.1007/s12119-021-09833-w>
- Cella, S., Iannaccone, M., & Cotrufo, P. (2012). Muscle dysmorphia: A comparison between competitive bodybuilders and fitness practitioners. *Journal of Nutritional Therapeutics, 1*(1), 12-18. <https://dx.doi.org/10.6000/1929-5634.2012.01.01.2>
- Cerea, S., Bottesi, G., Grisham, J. R., & Ghisi, M. (2018). Body dysmorphic disorder and its associated psychological and psychopathological features in an Italian community sample. *International journal of psychiatry in clinical practice, 22*(3), 206-214. <https://doi.org/10.1080/13651501.2017.1393545>
- Cerea, S., Bottesi, G., Pacelli, Q. F., Paoli, A., & Ghisi, M. (2018). Muscle dysmorphia and its associated psychological features in three groups of recreational athletes. *Scientific reports, 8*(1), 1-8. doi: 10.1038/s41598-018-27176-9
- Cerea, S., Giraldo, M., Caudek, C., Bottesi, G., Paoli, A., & Ghisi, M. (2022). Validation of the Muscle Dysmorphic Disorder Inventory (MDDI) among Italian Women Practicing Bodybuilding and Powerlifting and in Women Practicing Physical Exercise. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(15), 9487. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159487>

- Chan, W. S., & Leung, A. Y. (2018). Use of social network sites for communication among health professionals: systematic review. *Journal of medical Internet research*, 20(3). <https://doi.org/10.2196/jmir.8382>
- Chaney, M. P. (2008). Muscle dysmorphia, self-esteem, and loneliness among gay and bisexual men. *International Journal of Men's Health*, 7(2), 157–170. <https://doi.org/10.3149/jmh.0702.157>
- Chen, J., Ishii, M., Bater, K. L., Darrach, H., Liao, D., Huynh, P. P., Reh, I. P., Nellis, J. C., Kumar, A. R., & Ishii, L. E. (2019). Association between the use of social media and photograph editing applications, self-esteem, and cosmetic surgery acceptance. *JAMA Facial Plastic Surgery*, 21(5), 361–367. <https://doi.org/10.1001/jamafacial.2019.0328>
- Chua, T. H. H., & Chang, L. (2016). Follow me and like my beautiful selfies: Singapore teenage girls' engagement in self-presentation and peer comparison on social media. *Computers in human behavior*, 55, 190-197. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.011>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.)*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cohen, R., Fardouly, J., Newton-John, T., & Slater, A. (2019). # BoPo on Instagram: An experimental investigation of the effects of viewing body positive content on young women's mood and body image. *New Media & Society*, 21(7), 1546-1564. <https://doi.org/10.1177/1461444819826530>
- Cohen, R., Irwin, L., Newton-John, T., & Slater, A. (2019). # bodypositivity: A content analysis of body positive accounts on Instagram. *Body image*, 29, 47-57. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.02.007>
- Cohen, R., Newton-John, T., & Slater, A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body image*, 23, 183-187. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.002>



- Cohen, R., Newton-John, T., & Slater, A. (2018). 'Selfie'-objectification: The role of selfies in self-objectification and disordered eating in young women. *Computers in Human Behavior*, 79, 68-74. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.10.027>
- Conner, M., Johnson, C., & Grogan, S. (2004). Gender, sexuality, body image and eating behaviors. *Journal of Health Psychology*, 9(4), 505–515. <https://doi.org/10.1177/1359105304044034>
- Crerand, C. E., Menard, W., & Phillips, K. A. (2010). Surgical and minimally invasive cosmetic procedures among persons with body dysmorphic disorder. *Annals of plastic surgery*, 65(1), 11. doi: 10.1097/SAP.0b013e3181bba08f
- Cross, S. E., & Madson, L. (1997). Models of the self: self-construals and gender. *Psychological bulletin*, 122(1), 5-37. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.122.1.5>
- Crowe, N., & Watts, M. (2016). 'We're just like Gok, but in reverse': Ana Girls—empowerment and resistance in digital communities. *International Journal of Adolescence and Youth*, 21(3), 379-390. <https://doi.org/10.1080/02673843.2013.856802>
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper Perennial.
- Csikszentmihalyi, M. (1982). *Toward a psychology of optimal experience*. In L. Wheeler (Ed.), *Review of personality and social psychology*. Sage.
- Cwynar-Horta, J. (2016). The commodification of the body positive movement on Instagram. *Stream: Culture/Politics/Technology*, 8(2), 36-56. <https://doi.org/10.21810/stream.v8i2.203>
- Danthinne, E. S., Giorgianni, F. E., & Rodgers, R. F. (2020). Labels to prevent the detrimental effects of media on body image: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 53(5), 647-661. <https://doi.org/10.1002/eat.23242>
- Dauids, C. M., & Green, M. A. (2011). A preliminary investigation of body dissatisfaction and eating disorder symptomatology with bisexual individuals. *Sex Roles*, 65(7–8), 533. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-9963-y>

- Dauids, C. M., Watson, L. B., Nilsson, J. E., & Marszalek, J. M. (2015). Body dissatisfaction among gay men: The roles of sexual objectification, gay community involvement, and psychological sense of community. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 2*(4), 376–385. <https://doi.org/10.1037/sgd0000127>
- De Bruin, A. P., Woertman, L., Bakker, F. C., & Oudejans, R. R. D. (2009). Weight-related sport motives and girls' body image, weight control behaviors, and self-esteem. *Sex Roles, 60*(9–10), 628–641. <http://dx.doi.org/10.1007/s11199-008-9562-8>
- De Vries, D. A., Peter, J., De Graaf, H., & Nikken, P. (2016). Adolescents' social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: Testing a mediation model. *Journal of youth and adolescence, 45*, 211–224. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0266-4>
- De Vries, D. A., Peter, J., Nikken, P., & de Graaf, H. (2014). The effect of social network site use on appearance investment and desire for cosmetic surgery among adolescent boys and girls. *Sex Roles, 71*, 283–295. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0412-6>
- Dhir, A., Pallesen, S., Torsheim, T., & Andreassen, C. S. (2016). Do age and gender differences exist in selfie-related behaviours?. *Computers in Human Behavior, 63*, 549–555. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.053>
- Di Bartolo, P. M., Lin, L., Montoya, S., Neal, H., & Shaffer, C. (2007). Are there “healthy” and “unhealthy” reasons for exercise? Examining individual differences in exercise motivations using the Function of Exercise Scale. *Journal of Clinical Sport Psychology, 1*(2), 93–120. <http://dx.doi.org/10.1123/jcsp.1.2.93>
- Dignard, N. A., & Jarry, J. L. (2021). The “Little Red Riding Hood effect:” Fitspiration is just as bad as thinspiration for women's body satisfaction. *Body Image, 36*, 201–213. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.11.012>
- Dondzilo, L., Rodgers, R. F., Fuller-Tyszkiewicz, M., Vartanian, L. R., Krug, I., Preece, D. A., MacLeod, J., & MacLeod, C. (2022). Body dissatisfaction frequency and

- duration: Dissociable dimensions of trait body dissatisfaction. *Body Image*, 42, 327-337. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.07.015>
- Donovan, C. L., Uhlmann, L. R., & Loxton, N. J. (2020). Strong is the new skinny, but is it ideal?: a test of the tripartite influence model using a new measure of fit-ideal internalisation. *Body Image*, 35, 171-180. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.09.002>
- Döring, N., Reif, A., & Poeschl, S. (2016). How gender-stereotypical are selfies? A content analysis and comparison with magazine adverts. *Computers in Human Behavior*, 55, 955-962. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.10.001>
- Drummond, M. J., & Filiault, S. M. (2007). THE LONG AND THE SHORT OF IT: GAY MEN'S PERCEPTIONS OF PENIS SIZE. *Gay & Lesbian Issues & Psychology Review*, 3(2).
- Eagly, A. H., Wood, W., & Diekmann, A. B. (2000). *The developmental social psychology of gender*. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781410605245>
- Eckler, P., Kalyango, Y., & Paasch, E. (2017). Facebook use and negative body image among US college women. *Women & health*, 57(2), 249-267. <https://doi.org/10.1080/03630242.2016.1159268>
- Egan S. K., & Perry D. G. (2001). Gender identity: A multidimensional analysis with implications for psychosocial adjustment. *Developmental Psychology*, 37, 451–463. doi:10.1037/0012-1649.37.4.451
- Ellison, N., Heino, R., & Gibbs, J. (2006). Managing impressions online: Self-presentation processes in the online dating environment. *Journal of computer-mediated communication*, 11(2), 415-441. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2006.00020.x>
- Engeln, R., Loach, R., Imundo, M. N., & Zola, A. (2020). Compared to Facebook, Instagram use causes more appearance comparison and lower body satisfaction in college women. *Body Image*, 34, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.04.007>

- Engeln-Maddox, R., Miller, S. A., & Doyle, D. M. (2011). Tests of objectification theory in gay, lesbian, and heterosexual community samples: Mixed evidence for proposed pathways. *Sex Roles, 65*(7), 518-532. <https://doi.org/10.1007/s11199-011-9958-8>
- Escobar-Viera, C. G., Shensa, A., Bowman, N. D., Sidani, J. E., Knight, J., James, A. E., & Primack, B. A. (2018). Passive and active social media use and depressive symptoms among United States adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 21*(7), 437-443. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0668>
- Fabris, M. A., Longobardi, C., Badenes-Ribera, L., & Settanni, M. (2022). Prevalence and co-occurrence of different types of body dysmorphic disorder among men having sex with men. *Journal of Homosexuality, 69*(1), 132-144. <https://doi.org/10.1080/00918369.2020.1813512>
- Fabris, M. A., Longobardi, C., Prino, L. E., & Settanni, M. (2017). Attachment style and risk of muscle dysmorphia in a sample of male bodybuilders. *Psychology of Men & Masculinity, 19*(2), 273–281. <https://doi.org/10.1037/men0000096>
- Factor, R., & Rothblum, E. (2008). Exploring gender identity and community among three groups of transgender individuals in the United States: MTFs, FTMs, and genderqueers. *Health Sociology Review, 17*(3), 235-253. <https://doi.org/10.5172/hesr.451.17.3.235>
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body image, 13*, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Fardouly, J., & Holland, E. (2018). Social media is not real life: The effect of attaching disclaimer-type labels to idealized social media images on women's body image and mood. *New media & society, 20*(11), 4311-4328. <https://orcid.org/0000-0001-5648-6757>
- Fardouly, J., Pinkus, R. T., & Vartanian, L. R. (2017). The impact of appearance comparisons made through social media, traditional media, and in person in

- women's everyday lives. *Body image*, 20, 31-39.  
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.11.002>
- Fardouly, J., & Vartanian, L. R. (2016). Social media and body image concerns: Current research and future directions. *Current opinion in psychology*, 9, 1-5.  
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.09.005>
- Fardouly, J., Willburger, B. K., & Vartanian, L. R. (2018). Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways. *New media & society*, 20(4), 1380-1395.  
<https://doi.org/10.1177/1461444817694499>
- Fatt, S. J., Fardouly, J., & Rapee, R. M. (2019). # malefitspo: Links between viewing fitspiration posts, muscular-ideal internalisation, appearance comparisons, body satisfaction, and exercise motivation in men. *New Media & Society*, 21(6), 1311-1325. <https://doi.org/10.1177/14614448188210>
- Feldman, M. B., & Meyer, I. H. (2007). Eating disorders in diverse lesbian, gay, and bisexual populations. *International journal of eating disorders*, 40(3), 218-226.  
<https://doi.org/10.1002/eat.20360>
- Feltman, C. E., & Szymanski, D. M. (2018). Instagram use and self-objectification: The roles of internalization, comparison, appearance commentary, and feminism. *Sex Roles*, 78, 311-324. <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0796-1>
- Ferguson, C. J. (2013). In the eye of the beholder: Thin-ideal media affects some, but not most, viewers in a meta-analytic review of body dissatisfaction in women and men. *Psychology of Popular Media Culture*, 2(1), 20.  
<https://doi.org/10.1037/a0030766>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140. <http://dx.doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Feusner, J. D., Hembacher, E., & Phillips, K. A. (2009). The mouse who couldn't stop washing: pathologic grooming in animals and humans. *CNS spectrums*, 14(9), 503-513. <https://doi.org/10.1017/S1092852900023567>

