

Odnos učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata

Ivić, Nora

Undergraduate thesis / Završni rad

2023

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zadar / Sveučilište u Zadru**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:162:094084>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-01-30**



Sveučilište u Zadru
Universitas Studiorum
Jadertina | 1396 | 2002 |

Repository / Repozitorij:

[University of Zadar Institutional Repository](#)



zir.nsk.hr



DIGITALNI AKADEMSKI ARHIVI I REPOZITORIJ

Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Preddiplomski sveučilišni studij psihologije (jednopedmetni)



Nora Ivić

**Odnos učestalosti korištenja društvenih mreža,
samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima
kod studenata**

Završni rad

Zadar, 2023.



Sveučilište u Zadru

Odjel za psihologiju

Preddiplomski sveučilišni studij psihologije (jednopedmetni)

Odnos učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata

Završni rad

Student/ica:

Nora Ivić

Mentor/ica:

Doc. dr. sc. Ana Šimunić

Zadar, 2023.



Izjava o akademskoj čestitosti

Ja, **Nora Ivić**, ovime izjavljujem da je moj **završni** rad pod naslovom **odnos učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata** rezultat mojega vlastitog rada, da se temelji na mojim istraživanjima te da se oslanja na izvore i radove navedene u bilješkama i popisu literature. Ni jedan dio mojega rada nije napisan na nedopušten način, odnosno nije prepisan iz necitiranih radova i ne krši bilo čija autorska prava.

Izjavljujem da ni jedan dio ovoga rada nije iskorišten u kojem drugom radu pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj, obrazovnoj ili inoj ustanovi.

Sadržaj mojega rada u potpunosti odgovara sadržaju obranjenoga i nakon obrane uređenoga rada.

Zadar, 29. rujna 2023.

SADRŽAJ

SAŽETAK	1
SUMMARY	2
UVOD	3
Društvene mreže	3
Studenti i društvene mreže.....	4
Sklonost uspoređivanja s drugima (socijalno uspoređivanje)	5
Samopoštovanje	6
Podjele samopoštovanja	6
Odnos učestalosti korištenja društvenih mreža, sklonosti uspoređivanja s drugima i samopoštovanja.....	7
Učestalost korištenja društvenih mreža, sklonosti uspoređivanja s drugima i samopoštovanja – spolne razlike.....	9
Polazište istraživanja	10
CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE	11
Cilj.....	11
Problemi.....	11
Hipoteze.....	11
METODOLOGIJA.....	12
Sudionici.....	12
Mjerni instrumenti.....	15
Sociodemografski upitnik.....	15
<i>Rosenbergova skala samopoštovanja</i> (Mirjanić i Milas, 2011).....	15
<i>Skala sklonosti uspoređivanja s drugima (SSUD)</i> (Ćubela Adorić, 2004).....	15
Postupak.....	16
REZULTATI	17

RASPRAVA	22
ZAKLJUČCI.....	30
LITERATURA.....	31

ODNOS UČESTALOSTI KORIŠTENJA DRUŠTVENIH MREŽA, SAMOPOŠTOVANJA I SKLONOSTI USPOREĐIVANJA S DRUGIMA KOD STUDENATA

SAŽETAK

Društvene mreže mladima omogućuju uspoređivanje s njima sličnima, ali i različitima. Rezultati dosadašnjih istraživanja pokazuju da pojedinci koji imaju veću tendenciju socijalnog uspoređivanja više vremena provode na društvenim mrežama od onih koji se manje uspoređuju s drugima te ujedno imaju i niže razine samopoštovanja. Korištenje društvenih mreža je usko povezano sa samopoštovanjem koje pojedinci imaju te ovisno o načinu na koji pojedinci koriste društvene mreže ta povezanost može biti pozitivna, ali i negativna. S obzirom na navedeno, cilj ovog istraživanja bio je ispitati odnos učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata. U istraživanju je sudjelovalo 259 sudionika, 183 studentice i 76 studenta u dobi od 18 do 29 godina. Sudionici su rješavali sociodemografski upitnik koji se sastojao od pitanja o spolu, dobi, godini i mjestu studiranja, prosječnom broju sati dnevno provedenih na društvenim mrežama te pitanja o nekim drugim aspektima korištenja društvenih mreža, *Rosenbergovu skalu samopoštovanja* (Mirjanić i Milas, 2011) i *Skalu sklonosti uspoređivanja s drugima* (Ćubela Adorić, 2004). Obradom rezultata utvrđeno je da ne postoje statistički značajne razlike u učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanju i sklonosti uspoređivanja s drugima između studenata i studentica. Utvrđene su statističke značajne niske negativne povezanosti između samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima. Nadalje, nisu utvrđene statistički značajne povezanosti između učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja niti statistički značajne povezanosti između učestalosti korištenja društvenih mreža i sklonosti uspoređivanja s drugima.