- Fioravanti, G., Svicher, A., Ceragioli, G., Bruni, V., & Casale, S. (2021). Examining the impact of daily exposure to body-positive and fitspiration Instagram content on young women's mood and body image: An intensive longitudinal study. *New Media & Society*, 0(0), 1-23. <https://doi.org/10.1177/146144482110389>
- Fiske, L., Fallon, E. A., Blissmer, B., & Redding, C. A. (2014). Prevalence of body dissatisfaction among United States adults: Review and recommendations for future research. *Eating Behaviors*, 15(3), 357–365. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.04.010>
- Fornaini, E., Matera, C., Nerini, A., Policardo, G. R., & Di Gesto, C. (2021). The Power of Words: Appearance Comments from One's Partner Can Affect Men's Body Image and Women's Couple Relationship. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 9319. <https://doi.org/10.3390/ijerph18179319>
- Fox, J., & Vendemia, M. A. (2016). Selective self-presentation and social comparison through photographs on social networking sites. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 19(10), 593-600. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0248>
- Franzoi, S. L., Vasquez, K., Sparapani, E., Frost, K., Martin, J., & Aebly, M. (2012). Exploring body comparison tendencies: Women are self-critical whereas men are self-hopeful. *Psychology of Women Quarterly*, 36(1), 99-109. . <http://dx.doi.org/10.1177/0361684311427028>
- Frederick, D. A., Forbes, G. B., Grigorian, K. E., & Jarcho, J. M. (2007). The UCLA Body Project I: Gender and ethnic differences in self-objectification and body satisfaction among 2,206 undergraduates. *Sex Roles*, 57(5), 317-327. <https://doi.org/10.1007/s11199-007-9251-z>
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of women quarterly*, 21(2), 173-206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>

- Frost, D. M., & Meyer, I. H. (2012). Measuring community connectedness among diverse sexual minority populations. *Journal of sex research, 49*(1), 36-49. <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.565427>
- Ghaznavi, J., & Taylor, L. D. (2015). Bones, body parts, and sex appeal: An analysis of# thinspiration images on popular social media. *Body image, 14*, 54-61. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.03.006>
- Giardino, J. C., & Procidano, M. E. (2012). Muscle dysmorphia symptomatology: A cross-cultural study in Mexico and the United States. *International Journal of Men's Health, 11*(1), 83–103. doi:10.3149/jmh.1101.83
- Gil, S. (2007). Body image, well-being and sexual satisfaction: A comparison between heterosexual and gay men. *Sexual and Relationship Therapy, 22*(2), 237–244. <https://doi.org/10.1080/14681990600855042>
- Gillison, F. B., Standage, M., & Skevington, S. M. (2006). Relationships among adolescents' weight perceptions, exercise goals, exercise motivation, quality of life and leisure-time exercise behaviour: a self-determination theory approach. *Health education research, 21*(6), 836-847. <https://doi.org/10.1093/her/cyl139>
- Gioia, F., McLean, S., Griffiths, M. D., & Boursier, V. (2021). Adolescents' selfie-taking and selfie-editing: A revision of the photo manipulation scale and a moderated mediation model. *Current Psychology, 1*-17. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01702-x>
- Glick P., & Fiske S. T. (1999). The ambivalence toward men inventory: Differentiating hostile and benevolent beliefs about men. *Psychology of Women Quarterly, 23*(3), 519–536. doi:10.1111/j.1471-6402.1999.tb00379.x
- Glick P., & Fiske S. T. (2001). An ambivalent alliance. Hostile and benevolent sexism as complementary justifications for gender inequality. *American Psychologist, 56*, 109–118. doi:10.1037/0003-066X.56.2.109
- Glick P., & Fiske S. T. (1996). The Ambivalent Sexism Inventory: Differentiating hostile and benevolent sexism. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*, 491–512. doi:10.1037/0022-3514.70.3.491

- Goffman, E. (1979). *Gender advertisements*. Macmillan International Higher Education.
- Goldfield, G. S., Moore, C., Henderson, K., Buchholz, A., Obeid, N., & Flament, M. F. (2010). Body dissatisfaction, dietary restraint, depression, and weight status in adolescents. *Journal of school health, 80*(4), 186-192. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2009.00485.x>
- Goldsmith, K. M., & Byers, E. S. (2016). Perceived impact of body feedback from romantic partners on young adults' body image and sexual well-being. *Body Image, 17*, 161-170. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.03.008>
- Goodale, K. R., Watkins, P. L., & Cardinal, B. J. (2001). Muscle dysmorphia: A new form of eating disorder? *American Journal of Health Education, 32*(5), 260–266. <https://doi.org/10.1080/19325037.2001.10603480>
- Grabe, S., Ward, L. M., & Hyde, J. S. (2008). The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological bulletin, 134*(3), 460. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>
- Greene, B., & Herek, G. M. (Eds.). (1994). *Lesbian and gay psychology: Theory, research, and clinical applications*. Sage Publications.
- Grey, W., Harris, E. A., & Griffiths, S. (2022). A randomized controlled trial of a brief self-compassion intervention designed to improve the body image of sexual minority men. *Body Image, 42*, 385-400. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.07.001>
- Grieve, F. G. (2007). A conceptual model of factors contributing to the development of muscle dysmorphia. *Eating disorders, 15*(1), 63-80. <https://doi.org/10.1080/10640260601044535>
- Griffiths, S., Castle, D., Cunningham, M., Murray, S. B., Bastian, B., & Barlow, F. K. (2018). How does exposure to thinspiration and fitspiration relate to symptom severity among individuals with eating disorders? Evaluation of a proposed model. *Body image, 27*, 187-195. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.10.002>



- Griffiths, S., Hay, P., Mitchison, D., Mond, J. M., McLean, S. A., Rodgers, B., & Paxton, S. J. (2016). Sex differences in the relationships between body dissatisfaction, quality of life and psychological distress. *Australian and New Zealand Journal of Public Health*, 40(6), 518–522. <https://doi.org/10.1111/1753-6405.12538>
- Griffiths, S., Murray, S. B., Krug, I., & McLean, S. A. (2018). The contribution of social media to body dissatisfaction, eating disorder symptoms, and anabolic steroid use among sexual minority men. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21, 149-156. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0375>
- Griffiths, S., Murray, S. B., & Touyz, S. (2013). Disordered eating and the muscular ideal. *Journal of eating disorders*, 1(1), 1-2. <https://doi.org/10.1186/2050-2974-1-15>
- Griffiths, S., & Stefanovski, A. (2019). Thinspiration and fitspiration in everyday life: An experience sampling study. *Body image*, 30, 135-144. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.07.002>
- Groesz, L. M., Levine, M. P., & Murnen, S. K. (2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: A meta-analytic review. *International Journal of eating disorders*, 31(1), 1-16. <http://dx.doi.org/10.1002/eat.10005>
- Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Routledge.
- Grogan, S. (2021). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women, and children*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003100041>
- Grunewald, W., Ortiz, S. N., Kinkel-Ram, S. S., & Smith, A. R. (2022). Longitudinal relationships between muscle dysmorphia symptoms and suicidal ideation. *Suicide and Life-Threatening Behavior*. <https://doi.org/10.1111/sltb.12852>

- Gültzow, T., Guidry, J. P., Schneider, F., & Hoving, C. (2020). Male body image portrayals on instagram. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(5), 281-289. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0368>
- Gunstad, J., & Phillips, K. A. (2003). Axis I comorbidity in body dysmorphic disorder. *Comprehensive Psychiatry*, 44, 270–276. doi:10.1016/S0010-440X(03)00088-9
- Haferkamp, N., Eimler, S. C., Papadakis, A. M., & Kruck, J. V. (2012). Men are from Mars, women are from Venus? Examining gender differences in self-presentation on social networking sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 91-98. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0151>
- Hale, B., Diehl, D., Weaver, K., & Briggs, M. (2013). Exercise dependence and muscle dysmorphia in novice and experienced female bodybuilders. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(4), 244–248. <https://doi.org/10.1556/jba.2.2013.4.8>
- Hall, M., Hanna, L. A., & Huey, G. (2013). Use and views on social networking sites of pharmacy students in the United Kingdom. *American journal of pharmaceutical education*, 77(1). <https://doi.org/10.5688/ajpe7719>
- Hamilton L. (2007). Trading on heterosexuality: College women's gender strategies and homophobia. *Gender & Society*, 21, 145–172. doi:10.1177/0891243206297604
- Hampton, K. N., Goulet, L. S., Marlow, C., & Rainie, L. (2012). Why most Facebook users get more than they give. *Pew Internet & American Life Project*. <https://pewinternet.org/Reports/2012/Facebook-users.aspx>
- Hanley, S., & McLaren, S. (2015). Sense of belonging to layers of lesbian community weakens the link between body image dissatisfaction and depressive symptoms. *Psychology of Women Quarterly*, 39(1), 85-94. <https://doi.org/10.1177/036168431452242>
- Hargreaves, D. A., & Tiggemann, M. (2006). 'Body Image is for Girls' A Qualitative Study of Boys' Body Image. *Journal of health psychology*, 11(4), 567-576. doi: 10.1177/1359105306065017

- Harrison, K., & Cantor, J. (1997). The relationship between media consumption and eating disorders. *Journal of communication*, 47(1), 40-67. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1997.tb02692.x>
- Harter, S., & Leahy, R. L. (1999). *The construct of the self: A developmental perspective*. Guilford press.
- Harver, A., Katkin, E. S., & Bloch, E. (1993). Signal-detection outcomes on heartbeat and respiratory resistance detection tasks in male and female subjects. *Psychophysiology*, 30(3), 223-230. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8986.1993.tb03347.x>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and commitment therapy* (p. 6). Guilford press.
- Hazzard, V. M., Schaefer, L. M., Schaumberg, K., Bardone-Cone, A. M., Frederick, D. A., Klump, K. L., & Thompson, J. K. (2019). Testing the tripartite influence model among heterosexual, bisexual, and lesbian women. *Body Image*, 30, 145-149. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.07.001>
- He, J., Sun, S., Lin, Z., & Fan, X. (2020a). Body dissatisfaction and sexual orientations: A quantitative synthesis of 30 years research findings. *Clinical Psychology Review*, 81, 101896. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101896>
- He, J., Sun, S., Lin, Z., & Fan, X. (2020b). The association between body appreciation and body mass index among males and females: A meta-analysis. *Body Image*, 34, 10–26. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.03.006>
- Heinberg, L. J., & Thompson, J. K. (1992). Social comparison: Gender, target importance ratings, and relation to body image disturbance. *Journal of social behavior and personality*, 7(2), 335. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/social-comparison-gender-target-importance/docview/1292279024/se-2>
- Heinberg, L. J., Thompson, J. K., & Matzon, J. L. (2001). Body image dissatisfaction as a motivator for healthy lifestyle change: Is some distress beneficial? In R.H. Striegel-Moore & L. Smolak (Eds.), *Eating disorders: Innovative directions*

- inresearch and practice* (pp. 215–232). Washington, DC: American Psychological Association.
- Henderson-King, D., & Henderson-King, E. (2005). Acceptance of cosmetic surgery: Scale development and validation. *Body image*, 2(2), 137-149. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.03.003>
- Hendrickse, J., Arpan, L. M., Clayton, R. B., & Ridgway, J. L. (2017). Instagram and college women's body image: Investigating the roles of appearance-related comparisons and intrasexual competition. *Computers in Human Behavior*, 74, 92-100. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.04.027>
- Herek, G. H., & Glunt, E. K. (1995). Identity and community among gay. *AIDS, identity, and community: The HIV epidemic and lesbians and gay men*, 2, 55.
- Hermans, A. M., Boerman, S. C., & Veldhuis, J. (2022). Follow, filter, filler? Social media usage and cosmetic procedure intention, acceptance, and normalization among young adults. *Body Image*, 43, 440-449. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.10.004>
- Hill D. B., & Willoughby B. L. B. (2005). The development and validation of the Genderism and Transphobia Scale. *Sex Roles*, 53(7–8), 531–544. [doi:10.1007/s11199-005-7140-x](https://doi.org/10.1007/s11199-005-7140-x)
- Hildebrandt, T., Schlundt, D., Langenbacher, J., & Chung, T. (2006). Presence of muscle dysmorphia symptomatology among male weightlifters. *Comprehensive Psychiatry*, 47(2), 127–135. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2005.06.001>
- Hildebrandt, T., Langenbacher, J., & Schlundt, D. G. (2004). Muscularity concerns among men: Development of attitudinal and perceptual measures. *Body image*, 1(2), 169-181. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.01.001>
- Hines M. (2003). *Brain gender*. New York, NY: Oxford.
- Hogue, J. V., & Mills, J. S. (2019). The effects of active social media engagement with peers on body image in young women. *Body image*, 28, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.11.002>

- Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body image, 17*, 100-110. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.008>
- Holland, G., & Tiggemann, M. (2017). “Strong beats skinny every time”: Disordered eating and compulsive exercise in women who post fitspiration on Instagram. *International Journal of Eating Disorders, 50*(1), 76-79. <https://doi.org/10.1002/eat.22559>
- Hollander, E., Neville, D., Frenkel, M., Josephson, S., & Liebowitz, M. R. (1992). Body dysmorphic disorder diagnostic issues and related disorders. *Psychosomatics, 33*, 156–165. doi:10.1002/da.20709
- Homan, K. J., & Tylka, T. L. (2015). Self-compassion moderates body comparison and appearance self-worth’s inverse relationships with body appreciation. *Body Image, 15*, 1–7. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.04.007>
- Horn S. S. (2007). Adolescents’ acceptance of same-sex peers based on sexual orientation and gender expression. *Journal of Youth and Adolescence, 36*, 363–371. doi:10.1007/s10964-006-9111-0
- Hospers, H., & Jansen, A. (2005). Why homosexuality is a risk factor for eating disorders in males. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*, 1188–1201. <http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2005.24.8.1188>
- Hosseini, S. A., & Padhy, R. K. (2019). Body image distortion.
- Hyde, J. S., Bigler, R. S., Joel, D., Tate, C. C., & van Anders, S. M. (2019). The future of sex and gender in psychology: Five challenges to the gender binary. *American Psychologist, 74*(2), 171–193. <https://doi.org/10.1037/amp0000307>
- Ingledeu, D. K., & Markland, D. (2008). The role of motives in exercise participation. *Psychology and health, 23*(7), 807-828. <https://doi.org/10.1080/08870440701405704>

- Irving, L. M. (1990). MIRROR IMAGES: EFFECTS OF THE STANDARD OF BEAUTY ON THE SELF- AND BODY-ESTEEM OF WOMEN EXHIBITING VARYING LEVELS OF BULIMIC SYMPTOMS. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9*(2), 230. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/mirror-images-effects-standard-beauty-on-self/docview/1292188644/se-2>
- Instagram (2021). Instagram statistics. <https://www.instagram.com/press/>.
- Jakubowski, K. (2014, November 12). *Pansexuality 101: It's more than 'just another letter.'* <http://everydayfeminism.com/2014/11/pansexuality-101>
- Jackson, S. D., & Mohr, J. J. (2016). Conceptualizing the closet: Differentiating stigma concealment and nondisclosure processes. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 3*(1), 80. <https://doi.org/10.1037/sgd0000147>
- Jankowski, G. S., Diedrichs, P. C., & Halliwell, E. (2014). Can appearance conversations explain differences between gay and heterosexual men's body dissatisfaction? *Psychology of Men & Masculinity, 15*(1), 68–77. <https://doi.org/10.1037/a0031796>
- Jiang, J. (2018). Millennials stand out for their technology use, but older generations also embrace digital life. *Pew Research Center, 5*, 347-373.
- Joinson, A. N. (2008, April). Looking at, looking up or keeping up with people? Motives and use of Facebook. In *Proceedings of the SIGCHI conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 1027-1036). <https://doi.org/10.1145/1357054.1357213>
- Kang, M. E. (1997). The portrayal of women's images in magazine advertisements: Goffman's gender analysis revisited. *Sex roles, 37*(11), 979-996. <https://doi.org/10.1007/BF02936350>
- Karazsia, B. T., Murnen, S. K., & Tylka, T. L. (2017). Is body dissatisfaction changing across time? A cross-temporal meta-analysis. *Psychological bulletin, 143*(3), 293. <https://doi.org/10.1037/bul0000081>

- Katkin, E. S. (1985). Blood, sweat, and tears: Individual differences in autonomic self-perception. *Psychophysiology*, 22(2), 125-137. <https://doi.org/10.1111/j.1469-8986.1985.tb01573.x>
- Katkin, E. S., Blascovich, J., & Goldband, S. (1981). Empirical assessment of visceral self-perception: individual and sex differences in the acquisition of heartbeat discrimination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(6), 1095-1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.40.6.1095>
- Katz, E., & Blumler, J. G. (1974). *The Uses of mass communications : current perspectives on gratifications research*. Beverly Hills: Sage Publications.
- Kelleher, S., Murphy, M., & Su, X. (2022). Asexual identity development and internalisation: a scoping review of quantitative and qualitative evidence. *Psychology & Sexuality*, 1-28. <https://doi.org/10.1080/19419899.2022.2057867>
- Kessler S. J., & McKenna W. (1978). *Gender: An ethnomethodological approach*. New York, NY: Wiley.
- Khattab, M. (2020). Synching and performing: body (re)-presentation in the short video app TikTok. *Widerscreen*, 21, 1–2. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210609.072>
- King, N. A., Hopkins, M., Caudwell, P., Stubbs, R. J., & Blundell, J. E. (2008). Individual variability following 12 weeks of supervised exercise: identification and characterization of compensation for exercise-induced weight loss. *International journal of obesity*, 32(1), 177-184. <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0803712>
- Kite M., & Deaux K. (1987). Gender belief systems: Homosexuality and the implicit inversion theory. *Psychology of Women Quarterly*, 11, 83–96. doi: 10.1111/j.1471-6402.1987.tb00776.x
- Klimek, P., & Hildebrandt, T. (2018). Psychosocial correlates of gap time to anabolic-androgenic steroid use. *International Journal of Eating Disorders*, 51(6), 535–541. <https://doi.org/10.1002/eat.22859>
- Kling, J., Kwakkenbos, L., Diedrichs, P. C., Rumsey, N., Frisen, A., Brandao, M. P., Silva, G. S., Dooley, B., Rodgers, R. F., & Fitzgerald, A. (2019). Systematic

- review of body image measures. *Body Image*, 30, 170-211.  
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.06.006>
- Kousari-Rad, P., & McLaren, S. (2013). The relationships between sense of belonging to the gay community, body image dissatisfaction, and self-esteem among Australian gay men. *Journal of Homosexuality*, 60(6), 927–943.  
<https://doi.org/10.1080/00918369.2013.774866>
- Kozee, H. B., & Tylka, T. L. (2006). A test of objectification theory with lesbian women. *Psychology of Women Quarterly*, 30(4), 348-357.  
<https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.2006.00310.x>
- Krane, V., Choi, P. Y. L., Baird, S. M., Aimar, C. M., & Kauer, K. J. (2004). Living the paradox: Female athletes negotiate femininity and muscularity. *Sex Roles*, 50(5/6), 315–329. <http://dx.doi.org/10.1023/B:SERS.0000018888.48437.4>
- Krasnova, H., Veltri, N. F., Eling, N., & Buxmann, P. (2017). Why men and women continue to use social networking sites: The role of gender differences. *The Journal of Strategic Information Systems*, 26(4), 261-284.  
<https://doi.org/10.1016/j.jsis.2017.01.004>
- Ku, Y. C., Chen, R., & Zhang, H. (2013). Why do users continue using social networking sites? An exploratory study of members in the United States and Taiwan. *Information & Management*, 50(7), 571-581.  
<https://doi.org/10.1016/j.im.2013.07.011>
- Kuper L. E., Nussbaum R., & Mustanski B. (2012). Exploring the diversity of gender and sexual orientation identities in an online sample of transgender individuals. *Journal of Sex Research*, 49, 244–254. doi:10.1080/00224499.2011.596954
- Laan, E., Everaerd, W., van der Velde, J., & Geer, J. H. (1995). Determinants of subjective experience of sexual arousal in women: Feedback from genital arousal and erotic stimulus content. *Psychophysiology*, 32(5), 444-451.  
<https://doi.org/10.1111/j.1469-8986.1995.tb02095.x>



- Lakkis, J., Ricciardelli, L. A., & Williams, R. J. (1999). Role of sexual orientation and gender-related traits in disordered eating. *Sex Roles, 41*(1–2), 1–16. <https://doi.org/10.1023/A:1018829506907>
- Laumann, E. O., Gagnon, J. H., Michael, R. T., & Michaels, S. (1994). *The social organization of sexuality: Sexual practices in the United States*. University of Chicago press.
- Lapinski, M. K. (2006). StarvingforPerfect.com: A theoretically based content analysis of pro-eating disorder web sites. *Health Communication, 20*(3), 243-253. [https://doi.org/10.1207/s15327027hc2003\\_4](https://doi.org/10.1207/s15327027hc2003_4)
- Laska, M. N., VanKim, N. A., Erickson, D. J., Lust, K., Eisenberg, M. E., & Rosser, B. S. (2015). Disparities in weight and weight behaviors by sexual orientation in college students. *American Journal of Public Health, 105*(1), 111–121.
- Lazuka, R. F., Wick, M. R., Keel, P. K., & Harriger, J. A. (2020). Are we there yet? Progress in depicting diverse images of beauty in Instagram’s body positivity movement. *Body image, 34*, 85-93. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.05.001>
- Leahey, T. M., Crowther, J. H., & Ciesla, J. A. (2011). An ecological momentary assessment of the effects of weight and shape social comparisons on women with eating pathology, high body dissatisfaction, and low body dissatisfaction. *Behavior Therapy, 42*(2), 197-210. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.07.003>
- Lee, M., & Lee, H. H. (2021). Social media photo activity, internalization, appearance comparison, and body satisfaction: The moderating role of photo-editing behavior. *Computers in Human Behavior, 114*, 106579. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106579>
- Legenbauer, T., Vocks, S., Schäfer, C., Schütt-Strömel, S., Hiller, W., Wagner, C., & Vögele, C. (2009). Preference for attractiveness and thinness in a partner: Influence of internalization of the thin ideal and shape/weight dissatisfaction in heterosexual women, heterosexual men, lesbians, and gay men. *Body Image, 6*(3), 228-234. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.04.002>