Ključne riječi: društvene mreže, samopoštovanje, sklonost uspoređivanja s drugima

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE FREQUENCY OF USING SOCIAL NETWORKS, SELF-ESTEEM AND THE TENDENCY TO COMPARE WITH OTHERS IN STUDENTS

SUMMARY

Social networks allow young people to compare themselves with both similar and different individuals. The results of previous research show that individuals who are more inclined to engage in social comparison tend to spend more time on social networks, and they also exhibit lower levels of self-esteem. The use of social networks is closely linked to individual self-esteem, and depending on how individuals use social networks, this association can be either positive or negative. Given the above, the objective of this research was to investigate the correlation between students' frequency of social network usage, self-esteem, and inclination for social comparison. The study included 259 participants, 183 females and 76 males aged from 18 to 29 years. The participants completed a socio-demographic questionnaire that included questions about gender, age, year and place of study, average number of hours spent on social networks daily, and questions about other aspects of social network usage. They also completed the *Rosenberg Self-Esteem Scale* (Mirjanić i Milas, 2011) and the *Social Comparison Orientation Scale* (Ćubela Adorić, 2004). The analysis of the results revealed that there are no statistically significant differences in the frequency of social network usage, self-esteem, and the inclination for social comparison between male and female students. Statistically significant negative correlations were found between self-esteem and the inclination for social comparison. Additionally, there were no statistically significant correlations between the frequency of social network usage and self-esteem. There were also no statistically significant correlations between the frequency of social network usage and the inclination for social comparison.

Key-words: social networks, self-esteem, tendency to compare with others

UVOD

Društvene mreže

U današnje vrijeme, korištenje društvenih mreža mnogima je postala dnevna rutina i potreba te se broj korisnika društvenih povećava iz dana u dan (Gündüz, 2017). S obzirom da su društvene mreže značajno promijenile komunikaciju u suvremenom načinu života (Kross i sur., 2013) te da omogućuju trenutačnu interakciju, istraživanje i informiranje, sve je više pojedinaca kojima su se društvene mreže integrirale u život, promijenile svakodnevicu i kojima dan ne može proći bez njihovog korištenja (Vlajčić, 2022).

Uzimajući u obzir navedene mogućnosti koje društvene mreže pružaju, one se mogu definirati kao socijalni medij (Boyd i Ellison, 2008), odnosno kao platforma koja svojim korisnicima omogućuju dijeljenje različitih sadržaja, međusobnu interakciju i komunikaciju te izražavanje vlastitog mišljenja, stavova (Gündüz, 2017) i emocija (Brandtzæg i Heim, 2009) kreiranjem svog javnog ili polu-javnog profila (Boyd i Ellison, 2008). Da bi se neki medij proglasilo društvenom mrežom, mora zadovoljiti sljedeće kriterije: postojanje online platforme, popisa prijatelja ili pratitelja te poveznica na profile svih tih pratitelja ili prijatelja (Boyd i Ellison, 2008). Generalno, društvenom mrežom nazivamo svaku internetsku stranicu i aplikaciju putem koje se ostvaruje interakcija s drugim ljudima (Somerville, 2015).

Neki od sadržaja koje korisnici društvenih mreža mogu dijeliti su osobni podaci, detalji o njihovim životima, fotografije (Brandtzæg i Heim, 2009), ideje i videozapisi (Bhat, 2017). Oni imaju opciju biranja profila drugih korisnika s kojima će biti u interaktivnom odnosu, odnosno kada govorimo o društvenim mrežama, riječ je o omeđenom sustavu (Boyd i Ellison, 2008). Na taj način korisnici mogu održavati već postojeće veze s ljudima, ali i ostvarivati nova poznanstva (Brandtzæg i Heim, 2009) s ljudima sličnih interesa i zanimanja (Ruigrok, 2014). Navedeni odnosi se najčešće označuju izrazom „Prijatelji“, a u slučaju da je odnos jednosmjern „Pratitelji“ (Boyd i Ellison, 2011). Razlog zašto pojedinci koriste društvene mreže objašnjava se dvjema hipotezama. Prvo objašnjenje je da korisnici koji su više društveni, odnosno socijalno angažirani u stvarnom životu, imaju veće prednosti od korištenja društvenih mreža jer se više fokusiraju na društvene aktivnosti komuniciranja nego manje društveni korisnici. S druge strane, postoji i objašnjenje socijalne kompenzacije prema kojoj manje socijalno angažirani pojedinci više koriste društvene mreže kako bi kompenzirali ono što im nedostaje, odnosno uspostavljaju društvene veze online kako bi nadoknadili manjak društvenih veza u stvarnom životu (Gosling i sur., 2011). Pristup svim navedenim pogodnostima koje društvene mreže pružaju je brz i jednostavan (Kunić i sur., 2016) što i objašnjava zašto broj

njihovih korisnika svakodnevno raste (Bodroža i sur., 2008) što se posebno odnosi na mlade koji ujedno čine i najveći broj korisnika društvenih mreža (Omejec, 2020).

Studenti i društvene mreže

Iako društvene mreže koriste pojedinci svih dobnih skupina, njihovi najčešći korisnici su adolescenti i osobe mlađe odrasle dobi (Omejec, 2020), a prema nekim autorima (Perrin, 2015; Vannucci i sur., 2017), oko 90% mladih u dobi od 18 do 29 godina posjeduje društvene mreže. Kod mladih može doći i do intenzivnog korištenja društvenih mreža jer se osamostaljuju od roditelja što podrazumijeva i veću slobodu u organizaciji vremena (Stockdale i Coyne, 2020). Rezultati istraživanja Hajdinjak (2021) (u kojem je uzet uzorak iz populacije hrvatskih studenata) pokazali su da najviše studenata dnevno na društvenim mrežama provodi dva do tri sata, dok ne puno manje njih tri do četiri sata što je u skladu i s drugim istraživanjima (Islam i sur., 2020).