- Levine, M. P., Smolak, L., Moodey, A. F., Shuman, M. D., & Hessen, L. D. (1994). Normative developmental challenges and dieting and eating disturbances in middle school girls. *International Journal of Eating Disorders*, *15*(1), 11-20. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(199401\)15:1<11::AID-EAT2260150103>3.0.CO;2-Q](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199401)15:1<11::AID-EAT2260150103>3.0.CO;2-Q)
- Levitan, J., Quinn-Nilas, C., Milhausen, R., & Breuer, R. (2018). The relationship between body image and sexual functioning among gay and bisexual men. *Journal of Homosexuality*, *65*(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/00918369.2018.1519301>
- Linardon, J. (2021). Positive body image, intuitive eating, and self-compassion protect against the onset of the core symptoms of eating disorders: A prospective study. *International Journal of Eating Disorders*, *54*, 1967–1977. <https://doi.org/10.1002/eat.23623>
- Linardon, J., McClure, Z., Tylka, T. L., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2022). Body appreciation and its psychological correlates: A systematic review and meta-analysis. *Body Image*, *42*, 287-296. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.07.003>
- Linardon, J., Messer, M., Lisboa, J., Newton, A., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2020). Examining the factor structure, sex invariance, and psychometric properties of the Body Image Acceptance and Action Questionnaire and the Functionality Appreciation Scale. *Body Image*, *34*, 1–9. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.04.006>
- Lindner, K. (2004). Images of women in general interest and fashion magazine advertisements from 1955 to 2002. *Sex roles*, *51*(7), 409-421. <https://doi.org/10.1023/B:SERS.0000049230.86869.4d>
- Lin, L. Y., Sidani, J. E., Shensa, A., Radovic, A., Miller, E., Colditz, J. B., ... & Primack, B. A. (2016). Association between social media use and depression among US young adults. *Depression and anxiety*, *33*(4), 323-331. <https://doi.org/10.1002/da.22466>

- Littleton, H. L., Axsom, D., & Pury, C. L. (2005). Development of the body image concern inventory. *Behaviour Research and therapy*, 43(2), 229-241. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2003.12.006>
- Liu, H. (2017). Selfie, a subculture of teenagers during the Internet period: From self-staring, digital facial creation to Facebook community selfie. (11), 12–17. <https://doi.org/10.3969/j.issn.1002-9931.2017.11.002>.
- Liubovich, I. (2004). Sociocultural factors influencing vulnerability to eating disorders in lesbians and heterosexual women. Dissertation Abstracts International.
- Livingston, J., Holland, E., & Fardouly, J. (2020). Exposing digital posing: The effect of social media self-disclaimer captions on women’s body dissatisfaction, mood, and impressions of the user. *Body Image*, 32, 150-154. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.12.006>
- Lockwood, P., & Kunda, Z. (1997). Superstars and me: Predicting the impact of role models on the self. *Journal of personality and social psychology*, 73(1), 91-103. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.73.1.91>
- Lonergan, A. R., Bussey, K., Mond, J., Brown, O., Griffiths, S., Murray, S. B., & Mitchison, D. (2019). Me, my selfie, and I: The relationship between editing and posting selfies and body dissatisfaction in men and women. *Body Image*, 28, 39–43. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.12.001>
- Longobardi, C., Prino, L. E., Fabris, M. A., & Settani, M. (2017). Muscle dysmorphia and psychopathology: Findings from an Italian sample of male bodybuilders. *Psychiatric Research*, 256, 231–236. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.065>
- Lopez, A., Pollack, L., Gonzales, S., Pona, A. A., & Lundgren, J. D. (2015). Psychosocial correlates of muscle dysmorphia among collegiate males. *Journal of Psychological Inquiry*, 20, 58–66.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. Sydney Psychology edition.

- Luca, M., Giannini, M., Gori, A., & Littleton, H. (2011). Measuring dysmorphic concern in Italy: psychometric properties of the Italian Body Image Concern Inventory (I-BICI). *Body Image*, 8(3), 301-305. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.04.007>
- Lucal B. (1999). What it means to be gendered me: Life on the boundaries of dichotomous gender system. *Gender & Society*, 13, 781-797. doi:10.1177/089124399013006006
- Luhtanen R., & Crocker J. (1992). A collective self-esteem scale: Self-evaluation of one's social identity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 302-318. doi:10.1177/0146167292183006
- Lunde, C., & Gattario, K. H. (2017). Performance or appearance? Young female sportparticipants' body negotiations. *Body Image*, 21, 81-89. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.03.001>
- Maddux, W. W., & Brewer, M. B. (2005). Gender differences in the relational and collective bases for trust. *Group Processes & Intergroup Relations*, 8(2), 159-171. <https://doi.org/10.1177/1368430205051065>
- Maida, D. M., & Armstrong, S. L. (2005). The classification of muscle dysmorphia. *International Journal of Men's Health*, 4(1), 73-91. doi:10.3149/jmh.0401.73
- Malcolm, A., Pikoos, T. D., Castle, D. J., & Rossell, S. L. (2021). An update on gender differences in major symptom phenomenology among adults with body dysmorphic disorder. *Psychiatry Research*, 295, 113619. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113619>
- Manago, A. M., Graham, M. B., Greenfield, P. M., & Salimkhan, G. (2008). Self-presentation and gender on MySpace. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29(6), 446-458. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.07.001>
- Manago, A. M., Ward, L. M., Lemm, K. M., Reed, L., & Seabrook, R. (2015). Facebook involvement, objectified body consciousness, body shame, and sexual assertiveness in college women and men. *Sex roles*, 72, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0441-1>

- Marengo, D., Longobardi, C., Fabris, M. A., & Settanni, M. (2018). Highly-visual social media and internalizing symptoms in adolescence: The mediating role of body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 82, 63-69. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.01.003>
- Marques, L., LeBlanc, N., Robinaugh, D., Weingarden, H., Keshaviah, A., & Wilhelm, S. (2011). Correlates of quality of life and functional disability in individuals with body dysmorphic disorder. *Psychosomatics*, 52(3), 245-254. <https://doi.org/10.1016/j.psych.2010.12.015>
- 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/10.1177/014616720629740>
- Mason, T. B., Lewis, R. J., & Heron, K. E. (2018). Disordered eating and body image concerns among sexual minority women: A systematic review and testable model. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 5(4), 397. <https://doi.org/10.1037/sgd0000293>
- Matera, C., Nerini, A., & Stefanile, C. (2019). Sexual orientation, peer influence, body dissatisfaction, and Eudaimonic well-being in Italian men. *Frontiers in psychology*, 10, 1843. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01843>
- Mazman, S. G., & Usluel, Y. K. (2011). Gender differences in using social networks. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 10(2), 133-139.
- McAndrew, F. T., & Jeong, H. S. (2012). Who does what on Facebook? Age, sex, and relationship status as predictors of Facebook use. *Computers in human behavior*, 28(6), 2359-2365. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.007>
- McComb, S. E., Gobin, K. C., & Mills, J. S. (2021). The effects of self-disclaimer Instagram captions on young women's mood and body image: The moderating effect of participants' own photo manipulation practices. *Body image*, 38, 251-261. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.04.011>

- McComb, S. E., & Mills, J. S. (2020). A systematic review on the effects of media disclaimers on young women's body image and mood. *Body image*, 32, 34-52. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.10.010>
- McDonald, K., & Thompson, J. K. (1992). Eating disturbance, body image dissatisfaction, and reasons for exercising: Gender differences and correlational findings. *International journal of eating disorders*, 11(3), 289-292. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(199204\)11:3<289::AID-EAT2260110314>3.0.CO;2-F](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199204)11:3<289::AID-EAT2260110314>3.0.CO;2-F)
- McLean, S. A., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H. (2016a). Does media literacy mitigate risk for reduced body satisfaction following exposure to thin-ideal media?. *Journal of youth and adolescence*, 45, 1678-1695. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0440-3>
- McLean, S. A., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H. (2016b). The role of media literacy in body dissatisfaction and disordered eating: A systematic review. *Body image*, 19, 9-23. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.08.002>
- McLean, S. A., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., & Masters, J. (2015). Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. *International Journal of Eating Disorders*, 48(8), 1132-1140. <https://doi.org/10.1002/eat.22449>
- McLean, S. A., Wertheim, E. H., Masters, J., & Paxton, S. J. (2017). A pilot evaluation of a social media literacy intervention to reduce risk factors for eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 50(7), 847-851. <https://doi.org/10.1002/eat.22708>
- Meier, E. P., & Gray, J. (2014). Facebook photo activity associated with body image disturbance in adolescent girls. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 17(4), 199-206. <https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0305>
- Melnyk, S. E., Cash, T. F., & Janda, L. H. (2004). Body image ups and downs: Prediction of intra-individual level and variability of women's daily body image experiences. *Body Image*, 1(3), 225-235. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2004.03.003>

- Meneguzzo, P., Collantoni, E., Bonello, E., Vergine, M., Behrens, S. C., Tenconi, E., & Favaro, A. (2021). The role of sexual orientation in the relationships between body perception, body weight dissatisfaction, physical comparison, and eating psychopathology in the cisgender population. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26(6), 1985-2000. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-01047-7>
- Metcalfé, D. B., Duggal, C. S., Gabriel, A., Nahabedian, M. Y., Carlson, G. W., & Losken, A. (2014). Prevalence of body dysmorphic disorder among patients seeking breast reconstruction. *Aesthetic surgery journal*, 34(5), 733-737. <https://doi.org/10.1177/1090820X14531775>
- Meyer, I. H. (1995). Minority stress and mental health in gay men. *Journal of Health and Social Behavior*, 36, 38–56. <https://doi.org/10.2307/2137286>
- Meyer, I. H., & Dean, L. (1998). Internalized homophobia, intimacy, and sexual behavior among gay and bisexual men. *Stigma and sexual orientation: Understanding prejudice against lesbians, gay men, and bisexuals*, 4, 160-186.
- Mills, J. S., Musto, S., Williams, L., & Tiggemann, M. (2018). “Selfie” harm: Effects on mood and body image in young women. *Body Image*, 27, 86–92. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.08.007>
- Mink, D. B., & Szymanski, D. M. (2022). TikTok use and body dissatisfaction: Examining direct, indirect, and moderated relations. *Body Image*, 43, 205-216. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.09.006>
- Mitchell, L. , Murray, S. B. , Hoon, M. , Hackett, D. , Prvan, T., & O’Connor, H. (2017). Correlates of muscle dysmorphia symptomatology in natural bodybuilders: Distinguishing factors in the pursuit of hyper-muscularity. *Body Image*, 22, 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.04.003>
- Modica, C. A. (2020). The associations between Instagram use, selfie activities, appearance comparison, and body dissatisfaction in adult men. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(2), 90–99. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0434>

- Moffitt, R., Neumann, D. L., & Williamson, S. P. (2018). Comparing the efficacy of a brief self-esteem and self-compassion intervention for state body dissatisfaction and self-improvement motivation. *Body Image, 27*, 67–76. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.08.008>
- Möllmann, A., Dietel, F. A., Hunger, A., & Buhlmann, U. (2017). Prevalence of body dysmorphic disorder and associated features in German adolescents: A self-report survey. *Psychiatry research, 254*, 263-267. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.04.063>
- Mond, J., Van den Berg, P., Boutelle, K., Hannan, P., & Neumark-Sztainer, D. (2011). Obesity, body dissatisfaction, and emotional well-being in early and late adolescence: Findings from the project EAT study. *Journal of Adolescent Health, 48*(4), 373–378. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.07.022>
- Moradi, B., & Tebbe, E. (2022). A Test of Objectification Theory with Sexual Minority Women. *Psychology of Women Quarterly, 46*(2), 226-240. <https://doi.org/10.1177/03616843211052525>
- Morris, M. R., Teevan, J., & Panovich, K. (2010, April). What do people ask their social networks, and why? A survey study of status message Q&A behavior. In *Proceedings of the SIGCHI conference on Human factors in computing systems* (pp. 1739-1748). <https://doi.org/10.1145/1753326.1753587>
- Morselli, P. G., & Boriani, F. (2012). Should plastic surgeons operate on patients diagnosed with body dysmorphic disorders?. *Plastic and Reconstructive Surgery, 130*(4), 620e-622e. doi: 10.1097/PRS.0b013e318262f65b
- Murray, S. B., Griffiths, S., Mitchison, D., & Mond, J. M. (2017). The transition from thinness-oriented to muscularity-oriented disordered eating in adolescent males: A clinical observation. *Journal of Adolescent Health, 60*(3), 353–355. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.10.014>
- Murray, S. B., Rieger, E., Hildebrand, T., Karlov, L., Russell, J., Boon, E., Dawson, R. T., & Touyz, S. W. (2012). A comparison of eating, exercise, shape, and weight related symptomatology in males with muscle dysmorphia and anorexia nervosa. *Body Image, 9*(2), 193–200. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.01.008>



- Murray, S. B., Rieger, E., Touyz, S. W., & De la Garza García, Lic, Y. (2010). Muscle dysmorphia and the DSM-V conundrum: Where does it belong? A review paper. *International Journal of Eating Disorders*, 43(6), 483-491. <https://doi.org/10.1002/eat.20828>
- Naderer, B., Peter, C., & Karsay, K. (2022). This picture does not portray reality: developing and testing a disclaimer for digitally enhanced pictures on social media appropriate for Austrian tweens and teens. *Journal of Children and Media*, 16(2), 149-167. <https://doi.org/10.1080/17482798.2021.1938619>
- Nagata, J.M., Compte, E.J., Cattle, C.J., Lavender, J. M., Brown, T. A., Murray, S. B., Flentje, A., Capriotti, M. R., Lubensky, M. E., Obedin-Maliver, J., & Lunn, M. R. (2021). Community norms of the Muscle Dysmorphic Disorder Inventory (MDDI) among cisgender sexual minority men and women. *BMC Psychiatry*, 21, 297. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03302-2>
- Nagata, J. M., McGuire, F. H., Lavender, J. M., Brown, T. A., Murray, S. B., Compte, E. J., Cattle, C. J., Flentje, A., Lubensky, M. E., Obedin-Maliver, J., & Lunn, M. R. (2022). Appearance and performance-enhancing drugs and supplements (APEDS): Lifetime use and associations with eating disorder and muscle dysmorphia symptoms among cisgender sexual minority people. *Eating Behaviors*, 44, 101595. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2022.101595>
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2(3), 223-250. <https://doi.org/10.1080/15298860309027>
- Neff, K. D. (2016). The self-compassion scale is a valid and theoretically coherent measure of self-compassion. *Mindfulness*, 7(1), 264-274. <https://doi.org/10.1007/s12671-015-0479-3>
- Neff, K. D. (2022). Self-Compassion: Theory, method, research, and intervention. *Annual Review of Psychology*, 74. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-032420-031047>

- Oezsoy, S. (2011). Use of new media by Turkish fans in sport communication: Facebook and Twitter. *Journal of Human Kinetics*, 28, 165-176. doi: 10.2478/v10078-011-0033-x
- Olivardia, R. (2001). Mirror, mirror on the wall, who's the largest of them all? The features and phenomenology of muscle dysmorphia. *Harvard Review of Psychiatry*, 9(5), 254–259. <https://doi.org/10.1080/10673220127900>
- Olivardia, R., Pope Jr, H. G., & Hudson, J. I. (2000). Muscle dysmorphia in male weightlifters: a case-control study. *American Journal of Psychiatry*, 157(8), 1291-1296. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.157.8.1291>
- Or, F., Kim, Y., Simms, J., & Austin, S. B. (2019). Taking stock of dietary supplements' harmful effects on children, adolescents, and young adults. *Journal of Adolescent Health*, 65(4), 455-461. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2019.03.005>
- Organizzazione per la Cooperazione e lo Sviluppo Economico [OECD]. (2019). *Society at a Glance 2019*. [https://doi.org/10.1787/soc\\_glance-2019-en](https://doi.org/10.1787/soc_glance-2019-en).
- Oshana, A., Klimek, P., & Blashill, A. J. (2020). Minority stress and body dysmorphic disorder symptoms among sexual minority adolescents and adult men. *Body image*, 34, 167-174. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.06.001>
- Pachankis, J. E., Goldfried, M. R., & Ramrattan, M. E. (2008). Extension of therejection sensitivity construct to the interpersonal functioning of gay men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76, 306–317. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.76.2.306>
- Papacharissi, Z., & Mendelson, A. (2011). *Toward a new (er) sociability: Uses, gratifications, and social capital on Facebook*. In *Media perspectives for the 21st century* (pp. 225-243). Routledge.

- Paul, R., Smith, N. G., Mohr, J. J., & Ross, L. E. (2014). Measuring dimensions of bisexual identity: Initial development of the Bisexual Identity Inventory. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 1*(4), 452.
- Paraskeva, N., Lewis-Smith, H., & Diedrichs, P. C. (2017). Consumer opinion on social policy approaches to promoting positive body image: Airbrushed media images and disclaimer labels. *Journal of Health Psychology, 22*(2), 164-175. <http://dx.doi.org/10.1177/1359105315597052>
- Parsa, K. M., Prasad, N., Clark, C. M., Wang, H., & Reilly, M. J. (2021). Digital Appearance Manipulation Increases Consideration of Cosmetic Surgery: A Prospective Cohort Study. *Facial Plastic Surgery & Aesthetic Medicine, 23*(1), 54–58. <https://doi.org/10.1089/fpsam.2020.0156>
- Patton, G. C., & Viner, R. (2007). Pubertal transitions in health. *Lancet, 369*, 1130–1139. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)60366-3](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60366-3)
- Paxton, S. (2000). Body image dissatisfaction, extreme weight loss behaviours: Suitable targets for public health concerns? *Health Promotion Journal of Australia: Official Journal of Australian Association of Health Promotion Professionals, 10*(1), 15–19.
- Paxton, S. J., Schutz, H. K., Wertheim, E. H., & Muir, S. L. (1999). Friendship clique and peer influences on body image concerns, dietary restraint, extreme weight-loss behaviors, and binge eating in adolescent girls. *Journal of abnormal psychology, 108*(2), 255-266. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.108.2.255>
- Peplau, L. A., Frederick, D. A., Yee, C., Maisel, N., Lever, J., & Ghavami, N. (2009). Body image satisfaction in heterosexual, gay, and lesbian adults. *Archives of Sexual Behavior, 38*(5), 713–725. <https://doi.org/10.1007/s10508-008-9378-1>
- Perloff, R. M. (2014). Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research. *Sex roles, 71*(11-12), 363-377. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0384-6>

- Petersson, A., Garle, M., Holmgren, P., Druid, H., Krantz, P., & Thiblin, I. (2006). Toxicological findings and manner of death in autopsied users of anabolic androgenic steroids. *Drug and Alcohol Dependence*, *81*(3), 241–249. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2005.07.003>
- Phillipou, A., Blomeley, D., & Castle, D. J. (2016). Muscling in on body image disorders: What is the nosological status of muscle dysmorphia? *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, *50*(4), 380–381. <https://doi.org/10.1177/0004867415615951>
- Phillips, K. A. (1999). Body dysmorphic disorder and depression: Theoretical considerations and treatment strategies. *Psychiatric Quarterly*, *70*, 313–331. doi:10.1023/A:1022090200057
- Phillips, K. A. (2005). *The broken mirror: understanding and treating body dysmorphic disorder*. Oxford University Press.
- Phillips, K. A. (2006). The presentation of body dysmorphic disorder in medical settings. *Primary psychiatry*, *13*(7), 51.
- Phillips, K. A. (2009). *Understanding body dysmorphic disorder*. Oxford University Press.
- Phillips, K. A., & Diaz, S. (1997). Gender differences in body dysmorphic disorder. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, *185*, 570–577. <https://doi.org/10.1097/00005053-199709000-00006>
- Phillips K. A., Menard W., & Fay C. (2006) Gender similarities and differences in 200 individuals with body dysmorphic disorder. *Compr Psychiatry*, *47*, 77–87.
- Phillips, K. A., Pinto, A., Menard, W., Eisen, J. L., Mancebo, M., & Rasmussen, S. A. (2007). Obsessive-compulsive disorder versus body dysmorphic disorder: a comparison study of two possibly related disorders. *Depression and Anxiety*, *24*, 399–409. doi:10.1002/da.20232
- Phillips, K. A., & Stout, R. L. (2006). Associations in the longitudinal course of body dysmorphic disorder with major depression, obsessive–compulsive disorder,

- and social phobia. *Journal of psychiatric research*, 40(4), 360-369.  
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2005.10.001>
- Pinto, A., Phillips, K. A. (2005). Social anxiety in body dysmorphic disorder. *Body Image*, 2, 401–405. doi: 10.1016/j.bodyim.2005.10.003
- Polimeni, A.-M., Austin, S. B., & Kavanagh, A. M. (2009). Sexual orientation and weight, body image, and weight control practices among young Australian women. *Journal of Women's Health*, 18(3), 355–362.  
<https://doi.org/10.1089/jwh.2007.0765>
- Pope, C. G., Pope, H. G., Menard, W., Fay, C., Olivardia, R., & Phillips, K. A. (2005). Clinical features of muscle dysmorphia among males with body dysmorphic disorder. *Body Image*, 2, 395–400.  
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.09.001>
- Pope, H. G., Gruber, A. J., Choi, P., Olivardia, R., & Phillips, K. A. (1997). Muscle dysmorphia: An underrecognized form of body dysmorphic disorder. *Psychosomatics*, 38(6), 548–557. [https://doi.org/10.1016/S0033-3182\(97\)71400-2](https://doi.org/10.1016/S0033-3182(97)71400-2)
- Pope, H. G., Katz, D. L., & Hudson, J. I. (1993). Anorexia nervosa and “reverse anorexia” among 108 male bodybuilders. *Comprehensive Psychiatry*, 34(6), 406–409. [https://doi.org/10.1016/0010-440X\(93\)90066-D](https://doi.org/10.1016/0010-440X(93)90066-D)
- Pope, H. G., Phillips, K. A., & Olivardia, R. (2000). *The Adonis complex: The secret crisis of male body obsession*. New York, NY: The Free Press.
- Pope Jr, H. G., Wood, R. I., Rogol, A., Nyberg, F., Bowers, L., & Bhasin, S. (2014). Adverse health consequences of performance-enhancing drugs: an Endocrine Society scientific statement. *Endocrine reviews*, 35(3), 341-375.  
<https://doi.org/10.1210/er.2013-1058>
- Powell, E., Wang-Hall, J., Bannister, J. A., Colera, E., & Lopez, F. G. (2018). Attachment security and social comparisons as predictors of Pinterest users'

- body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 83, 221-229.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.01.039>
- Prentice D. A., & Carranza E. (2002). What women and men should be, shouldn't be, are allowed to be, and don't have to be: The contents of prescriptive gender stereotypes. *Psychology of Women Quarterly*, 26, 269–281. doi: 10.1111/1471-6402.t01-1-00066
- Prichard, I., Kavanagh, E., Mulgrew, K. E., Lim, M. S., & Tiggemann, M. (2020). The effect of Instagram# fitspiration images on young women's mood, body image, and exercise behaviour. *Body image*, 33, 1-6.  
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.002>
- Prichard, I., McLachlan, A. C., Lavis, T., & Tiggemann, M. (2018). The impact of different forms of# fitspiration imagery on body image, mood, and self-objectification among young women. *Sex Roles*, 78, 789-798.  
<http://dx.doi.org/10.1007/s11199-017-0830-3>
- Pryde, S., & Prichard, I. (2022). TikTok on the clock but the# fitspo don't stop: The impact of TikTok fitspiration videos on women's body image concerns. *Body Image*, 43, 244-252. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.09.004>
- Qiu, L., Lu, J., Yang, S., Qu, W., & Zhu, T. (2015). What does your selfie say about you?. *Computers in Human Behavior*, 52, 443-449.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.06.032>
- Rajanala, S., Maymone, M. B., & Vashi, N. A. (2018). Selfies—Living in the era of filtered photographs. *JAMA Facial Plastic Surgery*, 20, 443–444.  
<https://doi.org/10.1001/jamafacial.2018.0486>
- Ramphul, K., & Mejias, S. G. (2018). Is "Snapchat Dysmorphia" a real issue?. *Cureus*, 10(3). e2263. doi:10.7759/cureus.2263