Bitno je naglasiti neke specifičnosti studentske populacije zbog kojih je bitno promatrati ulogu društvenih mreža u njihovom životu. Studenti se nalaze u periodu prijelaza u odraslu dob što podrazumijeva brojne razvojne promjene i izazove u formiranju vlastitog identiteta čije uspješno rješavanje čini osnovu za učinkovit prijelaz u odraslu dob (Zarett i Eccles, 2006). Neki izazovi s kojima se mladi u tom razdoblju susreću su osamostaljivanje od roditelja, odnosno preuzimanje veće odgovornosti, novi socijalni odnosi i obveze, formiranje romantičnih odnosa, razmišljanje o budućnosti (Zarett i Eccles, 2006) i osjećaj usamljenosti (Diehl i sur., 2018). Kako bi mladi prevladali navedene prepreke na putu k ulasku u odraslu dob i formirali vlastiti identitet, važnu ulogu imaju roditelji i vršnjaci (Berk, 2018), ali i društvene mreže (Ito i sur., 2009). Kao što je već rečeno, društvene mreže su prikladna platforma za slobodno izražavanje i dijeljenje vlastitog mišljenja, stavova i vrijednosti (Gündüz, 2017), uspostavljanje i održavanje društvenih odnosa (Brandtzæg i Heim, 2009) te za pristup raznim informativnim sadržajima, a upravo to mladima može olakšati formiranje vlastitog identiteta (Ito i sur., 2009) i prevladavanje navedenih razvojnih prepreka.

Uz sve navedene pozitivne aspekte društvenih mreža za mlade, bitno se osvrnuti i na one negativne. Svakodnevno korištenje društvenih mreža može dovesti do razvoja depresivnih simptoma (Lup i sur., 2015), uvjerenja da drugi imaju sretniji i bolji život (Chou i Edge, 2012) i ljubomore u romantičnim odnosima (Muisse i sur., 2009). Također, učestalo korištenje društvenih mreža pokazuje negativnu povezanost sa samopoštovanjem (Lup i sur., 2015) i

pozitivnu povezanost sa sklonošću uspoređivanja s drugima (Hajdinjak, 2021) o čemu će riječ biti u nastavku.

Sklonost uspoređivanja s drugima (socijalno uspoređivanje)

Socijalno uspoređivanje odnosi se na sklonost uspoređivanja s drugima, odnosno na sklonost ljudi da vlastite sposobnosti, uspjehe i iskustva uspoređuju sa sposobnostima, vrijednostima i uspjesima drugih (Festinger, 1954) kako bi prevladali svoje nesigurnosti i zaključili rade li nešto ispravno ili što bi trebali napraviti u određenim situacijama kada nisu sigurni što je ispravno ponašanje (Gibbons i Buunk, 1999). Potreba za uspoređivanjem s drugima je filogenetski stara i javlja se među mnogim vrstama (Gibbons i Buunk, 1999) te je njeno javljanje nenamjerno i spontano, odnosno može se reći da je socijalno uspoređivanje relativno automatiziran proces (Gilbert i sur., 1995). Prema Festingerovoj teoriji procesa socijalnog uspoređivanja (Festinger, 1954), kada ljudi žele procijeniti vlastiti položaj, ali nemaju dostupan objektivni kriterij (poput rezultata na testu) na temelju kojeg bi vršili samoevaluaciju, koriste usporedbu s drugima kao kriterij svoje uspješnosti (Festinger, 1955; prema Ćubela, 2001). S obzirom na to može se zaključiti da se u novim situacijama javlja povećana potreba za uspoređivanjem zbog manjka objektivnih informacija (Gibbons i Buunk, 1999). Socijalne usporedbe razlikuju se s obzirom na položaj osobe koja se uzima kao kriterij za uspoređivanje u određenoj domeni. Kada se pojedinci uspoređuju s onima koji su im jednaki u nekoj domeni radi se o lateralnim usporedbama, kada se uspoređuju s uspješnijima o uzlaznim, a kada se uspoređuju s manje uspješnima o silaznim usporedbama (Ćubela, 2001).

Postoji više polazišta, odnosno motiva socijalnih usporedbi. Kao što je već spomenuto, motiv samoevaluacije je razlog zašto se ljudi uspoređuju s drugima (Helgeson i Mickleson, 1995), dok to mogu biti i motivi samouzdanja te samozaštite (Helgeson i Mickleson, 1995; Vogel i sur., 2015). Samouzdanje se odnosi na održavanje ili poboljšanje već postojeće povoljne slike o sebi, dok se samozaštita odnosi na zaštitu vlastitog samopoimanja, samopoštovanja i slike o sebi (Ćubela, 2001). Ako pojedinci žele održati povoljnu sliku o sebi i poboljšati vlastitu dobrobit, koristit će se silaznim socijalnim usporedbama, odnosno uspoređivat će se s onima koji su inferiorniji od njih. S druge strane, ako žele unaprijediti vlastite sposobnosti u određenom području, koristit će se uzlaznim usporedbama, odnosno uspoređivat će se s nekim tko je superiorniji od njih u tom području (Hajdinjak, 2021).