- Ramseyer Winter, V., Satinsky, S., & Jozkowski, K. N. (2015). Does women's body appreciation differ by sexual orientation? A brief report. *Journal of Bisexuality*, *15*(1), 130-141. <http://dx.doi.org/10.1080/15299716.2014.999903>
- Readdy, T., Cardinal, B. J., & Watkins, P. L. (2011). Muscle dysmorphia, gender role stress, and sociocultural influences: An exploratory study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *82*, 310–319. <https://doi.org/10.1080/02701367.2011.10599759>
- Rees-Turyn A., Doyle C., Holland A., & Root S. (2008). Sexism and sexual prejudice (homophobia): The impact of the gender belief system and gender inversion theory on sexual orientation research and attitudes toward sexual minorities. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, *2*, 2–25. doi: 10.1080/15538600802077467
- Ricciardelli, R., Clow, K. A., & White, P. (2010). Investigating hegemonic masculinity: Portrayals of masculinity in men's lifestyle magazines. *Sex Roles*, *63*, 64–78. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9764-8>.
- Ridgeway, R. T., & Tylka, T. L. (2005). College Men's Perceptions of Ideal Body Composition and Shape. *Psychology of Men & Masculinity*, *6*(3), 209-220. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.6.3.209>
- Rieves, L., & Cash, T. F. (1996). Social developmental factors and women's body-image attitudes. *Journal of Social Behavior and Personality*, *11*(1), 63. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/social-developmental-factors-womens-body-image/docview/1292265563/se-2>
- Robert, C. A., Munroe-Chandler, K. J., & Gammage, K. L. (2009). The relationship between the drive for muscularity and muscle dysmorphia in male and female weight trainers. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, *23*(6), 1656–1662. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181b3dc2f>
- Rodgers, R. F., Donovan, E., Cousineau, T., Yates, K., McGowan, K., Cook, E., ... Franko, D. L. (2018). BodiMojo: Efficacy of a mobile-based intervention in improving body image and self-compassion among adolescents. *Journal of*

*Youth and Adolescence*, 47, 1363–1372. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0804-3>

Rodgers, R. F., Lowy, A. S., Kodama, E., & Bujold, H. (2021). # Beautyunedited: Is labeling unedited selfies helpful for body image and mood among young women?. *Body Image*, 39, 156-165. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.08.001>

Rodgers, R. F., & Melioli, T. (2016). The relationship between body image concerns, eating disorders and internet use, part I: A review of empirical support. *Adolescent Research Review*, 1(2), 95–119. <https://doi.org/10.1007/s40894-015-0016-6>

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.

Robinson, L., Prichard, I., Nikolaidis, A., Drummond, C., Drummond, M., & Tiggemann, M. (2017). Idealised media images: The effect of fitspiration imagery on body satisfaction and exercise behaviour. *Body image*, 22, 65-71. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.06.001>

Rousseau, A., Eggermont, S., & Frison, E. (2017). The reciprocal and indirect relationships between passive Facebook use, comparison on Facebook, and adolescents' body dissatisfaction. *Computers in Human Behavior*, 73, 336-344. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.056>

Ryan, T. A., Morrison, T. G., & McDermott, D. T. (2010). Body image investment among gay and bisexual men over the age of 40: A test of social comparison theory and threatened masculinity theory. *Gay and Lesbian Issues and Psychology*, 6(1), 4–19.

Sabiston, C. M., & Chandler, K. (2009). Effects of fitness advertising on weight and body shape dissatisfaction, social physique anxiety, and exercise motives in a sample of healthy-weight females. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 14(4), 165-180. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9861.2010.00047.x>



- Sagioglou, C., & Greitemeyer, T. (2014). Facebook's emotional consequences: Why Facebook causes a decrease in mood and why people still use it. *Computers in Human Behavior*, *35*, 359-363. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.03.003>
- Saiphoo, A. N., & Vahedi, Z. (2019). A meta-analytic review of the relationship between social media use and body image disturbance. *Computers in human behavior*, *101*, 259-275. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.028>
- Sala, M., Linde, J. A., Crosby, R. D., & Pacanowski, C. R. (2021). State body dissatisfaction predicts momentary positive and negative affect but not weight control behaviors: an ecological momentary assessment study. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, *26*(6), 1957-1962. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-01048-6>
- Sandgren, S. S., & Lavalley, D. (2018). Muscle dysmorphia research neglects DSM-5 diagnostic criteria. *Journal of Loss and Trauma*, *23*(3), 211–243. [doi:10.1080/15325024.2018.1428484](https://doi.org/10.1080/15325024.2018.1428484)
- Santarnecchi, E., & Dèttore, D. (2012). Muscle dysmorphia in different degrees of bodybuilding activities: Validation of the Italian version of Muscle Dysmorphia Disorder Inventory and Bodybuilder Image Grid. *Body Image*, *9*(3), 396-403. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2012.03.006>
- Sastre, A. (2014). Towards a radical body positive: Reading the online “body positive movement”. *Feminist Media Studies*, *14*(6), 929-943. <https://doi.org/10.1080/14680777.2014.883420>
- Saunders, J. F., & Eaton, A. A. (2018). Snaps, selfies, and shares: How three popular social media platforms contribute to the sociocultural model of disordered eating among young women. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *21*(6), 343-354. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0713>

- Savin-Williams, R. C. (2016). Sexual orientation: Categories or continuum? Commentary on Bailey et al. (2016). *Psychological Science in the Public Interest*, 17(2), 37-44. <https://doi.org/10.1177/152910061663761>
- Schaefer, L. M., Burke, N., Thompson, J. D., Dedrick, R. F., Heinberg, L. J., Calogero, R. M., Bardone-Cone, A. M., Higgins, M., Frederick, D. A., Kelly, M. C., Anderson, D. A., Schaumberg, K., Nerini, A., Stefanile, C., Dittmar, H., Clark, E. A., Adams, Z., Macwana, S. R., Klump, K. L., . . . Swami, V. (2015). Development and validation of the Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire-4 (SATAQ-4). *Psychological Assessment*, 27(1), 54–67. <https://doi.org/10.1037/a0037917>
- Schaefer, L. M., Rodgers, R. F., Thompson, J. K., & Griffiths, S. (2021). A test of the tripartite influence model of disordered eating among men. *Body Image*, 36, 172-179. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.11.009>
- Schlundt, D. G., Woodford, H., & Brownlee, A. (2000). Muscle dysmorphia in male weightlifters: Psychological characteristics and practices. *Unpublished manuscript*.
- Schutz, H. K., Paxton, S. J., & Wertheim, E. H. (2002). Investigation of body comparison among adolescent girls 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 32(9), 1906-1937. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2002.tb00264.x>
- Seekis, V., Bradley, G. L., & Duffy, A. L. (2017). The effectiveness of self-compassion and self-esteem writing tasks in reducing body image concerns. *Body Image*, 23, 206–213. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.03.003>
- Senft, T. M., & Baym, N. K. (2015). What does the selfie say? Investigating a global phenomenon. *International journal of communication*, 9(Feature), 1588-1606. <http://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/4067/1387>
- Shafie, L. A., Nayan, S., & Osman, N. (2012). Constructing identity through Facebook profiles: Online identity and visual impression management of university students in Malaysia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 65, 134-140. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.11.102>

- Sharp, G., Tiggemann, M., & Mattiske, J. (2014). The role of media and peer influences in Australian women's attitudes towards cosmetic surgery. *Body Image, 11*(4), 482-487. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.07.009>
- Shearer, A., Russon, J., Herres, J., Atte, T., Kodish, T., & Diamond, G. (2015). The relationship between disordered eating and sexuality amongst adolescents and young adults. *Eating Behaviors, 19*, 115-119. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2015.08.001>
- Sheldon, P., & Bryant, K. (2016). Instagram: Motives for its use and relationship to narcissism and contextual age. *Computers in human Behavior, 58*, 89-97. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.059>
- Sherlock, M., & Wagstaff, D. L. (2019). Exploring the relationship between frequency of Instagram use, exposure to idealized images, and psychological well-being in women. *Psychology of Popular Media Culture, 8*(4), 482-490. <https://doi.org/10.1037/ppm0000182>
- Shin, Y., Kim, M., Im, C., & Chong, S. C. (2017). Selfie and self: The effect of selfies on self-esteem and social sensitivity. *Personality and Individual Differences, 111*, 139-145. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.004>
- Shoraka, H., Amirkafi, A., & Garrusi, B. (2019). Review of body image and some of contributing factors in Iranian population. *International Journal of Preventive Medicine, 10*. doi: 10.4103/ijpvm.IJPVM\_293\_18
- Siegel, J. A., Huellemann, K. L., Hillier, C. C., & Campbell, L. (2020). The protective role of self-compassion for women's positive body image: An open replication and extension. *Body Image, 32*, 136-144. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.12.003>
- Siever, M. D. (1994). Sexual orientation and gender as factors in socioculturally acquired vulnerability to body dissatisfaction and eating disorders. *Journal of*

*Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 252–260.  
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.62.2.252>

Signorile, M. (1997). *Life outside: The Signorile report on gay men: Sex, drugs, muscles, and the passages of life*. Harper Collins Publishers.

Siibak, A. (2009). Constructing the self through the photo selection-visual impression management on social networking websites. *Cyberpsychology: Journal of psychosocial research on cyberspace*, 3(1), 1.  
<http://cyberpsychology.eu/view.php?cisloclanku=2009061501&article=1>

Silberstein, L. R., Mishkind, M. E., Striegel-Moore, R. H., Timko, C., & Rodin, J. (1989). Men and their bodies: A comparison of homosexual and heterosexual men. *Psychosomatic Medicine*, 51(3), 337–346.  
<https://doi.org/10.1097/00006842-198905000-00008>

Simpson, C. C., & Mazzeo, S. E. (2017). Skinny is not enough: A content analysis of fitspiration on Pinterest. *Health communication*, 32(5), 560-567.  
<https://doi.org/10.1080/10410236.2016.1140273>

Slater, A., Varsani, N., & Diedrichs, P. C. (2017). # fitspo or# loveyourself? The impact of fitspiration and self-compassion Instagram images on women's body image, self-compassion, and mood. *Body image*, 22, 87-96.  
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.06.004>

Slevec, J. H., & Tiggemann, M. (2011). Predictors of body dissatisfaction and disordered eating in middle-aged women. *Clinical Psychology Review*, 31(4), 515–524. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.12.002>

Smith, A. (2011). *Why Americans use social media*.  
<https://www.pewresearch.org/internet/2011/11/15/why-americans-use-social-media/>.

- Smith, K. L., Tovée, M. J., Hancock, P. J. B., Bateson, M., Cox, M. A. A., & Cornelissen, P. L. (2007). An analysis of body shape attractiveness based on image statistics: Evidence for a dissociation between expressions of preference and shapediscrimination. *Visual Cognition*, *15*, 927–953. <http://dx.doi.org/10.1080/13506280601029515>
- Smith, T. W., Son, J., & Kim, J. (2014). *Public attitudes toward homosexuality and gay rights across time and countries*. Los Angeles, CA: The Williams Institute 1–29.
- Smock, A. D., Ellison, N. B., Lampe, C., & Wohn, D. Y. (2011). Facebook as a toolkit: A uses and gratification approach to unbundling feature use. *Computers in human behavior*, *27*(6), 2322-2329. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.07.011>
- Smolak, L., & Cash, T. F. (2011). *Future challenges for body image science, practice, and prevention*. The Guilford Press.
- Sorokowski, P., Sorokowska, A., Oleszkiewicz, A., Frackowiak, T., Huk, A., & Pisanski, K. (2015). Selfie posting behaviors are associated with narcissism among men. *Personality and Individual Differences*, *85*, 123-127. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.05.004>
- Soulliard, Z. A., Kauffman, A. A., Fitterman-Harris, H. F., Perry, J. E., & Ross, M. J. (2019). Examining positive body image, sport confidence, flow state, and subjective performance among student athletes and non-athletes. *Body Image*, *28*, 93–100. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.12.009>
- Spence J. T., Helmreich R., & Stapp J. (1975). Ratings of self and peers on sex role attributes and their relation to self-esteem and conceptions of masculinity and femininity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *32*, 29–39. doi:10.1037/h0076857
- Srivastava, P., Michael, M. L., Manasse, S. M., & Juarascio, A. S. (2021). Do momentary changes in body dissatisfaction predict binge eating episodes? An ecological momentary assessment study. *Eating and Weight Disorders-Studies*

on *Anorexia, Bulimia and Obesity*, 26(1), 395-400.  
<https://doi.org/10.1007/s40519-020-00849-z>

Statista Instagram. (2023). *Age and Gender Demographics*.  
<<https://www.statista.com/statistics/248769/agedistribution-of-worldwide-instagram-users/>>

Statista. (2017). *Global social media ranking 2017*.  
<<https://www.statista.com/statistics/272014/global-social-networks-ranked-by-number-of-users/>>

Stefanone, M. A., Lackaff, D., & Rosen, D. (2011). Contingencies of self-worth and social-networking-site behavior. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 14(1-2), 41-49. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0049>

Stein, D. J., Carey, P. D., & Warwick, J. (2006). Beauty and the beast: psychobiologic and evolutionary perspectives on body dysmorphic disorder. *CNS spectrums*, 11(6), 419-422. <https://doi.org/10.1017/S1092852900014590>

Stein, D. J., Carey, P. D., & Warwick, J. (2006). Beauty and the beast: psychobiologic and evolutionary perspectives on body dysmorphic disorder. *CNS spectrums*, 11(6), 419-422. <https://doi.org/10.1017/S1092852900014590>

Stevens, A., & Griffiths, S. (2020). Body Positivity (# BoPo) in everyday life: An ecological momentary assessment study showing potential benefits to individuals' body image and emotional wellbeing. *Body Image*, 35, 181-191. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.09.003>

Stewart-Williams, S., & Thomas, A. G. (2013). The ape that thought it was a peacock: Does evolutionary psychology exaggerate human sex differences?. *Psychological Inquiry*, 24(3), 137-168. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2013.804899>

- Stice, E., & Presnell, K. (2007). *The Body Project: Promoting body acceptance and preventing eating disorders: Facilitator's guide*. New York, NY: Oxford University Press.
- Stice, E., Ziemba, C., Margolis, J., & Flick, P. (1996). The dual pathway model differentiates bulimics, subclinical bulimics, and controls: Testing the continuity hypothesis. *Behavior therapy*, 27(4), 531-549. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(96\)80042-6](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(96)80042-6)
- Strelan, P., & Hargreaves, D. (2005). Women who objectify other women: The vicious circle of objectification?. *Sex roles*, 52(9), 707-712. <https://doi.org/10.1007/s11199-005-3737-3>
- Strübel, J., & Petrie, T. A. (2019). Appearance and performance enhancing drug usage and psychological well-being in gay and heterosexual men. *Psychology & Sexuality*, 10(2), 132-148. <https://doi.org/10.1080/19419899.2019.1574879>
- Sun, M. D., & Rieder, E. A. (2021). Psychosocial issues and body dysmorphic disorder in aesthetics: Review and debate. *Clinics in Dermatology*. <https://doi.org/10.1016/j.clindermatol.2021.08.008>
- Sun, Q. (2020). Selfie Editing and Consideration of Cosmetic Surgery Among Young Chinese Women: The Role of Self-Objectification and Facial Dissatisfaction. *Sex Roles*, 84(11–12), 670–679. <https://doi.org/10.1007/s11199-020-01191-5>
- Sung, Y., Lee, J. A., Kim, E., & Choi, S. M. (2016). Why we post selfies: Understanding motivations for posting pictures of oneself. *Personality and Individual Differences*, 97, 260-265. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.032>
- Swami, V., Todd, J., Aspell, J. E., Khatib, N. A. M., Toh, E. K. L., Zahari, H. S., & Barron, D. (2019). Translation and validation of a Bahasa Malaysia (Malay) version of the Functionality Appreciation Scale. *Body image*, 30, 114-120. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.06.00>

- Swami, V., & Tovée, M. J. (2007). The relative contribution of profile body shape and weight to judgements of women's physical attractiveness in Britain and Malaysia. *Body Image*, 4, 391–396. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2007.07.002>
- Swami, V., von Nordheim, L., & Barron, D. (2016). Self-esteem mediates the relationship between connectedness to nature and body appreciation in women, but not men. *Body Image*, 16, 41–44. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.11.001>
- Talbot, C. V., Gavin, J., Van Steen, T., & Morey, Y. (2017). A content analysis of thinspiration, fitspiration, and bonespiration imagery on social media. *Journal of eating disorders*, 5(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s40337-017-0170-2>
- Tamplin, N. C., McLean, S. A., & Paxton, S. J. (2018). Social media literacy protects against the negative impact of exposure to appearance ideal social media images in young adult women but not men. *Body image*, 26, 29-37. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2018.05.003>
- Tandoc Jr, E. C., Ferrucci, P., & Duffy, M. (2015). Facebook use, envy, and depression among college students: Is facebooking depressing?. *Computers in human behavior*, 43, 139-146. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.10.053>
- Tate C. C., Ledbetter J. N., & Youssef C. P. (2013). A two-question method for assessing gender categories in the social and medical sciences. *Journal of Sex Research*, 50, 767–776. doi:10.1080/00224499.2012.690110
- Tate, C. C., Youssef, C. P., & Bettergarcia, J. N. (2014). Integrating the Study of Transgender Spectrum and Cisgender Experiences of Self-Categorization from a Personality Perspective. *Review of General Psychology*, 18(4), 302–312. <https://doi.org/10.1037/gpr0000019>



- Taylor, J. (2017). Bisexual mental health: A call to action. *Issues in mental health nursing, 39*(1), 83-92. <https://doi.org/10.1080/01612840.2017.1391904>
- Tebbe, E. A., Moradi, B., Connelly, K. E., Lenzen, A. L., & Flores, M. (2018). “I don’t care about you as a person”: Sexual minority women objectified. *Journal of Counseling Psychology, 65*(1), 1. <https://doi.org/10.1037/cou0000255>
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10312-000>
- Thorne, N., Yip, A. K. T., Bouman, W. P., Marshall, E., & Arcelus, J. (2019). The terminology of identities between, outside and beyond the gender binary—A systematic review. *International Journal of Transgenderism, 20*(2-3), 138-154. <https://doi.org/10.1080/15532739.2019.1640654>
- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: Stability and change. *Body image, 1*(1), 29-41. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00002-0](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00002-0)
- Tiggemann, M. (2022). Digital modification and body image on social media: Disclaimer labels, captions, hashtags, and comments. *Body Image, 41*, 172-180. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2022.02.012>
- Tiggemann, M., & Anderberg, I. (2020). Muscles and bare chests on Instagram: The effect of Influencers’ fashion and fitspiration images on men’s body image. *Body image, 35*, 237-244. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.10.001>
- Tiggemann, M., Anderberg, I., & Brown, Z. (2020). Uploading your best self: Selfie editing and body dissatisfaction. *Body Image, 33*, 175–182. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.03.002>
- Tiggemann, M., & Lacey, C. (2009). Shopping for clothes: Body satisfaction, appearance investment, and functions of clothing among female shoppers. *Body Image, 6*, 285–291. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.07.002>

- Tiggemann, M., & Lynch, J. E. (2001). Body image across the life span in adult women: The role of self-objectification. *Developmental Psychology*, 37, 243–253. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.37.2.243>
- Tiggemann, M., Martins, Y., & Kirkbride, A. (2007). Oh to be lean and muscular: Body image ideals in gay and heterosexual men. *Psychology of Men & Masculinity*, 8(1), 15–24. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.8.1.15>
- Tiggemann, M., & McCourt, A. (2013). Body appreciation in adult women: Relationships with age and body satisfaction. *Body image*, 10(4), 624-627. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2013.07.003>
- Tiggemann, M., & Pickering, A. S. (1996). Role of television in adolescent women's body dissatisfaction and drive for thinness. *International Journal of Eating Disorders*, 20(2), 199-203. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(199609\)20:2<199::AID-EAT11>3.0.CO;2-Z](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(199609)20:2<199::AID-EAT11>3.0.CO;2-Z)
- Tiggemann, M., & Stevens, C. (1999). Weight concern across the life-span: Relationship to self-esteem and feminist identity. *International Journal of Eating Disorders*, 26, 103–106. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-108X\(199907\)26:1<103::AID-EAT14>3.0.CO;2-0](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-108X(199907)26:1<103::AID-EAT14>3.0.CO;2-0)
- Tiggemann, M., & Zaccardo, M. (2015). “Exercise to be fit, not skinny”: The effect of fitspiration imagery on women's body image. *Body image*, 15, 61-67. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.06.003>
- Tiggemann, M., & Zaccardo, M. (2018). ‘Strong is the new skinny’: A content analysis of #fitspiration images on Instagram. *Journal of health psychology*, 23(8), 1003-1011. *Psychology*, 23, 1003–1011. <http://dx.doi.org/10.1177/1359105316639436University>

- Tiggemann, M., & Zinoviev, K. (2019). The effect of# enhancement-free Instagram images and hashtags on women's body image. *Body Image, 31*, 131-138. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.09.004>
- Tod, D., & Edwards, C. (2015). Relationships among muscle dysmorphia characteristics, body image quality of life, and coping in males. *Journal of Science and Medicine in Sport, 18*(5), 585-589. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.07.015>
- Tod, D., Edwards, C., & Cranswick, I. (2016). Muscle dysmorphia: Current insights. *Journal of Psychology Research and Behavior Management, 9*, 179-188. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S97404>
- Todd, J., Aspell, J. E., Barron, D., & Swami, V. (2019a). An exploration of the associations between facets of interoceptive awareness and body image in adolescents. *Body Image, 31*, 171-180. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.10.004>
- Todd, J., Aspell, J. E., Barron, D., & Swami, V. (2019b). Multiple dimensions of interoceptive awareness are associated with facets of body image in British adults. *Body Image, 29*, 6-16. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.02.003>
- Toma, C. L., & Hancock, J. T. (2010). Looks and lies: The role of physical attractiveness in online dating self-presentation and deception. *Communication research, 37*(3), 335-351. doi: 10.1177/0093650209356437
- Toma, C. L., & Hancock, J. T. (2013). Self-affirmation underlies Facebook use. *Personality and Social Psychology Bulletin, 39*(3), 321-331. DOI: 10.1177/0146167212474694
- Tortajada-Giménez, I., Araña-Baró, N., & Martínez-Martínez, I. J. (2013). Advertising stereotypes and gender representation in social networking sites. *Comunicar, 21*(41), 177-186. <http://dx.doi.org/10.3916/C41-2013-17>