Uspoređivanje s drugima će djelovati na mišljenje ljudi o drugima, ali i na njihovo mišljenje o njima samima (Corcoran i sur., 2011). Pojedinci se razlikuju s obzirom na sklonost

uspoređivanja s drugima; osobe sklonije socijalnim usporedbama iskazuju veću osjetljivost i nesigurnost pojma o sebi (Gibbons i Buunk, 1999) koji se odnosi na mišljenje koje pojedinac ima o sebi samome u svim segmentima života (Lacković-Grgin, 1994). Kroz uspoređivanje svojih sposobnosti i mišljenja s drugima, dolazi i do oblikovanja osjećaja vlastite vrijednosti, odnosno do razvoja samopoštovanja. Ako pojedinac procjenjuje da je manje uspješan od osoba s kojima je u interakciji, njegovo samopoštovanje bit će sniženo (McMullin i Cairney, 2004).

Samopoštovanje

Samopoštovanje se odnosi na evaluativni segment samopoimanja (Lacković-Grgin, 1994), odnosno na pozitivne i negativne emocije, točnije na sveukupno mišljenje i osjećaje povezane s pojmom o sebi (Rosenberg, 1979; prema Lacković-Grgin, 1994). Dakle, samopoštovanje se odnosi na vrednovanje samoga sebe koje može biti i negativno i pozitivno (Jelen, 2022) te može voditi do prihvatanja ili neprihvatanja sebe (Coopersmith, 1967; prema Bezinović, 1988). Razina samopoštovanja koju pojedinac ima odrazit će se u različitim segmentima njegovog života (Connor i sur., 2004), ali i odrediti njegovo ponašanje (Mecca i sur., 1989). Osobe s višim razinama samopoštovanja imaju pozitivniju sliku o sebi, društveniji su (Burušić i Tadić, 2006), odgovornije će rješavati svoje obveze (Mecca i sur., 1989), fleksibilniji su i maštovitiji (Ang i sur., 2006) od osoba s niskim samopoštovanjem. Također, osobe s visokim razinama samopoštovanja smatraju sebe vrijednima poštovanja i zadovoljni su sobom dok je kod osoba s nižim razinama samopoštovanja obrnuto (Stiplošek, 2002).

Podjele samopoštovanja

Samopoštovanje možemo dijeliti na globalno samopoštovanje koje predstavlja sveukupnu evaluaciju vlastite vrijednosti i na samopoštovanje ovisno o domeni koje predstavlja evaluaciju vlastite vrijednosti u pojedinoj domeni, primjerice socijalnoj ili intelektualnoj (Leary i Baumeister, 2000). Globalno samopoštovanje uključuje samokompetenciju koja se odnosi na osjećaj učinkovitosti, a temelji se na uspješnoj realizaciji postavljenih ciljeva te samoprihvatanje koje se temelji na subjektivnoj procjeni vlastite vrijednosti (Tafarodi i Swann, 2001). Također, razlikuju se pozitivno i negativno samopoštovanje. Pozitivno samopoštovanje povezano je s društveno poželjnim i konstruktivnim ponašanjem, dok je negativno samopoštovanje povezano s antisocijalnim i delinkventnim ponašanjem (Mar i sur., 2006).

Odnos učestalosti korištenja društvenih mreža, sklonosti uspoređivanja s drugima i samopoštovanja