- Tropp L. R., & Wright S. C. (2001). Ingroup identification as the inclusion of ingroup in the self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27 (5), 585–600. doi:10.1177/0146167201275007
- Tufekci, Z. (2008). Can you see me now? Audience and disclosure regulation in online social network sites. *Bulletin of Science, Technology & Society*, 28(1), 20-36. <https://doi.org/10.1177/0270467607311484>
- Turk, F., & Waller, G. (2020). Is self-compassion relevant to the pathology and treatment of eating and body image concerns? A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 79, 101856. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101856>
- Túry, F., Güleç, H., & Kohls, E. (2010). Assessment methods for eating disorders and body image disorders. *Journal of Psychosomatic Research*, 69(6), 601-611. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2009.05.012>
- Tylka, T. L. (2011a). *Positive psychology perspectives on body image*. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 56–64). Guilford Press.
- Tylka, T. L. (2012). *Positive psychology perspective on body image*. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance* (pp. 657–663). Elsevier Academic Press.
- Tylka, T. L. (2011b). Refinement of the tripartite influence model for men: Dual body image pathways to body change behaviors. *Body image*, 8(3), 199-207. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.04.008>
- Tylka, T. L., & Andorka, M. J. (2012). Support for an expanded tripartite influence model with gay men. *Body Image*, 9(1), 57-67. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2011.09.006>

- Tylka, T. L., & Kroon Van Diest, A. M. (2015). Protective factors in the development of eating disorders. In M. P. Levine & L. Smolak (Eds.), *The Wiley-Blackwell handbook of eating disorders* (pp. 430–444). New York: Wiley & Sons, LTD
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015a). The Body Appreciation Scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body Image, 12*, 53–67. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.09.006>
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015b). What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition. *Body image, 14*, 118-129. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.04.001>
- Van Ameringen, M., Patterson, B., & Simpson, W. (2014). DSM-5 obsessive-compulsive and related disorders: Clinical implications of new criteria. *Depression and anxiety, 31*(6), 487-493. <https://doi.org/10.1002/da.22259>
- Van den Berg, P., Thompson, J. K., Obremski-Brandon, K., & Covert, M. (2002). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation testing the mediational role of appearance comparison. *Journal of psychosomatic research, 53*(5), 1007-1020. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(02\)00499-3](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(02)00499-3)
- Van Oosten, J. M., Vandenbosch, L., & Peter, J. (2023). Predicting the use of visually oriented social media: The role of psychological well-being, body image concerns and sought appearance gratifications. *Computers in Human Behavior, 144*, 107730. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107730>
- Veale, D., Gledhill, L. J., Christodoulou, P., & Hodsoll, J. (2016). Body dysmorphic disorder in different settings: A systematic review and estimated weighted prevalence. *Body Image, 18*, 168-186. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.07.003>

- Veale, D., & Matsunaga, H. (2014). Body dysmorphic disorder and olfactory reference disorder: Proposals for ICD-11. *Revista Brasileira de Psiquiatria, 1*(36 Suppl) 14–20. doi:10.1590/1516- 4446-2013-1238
- Veale, D., Naismith, I., Eshkevari, E., Ellison, N., Costa, A., Robinson, D., & Cardozo, L. (2014). Psychosexual outcome after labiaplasty: a prospective case-comparison study. *International urogynecology journal, 25*(6), 831-839. <https://doi.org/10.1007/s00192-013-2297-2>
- Veldhuis, J., Alleva, J. M., Bij de Vaate, A. J., Keijer, M., & Konijn, E. A. (2020). Me, my selfie, and I: The relations between selfie behaviors, body image, self-objectification, and self-esteem in young women. *Psychology of Popular Media, 9*(1), 3-13. <https://doi.org/10.1037/ppm0000206>
- Vendemia, M. A., & DeAndrea, D. C. (2021). The effects of engaging in digital photo modifications and receiving favorable comments on women’s selfies shared on social media. *Body Image, 37*, 74–83. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.01.011>
- Veneziani, C. A., Fuochi, G., & Voci, A. (2017). Self-compassion as a healthy attitude toward the self: Factorial and construct validity in an Italian sample. *Personality and Individual Differences, 119*, 60-68. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.06.028>
- Vinoski Thomas, E., Warren-Findlow, J., Webb, J. B., Quinlan, M. M., Laditka, S. B., & Reeve, C. L. (2019). “It’s very valuable to me that I appear capable”: A qualitative study exploring relationships between body functionality and appearance among women with visible physical disabilities. *Body Image, 30*, 81–92. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.05.007>
- Voelker, D. K., Petrie, T. A., Huang, Q., & Chandran, A. (2019). Bodies in motion: An empirical evaluation of a program to support positive body image in female collegiate athletes. *Body Image, 28*, 149–158. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.01.008>

- Wagenbach, P. M. (2004). Lesbian body image and eating issues. *Journal of Psychology and Human Sexuality, 15*(4), 205–227. [https://doi.org/10.1300/J056v15n04\\_04](https://doi.org/10.1300/J056v15n04_04)
- Wagenbach, P. M. (1998). *The relationship between body image, sexual orientation and gay identity*. Virginia Consortium for Professional Psychology (Old Dominion University).
- Walsh, M. J., & Baker, S. A. (2017). The selfie and the transformation of the public–private distinction. *Information, Communication & Society, 20*(8), 1185-1203. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2016.1220969>
- Wang, R., Yang, F., & Haigh, M. M. (2017). Let me take a selfie: Exploring the psychological effects of posting and viewing selfies and groupies on social media. *Telematics and Informatics, 34*(4), 274-283. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2016.07.004>
- Want, S. C. (2009). Meta-analytic moderators of experimental exposure to media portrayals of women on female appearance satisfaction: Social comparisons as automatic processes. *Body image, 6*(4), 257-269. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2009.07.008>
- Wasylikiw, L., & Butler, N. A. (2014). Body talk among undergraduate women: Why conversations about exercise and weight loss differentially predict body appreciation. *Journal of Health Psychology, 19*(8), 1013–1024. <http://dx.doi.org/10.1177/1359105313483155>
- Watson, L. B., Grotewiel, M., Farrell, M., Marshik, J., & Schneider, M. (2015). Experiences of sexual objectification, minority stress, and disordered eating among sexual minority women. *Psychology of Women Quarterly, 39*(4), 458-470. <https://doi.org/10.1177/036168431557502>
- Webster, J., & Tiggemann, M. (2003). The Relationship Between Women's Body Satisfaction and self-image across the lifespan: Theory Of Cognitive Control. *Journal*

of *Genetic Psychology*, 164 (2), 241–252.  
<https://doi.org/10.1080/00221320309597980>

Weiser, E. B. (2015). # Me: Narcissism and its facets as predictors of selfie-posting frequency. *Personality and individual differences*, 86, 477-481.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.07.007>

West, A., Lewis, J., & Currie, P. (2009). Students' Facebook 'friends': public and private spheres. *Journal of youth studies*, 12(6), 615-627.  
<https://doi.org/10.1080/13676260902960752>

Whitaker, C., Stevelink, S., & Fear, N. (2017). The use of Facebook in recruiting participants for health research purposes: a systematic review. *Journal of medical Internet research*, 19(8). <https://doi.org/10.2196/jmir.7071>.

Whiting, A., & Williams, D. (2013). Why people use social media: a uses and gratifications approach. *Qualitative market research: an international journal*, 16(4), 362-369. <https://doi.org/10.1108/QMR-06-2013-0041>

Whitley B. E. Jr. (2001). Gender-role variables and attitudes toward homosexuality. *Sex Roles*, 45, 691–721. doi:10.1023/A:1015640318045

Whitley B. E. Jr. (1987). The relationship of sex-role orientation to heterosexuals' attitudes toward homosexuals. *Sex Roles*, 17(1), 103-113. doi:103–113. 10.1007/BF00287903

Wick, M. R., & Harriger, J. A. (2018). A content analysis of thinspiration images and text posts on Tumblr. *Body image*, 24, 13-16.  
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.11.005>

Willem, C., Araüna, N., Crescenzi, L., & Tortajada, I. (2012). Girls on Fotolog: Reproduction of gender stereotypes or identity play?. *Interactions: Studies in Communication & Culture*, 2(3), 225-242.  
[https://doi.org/10.1386/iscc.2.3.225\\_1](https://doi.org/10.1386/iscc.2.3.225_1)



- Williams, D. L., Crittenden, V. L., Keo, T., & McCarty, P. (2012). The use of social media: an exploratory study of usage among digital natives. *Journal of Public Affairs, 12*(2), 127-136. <https://doi.org/10.1002/pa.1414>
- Williams, E. F., Cash, T. F., & Santos, M. T. (2004). Positive and negative body image: Precursors, correlates, and consequences. *38th annual Association for the Advancement of Behavior Therapy, 285-297*.
- Williamson, I. (1999). Why are gay men a high risk group for eating disturbance?. *European Eating Disorders Review, 7*(1), 1-4.
- Witt M. G., & Wood W. (2010). Self-regulation of gendered behavior in everyday life. *Sex Roles, 62*, 635–646. doi:10.1007/s11199-010-9761-y
- Wood, M. J. (2004). The gay male gaze: Body image disturbance and gender oppression among gay men. *Journal of Gay & Lesbian Social Services, 17*(2), 43-62. [https://doi.org/10.1300/J041v17n02\\_03](https://doi.org/10.1300/J041v17n02_03)
- Wood, W., & Eagly, A. H. (2002). A cross-cultural analysis of the behavior of women and men: implications for the origins of sex differences. *Psychological bulletin, 128*(5), 699-722. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.128.5.699>
- Wood-Barcalow, N. L., Tylka, T. L., & Augustus-Horvath, C. L. (2010). “But I like my body”: Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. *Body Image, 7*, 106–116. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.01.001>
- Yang, Q., & Li, Z. (2014). A picture is worth a thousand words: Chinese college students' self-presentation on social networking sites. *Journal of Communications Media Studies, 6*(1), 70-95. <https://link.gale.com/apps/doc/A429410281/AONE?u=anon~eab5c0de&sid=googleScholar&xid=79485365>

- Yarnell, L. M., Neff, K. D., Davidson, O. A., & Mullarkey, M. (2019). Gender differences in self-compassion: Examining the role of gender role orientation. *Mindfulness, 10*(6), 1136-1152.. <https://doi.org/10.1007/s12671-018-1066-1>
- Yarnell, L. M., Stafford, R., Neff, K. D., Reilly, E., Knox, M. C., & Mullarkey, M. (2015). Meta-analysis of gender differences in self-compassion. *Self and Identity, 14*, 499–520. <https://doi.org/10.1080/15298868.2015.1029966>
- Yates, A., Edman, J., & Aruguete, M. (2004). Ethnic differences in BMI and body/selfdissatisfaction among whites, Asian subgroups, Pacific Islanders, and African- Americans. *Journal of Adolescent Health, 34*(4), 300–307. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2003.07.014>
- Yean, C., Benau, E., Dakanalis, A., Hormes, J. M., Perone, J., & Timko, A. (2013). The relationship of sex and sexual orientation to self-esteem, body shape satisfaction, and eating disorder symptomatology. *Frontiers in Psychology, 4*, 887. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00887>
- Yee, Z. W., Griffiths, S., Fuller-Tyszkiewicz, M., Blake, K., Richardson, B., & Krug, I. (2020). The differential impact of viewing fitspiration and thinspiration images on men’s body image concerns: An experimental ecological momentary assessment study. *Body Image, 35*, 96-107. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.08.008>
- Yelland, C., & Tiggemann, M. (2003). Muscularity and the gay ideal: Body dissatisfaction and disordered eating in homosexual men. *Eating behaviors, 4*(2), 107-116. [https://doi.org/10.1016/S1471-0153\(03\)00014-X](https://doi.org/10.1016/S1471-0153(03)00014-X)
- Zamboni, B. D., Robinson, B. B. E., & Bockting, W. O. (2007). Body image and sexual functioning among bisexual women. *Journal of Bisexuality, 6*(4), 7–26. [https://doi.org/10.1300/J159v06n04\\_02](https://doi.org/10.1300/J159v06n04_02)
- Zheng, D., Ni, X. L., & Luo, Y. J. (2019). Selfie posting on social networking sites and female adolescents’ self-objectification: The moderating role of imaginary audience ideation. *Sex Roles, 80*, 325-331. <https://doi.org/10.1007/s11199-018-0937-1>