Rezultati istraživanja (Haferkamp i Krämer, 2011; Lee, 2014) pokazali su da ljudi imaju sklonost uspoređivanja s drugima putem društvenih mreža. Ljudi općenito imaju sklonost uspoređivati se s drugima, a dostupnost društvenih mreža povećava broj ljudi s kojima se mogu usporediti. Društvene mreže mladima omogućuju uspoređivanje s njima sličnima, ali i različitima što im olakšava formiranje vlastitog identiteta potvrđivanjem ili odbacivanjem njegovih pojedinih aspekata (Lewallen i Behm-Morawitz, 2016). Korisnici društvenih mreža najskloniji su uzlaznim socijalnim usporedbama (Vogel i sur., 2014) jer je većina sadržaja na društvenim mrežama prikladna za takvu vrstu usporedbi (Gonzales i Hancock, 2011). Naime, mladi na društvenim mrežama imaju mogućnost kontroliranja sadržaja koji će objaviti, odnosno kontroliranja načina na koji će predstaviti svoj identitet jer mogu više vremena razmisliti o informacijama koje će podijeliti o sebi (Leung, 2011). Studenti često na društvenim mrežama prikazuju samo pozitivne aspekte sebe kako bi se svidjeli drugima (Manago i sur., 2008). Na taj si način osiguravaju dobivanje povratnih informacija što može povisiti njihovu razinu dobrobiti i samopouzdanja (Valkenburg i sur., 2006). Mora se sagledati i druga strana toga, odnosno kako to utječe na druge korisnike koji su izloženi i uspoređuju se s takvim sadržajima. Uspoređivanje s takvim sadržajima nerijetko vodi do ljubomore (Lim i Yang, 2015), nezadovoljstva tjelesnim izgledom (Fardouly i sur., 2015) i do sniženog samopoštovanja (Vogel i sur., 2014). Rezultati istraživanja (Kalpidou i sur., 2011) su pokazali da su uzlazne socijalne usporedbe na društvenim mrežama bile negativno povezane sa razinom samopoštovanja. Zbog toga je važno sagledati način na koji mladi koriste društvene mreže; jesu li više fokusirani na prezentiranje sebe u najboljoj slici ili su pak podložniji uspoređivanju sa sadržajima koji objavljuju drugi korisnici. Rezultati istraživanja Vogela i suradnika (2015) pokazali su da pojedinci koji se više uspoređuju s drugima više vremena provode na društvenoj mreži Facebook od onih koji se manje uspoređuju s drugima te da ujedno imaju i niže razine samopoimanja i samopoštovanja. Rezultati istraživanja (Vogel i sur., 2015) također su pokazali i da su pojedinci koji su skloni uspoređivati se s drugima imali nižu razinu samopoštovanja ako bi kratko vrijeme proveli na profilu svog prijatelja na društvenoj mreži, nego ako bi vrijeme provodili na vlastitom profilu. Oni pojedinci koji se uspoređuju s drugim korisnicima društvenih mreža suočeni su s neugodnim osjećajima povezanim s tim usporedbama (Lee, 2014). Dok neki korisnici društvenih mreža uspoređuju uljepšane fotografije drugih ljudi sa svojim realnim „ja“ što se može nepovoljno reflektirati na njihovo samopoštovanje i dobrobit (Bergagna i Tartaglia, 2018), neki korisnici s izraženom sklonošću uspoređivanja s drugima će

društvene mreže koristiti za samouzdanje (Wills, 1981) kako bi povećali vlastito samopoštovanje (Bergagna i Tartaglia, 2018). S druge strane, neka istraživanja (Ruigrok, 2014) nisu utvrdila značajnu povezanost količine vremena provedenog na Facebook-u i samopoštovanja.

Osim što socijalne veze mladima na društvenim mrežama pomažu u razvoju vlastitog identiteta putem socijalnih usporedbi, one također imaju važnu ulogu i u izgradnju subjektivne dobrobiti i samopoštovanja (Harter, 2015). Pokazalo se da je korištenje društvenih mreža usko povezano sa razinom samopoštovanja koju pojedinci imaju (De Vries, 2014). Rezultati istraživanja Lup i suradnika (2015) pokazali su da je korištenje društvenih mreža negativno povezano sa samopoštovanjem. Već je spomenuto da su i same socijalne usporede povezane sa sniženim samopoštovanjem (Vogel i sur., 2014), ali postoje i drugi faktori društvenih mreža koji su povezani sa samopoštovanjem. Kao što je već spomenuto, studenti često prikazuju uljepšane verzije sebe na društvenim mrežama (Manago i sur., 2008), a upravo je to učestalija pojava kod studenata s nižim razinama samopoštovanja (Mehdizadeh, 2010). Društvene mreže mogu povoljno djelovati na pojedince s nižim razinama samopoštovanja jer im dopuštaju da predstave samo pozitivne aspekte sebe (Gonzales i Hancock, 2011) te nedostatak samopoštovanja kompenziraju većim brojem pratitelja, odnosno popularnošću na društvenim mrežama (Tazghini i Siedlecki, 2013) kako bi imali osjećaj pripadnosti društvu (Jerončić-Tomić i sur., 2020). Na taj način osobe s nižim samopoštovanjem poboljšavaju sliku o sebi, dok su osobe s višim razinama samopoštovanja već zadovoljne sobom pa nemaju takvu potrebu i na društvenim mrežama se prikazuju realnije, odnosno onako kakvi su zapravo u stvarnom svijetu (Blachnio i sur., 2016). Dakle, individualne procjene vlastite vrijednosti ponekad nisu realna percepcija, odnosno to može biti i nerealna percepcija vlastitih vrijednosti i postignuća (Krueger i sur., 2008) koju, pojedinci mogu postići putem društvenih mreža (Blachnio i sur., 2016). Nadalje, društvene mreže mogu poboljšati pojedinčevu sliku o sebi, uključujući i poboljšanje percepcije vlastitog fizičkog izgleda, dok s druge strane može doći i do narušavanja slike o sebi negativnim povratnim informacijama i internetskim nasiljem koje je česta pojava kod studenata (Jerončić-Tomić i sur., 2020). Samopoštovanje mladih, ovisit će o povratnim informacijama kojima su izloženi na društvenim mrežama. Dok su pozitivne povratne informacije pozitivno povezane s razinom samopoštovanja, negativne su negativno povezane (Valkenburg i Schouten, 2006). Dakle, društvene mreže mogu biti pozitivno (Gonzales i Hancock, 2001), ali i negativno (Vogel i sur., 2014) povezane sa samopoštovanjem. Uz sve

navedeno treba sagledati i razlike u odnosu korištenja društvenih mreža, sklonosti uspoređivanja s drugima i samopoštovanja s obzirom na spol.

Učestalost korištenja društvenih mreža, sklonosti uspoređivanja s drugima i samopoštovanja – spolne razlike

Treba naglasiti da žene društvene mreže koriste učestalije i intenzivnije u odnosu na muškarce (Bergagna i Tartaglia, 2018). Naime, žene više vremena ulažu u uređivanje svojih profila na društvenim mrežama (Rosen i sur., 2010), učestalije objavljuju slike (Pempek i sur., 2009), ali i učestalije pregledavaju tuđe objave (McAndrew i Jeong, 2012) te prosječno više vremena provode na društvenim mrežama u odnosu na muškarce – primjerice rezultati istraživanja Muise i suradnika (2009) su pokazali da one Facebook koriste učestalije nego muškarci.

Osim spolnih razlika u učestalosti korištenja društvenih mreža, često se postavlja i pitanje postoje li spolne razlike u samopoštovanju (Primorac, 2014). Prethodna istraživanja najčešće rezultiraju jednim od dva sljedeća zaključka: neznčajne razlike u samopoštovanju između žena i muškaraca (Kelly, 1997; Maccoby i Jacklin, 1974) ili razlika u samopoštovanju u korist muškarcima, odnosno to da muškarci imaju više razine samopoštovanja nego žene (Gentile i sur., 2009). Navedena razlika počinje biti izražena nakon ranih adolescentskih godina tijekom kojih još ne postoje velike razlike u samopoštovanju dječaka i djevojčica. Dakle, tijekom kasnijih adolescentskih godina i odrasle dobi, dolazi do spolnih razlika u samopoštovanju jer dječaci imaju pozitivno samopoimanje dok kod djevojčica dolazi do pada osjećaja osobne vrijednosti (McMullin i Cairney, 2004).

Upravo jedno od objašnjenja navedenih razlika u učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanju s obzirom na spol, leži u uspoređivanju s drugima. Naime, djevojčice i žene se učestalije vrednuju na osnovi izgleda nego što to čine dječaci i muškarci (McMullin i Cairney, 2004). To bi moglo objasniti zašto žene više vremena utroše na uređivanje svojih, ali i pregledavanje tuđih profila na društvenim mrežama nego muškarci (McAndrew i Jeong, 2012; Pempek i sur., 2009; Rosen i sur., 2010). Zbog brojnih fizičkih promjena koje se događaju tijekom adolescencije i koje više pogađaju djevojke nego na mladiće, kod djevojaka često dolazi do nezadovoljstva vlastitim izgledom (McMullin i Cairney, 2004). Naime, žene vrlo često svoj izgled uspoređuju s izgledom drugih žena i ako percipiraju da su manje atraktivne od njih to će negativno utjecati na njihovo samopoštovanje (McMullin i Cairney, 2004). Rezultati prethodnih istraživanja (Furnham i sur., 2002) pokazuju da postoji povezanost

između zadovoljstva vlastitim fizičkim izgledom i samopoštovanjem kod žena, odnosno da žene koje nisu zadovoljne vlastitim izgledom imaju niže razine samopoštovanja, dok kod muškaraca ne postoji takva povezanost (Furnham i sur., 2002). Iako rezultati istraživanja (Wheeler i Miyake, 1992) izvješćuju o sličnim obrascima socijalnih usporedbi između muškaraca i žena, utvrđena je značajna razlika u sklonosti uspoređivanja s drugima na temelju izgleda – žene su sklonije uspoređivati svoj izgled s drugima nego muškarci (Wheeler i Miyake, 1992), a upravo im društvene mreže pružaju dobru platformu za pravljenje takvih usporedbi (Lee, 2014).

Polazište istraživanja

Broj korisnika društvenih mreža povećava se iz dana u dan (Gündüz, 2017), a sve je više i pojedinaca kojima su društvene mreže postale neizostavne iz svakodnevnog života (Vlajčić, 2022). Zbog naglog razvoja društvenih mreža, mnogi psiholozi počeli su istraživati njihovu povezanost s općom dobrobiti pojedinaca (npr. Kross i sur., 2013). Iako društvene mreže koriste pojedinci svih dobnih skupina, njihovi najčešći korisnici su adolescenti i mladi (Omejec, 2020) te otprilike 90% osoba u dobi od 18 do 29 godina posjeduje društvene mreže (Perrin, 2015; Vannucci i sur., 2017). Mladi se u tom razdoblju suočavaju s brojnim razvojnim promjenama i izazovom formiranja vlastitog identiteta (Zarett i Eccles, 2006) u čemu važnu ulogu imaju i društvene mreže (Ito i sur., 2009). Naime, one mladima pružaju mogućnost uspoređivanja s njima sličnima i različitima što im olakšava formiranje vlastitog identiteta (Lewallen i Behm-Morawitz, 2016). Postoje kontradiktornosti u rezultatima istraživanja (Bergagna i Tartaglia, 2018; Ruigrok, 2014; Wills, 1981) u kojima je proučavano kako su socijalne usporedbe povezane s korištenjem društvenih mreža. Nadalje, društvene mreže, osim pružanja mogućnosti socijalnih usporedbi s drugima, imaju i važnu ulogu u izgradnji vlastitog samopoštovanja (Harter, 2015). Ovdje također postoje, kontradiktornosti u istraživanjima (Gonzales i Hancock, 2001; Jerončić-Tomić i sur., 2020; Vogel i sur., 2014), odnosno društvene mreže mogu biti pozitivno (Gonzales i Hancock, 2001), ali i negativno (Vogel i sur., 2014) povezane sa samopoštovanjem. Ukratko, s obzirom na bitnu ulogu društvenih mreža u životima studenata i utvrđenu povezanost učestalosti korištenja društvenih mreža sa sklonošću uspoređivanja s drugima i sa samopoštovanjem te s obzirom na kontradiktorne rezultate istraživanja u kojima su se proučavale te povezanosti, ovim istraživanjem ispita se odnos učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata u Hrvatskoj.

CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE

Cilj

Utvrditi postoji li povezanost učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata.

Problemi

1. Ispitati postoje li razlike u učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanju i sklonosti uspoređivanja s drugima s obzirom na spol.
2. Ispitati postoji li povezanost između samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata.
3. Ispitati postoji li povezanost između učestalosti korištenja društvenih mreža i
 - a) samopoštovanja kod studenata
 - b) sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata.

Hipoteze

1. S obzirom na rezultate dosadašnjih istraživanja očekuje se da će žene više vremena provoditi na društvenim mrežama nego muškarci (Muisse i sur., 2009), da će žene imati niže samopoštovanje nego muškarci (Gentile i sur., 2009) te da će žene biti sklonije uspoređivanju s drugima nego muškarci (McMullin i Cairney, 2004).
2. S obzirom na rezultate prijašnjih istraživanja (Gibbons i Buunk, 1999; Kalpidou i sur., 2011; Vogel i sur., 2014; Vogel i sur., 2015) pretpostavlja se da će više razine sklonosti uspoređivanja s drugima biti povezane s nižim razinama samopoštovanja kod studenata.
3.
 - a) S obzirom na rezultate prethodnih istraživanja (Lup i sur., 2015; Vogel i sur., 2014) pretpostavlja se da će učestalost korištenja društvenih mreža biti negativno povezana sa samopoštovanjem, odnosno da će studenti koji više vremena dnevno provode na društvenim mrežama imati niže razine samopoštovanja.
 - b) S obzirom da ljudi općenito imaju sklonost uspoređivati se s drugima, a dostupnost društvenih mreža povećava broj ljudi s kojima se mogu usporediti (Lewallen i Behm-Morawitz, 2016), pretpostavlja se da će učestalost korištenja društvenih mreža biti pozitivno povezana s većom sklonošću uspoređivanja s drugima, odnosno da će studenti koji više vremena dnevno provode na društvenim mrežama imati veću tendenciju uspoređivanja s drugima.

METODOLOGIJA

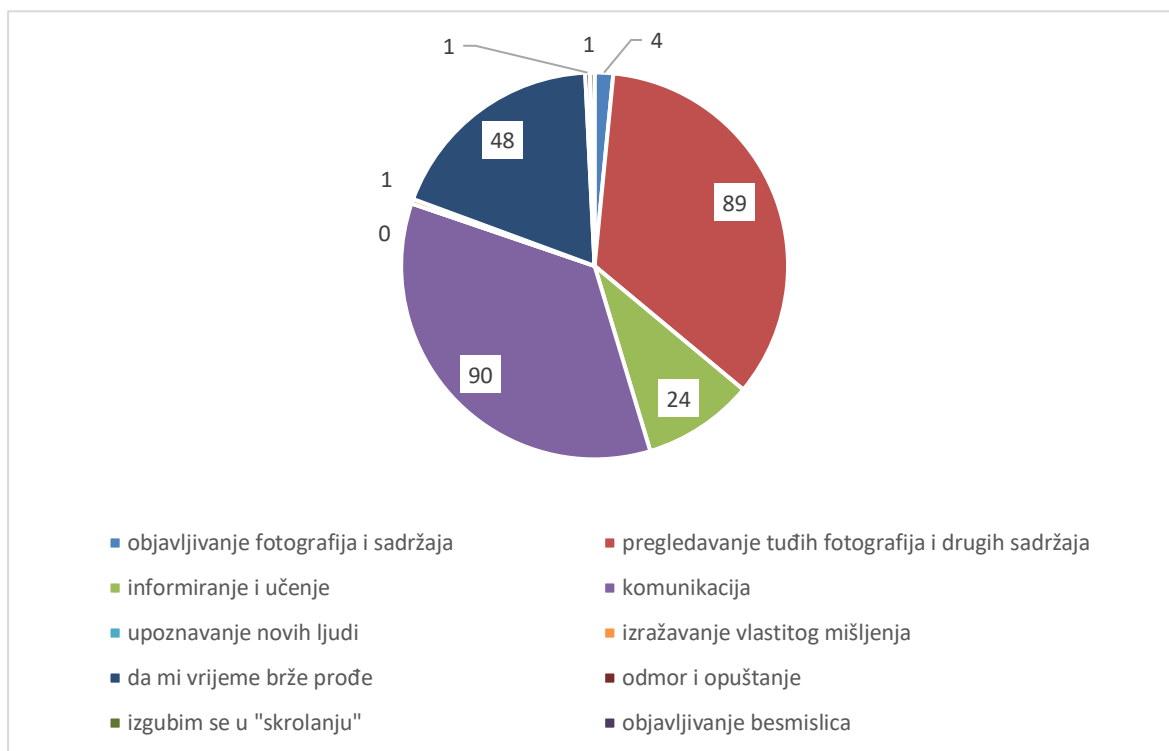
Sudionici

U istraživanju je sudjelovalo 259 sudionika, 183 studentice i 76 studenta. Sudionici istraživanja bili su studenti s različitih sveučilišta u Hrvatskoj čija se dob kretala u rasponu od 18 do 29 godina.

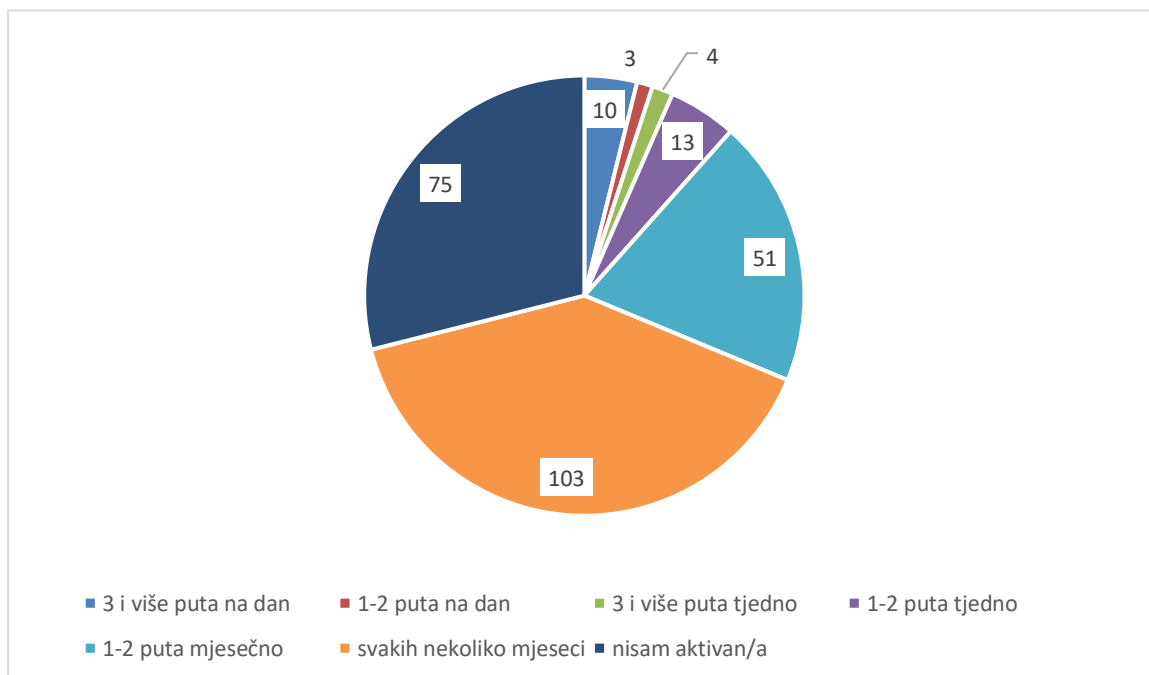
Od društvenih mreža, najviše sudionika koristi WhatsApp (96,9% uzorka), a potom Instagram (89,2%) i Facebook (63,3%). Najviše studenata je reklo da društvene mreže koriste za pregledavanje tuđih fotografija (86,9%), a potom za komunikaciju (85,7%), informiranje i učenje (76,4%), da im vrijeme brže prođe (73,4%) dok ih otprilike pola (53,7%) društvene mreže koristi i za objavljivanje fotografija i drugih sadržaja. Na pitanje „Na koju aktivnost trošite najviše vremena“ gdje je bio dopušten samo jedan odgovor, najviše je studenata odgovorilo da je to komunikacija (34,7%), a zatim pregledavanje tuđih fotografija i drugih sadržaja (34,4%), da im vrijeme brže prođe (18,5%), na informiranje i učenje (9,3%), objavljivanje fotografija i drugih sadržaja (1,5%) dok je za ostale aktivnosti bilo manje od 1% odgovora (Slika 1). Što se tiče aktivnosti na društvenim mrežama u obliku objavljivanja fotografija i slično, 39,8% studenata je reklo da to radi svakih nekoliko mjeseci, 29,8% da uopće nisu aktivni u tom obliku, dok je 19,7% reklo da to radi jednom do dva puta mjesečno, 5% jedan do dva puta tjedno, 3,9% 3 i više puta na dan, 1,5% tri i više puta tjedno, a 1,2% jedan do dva puta na dan (Slika 2).

36,8% studenata je izvijestilo da društvene mreže najčešće koristi za komunikaciju, a 32,9% studenta da je to za pregledavanje tuđih fotografija i sadržaja, dok je 36,1% studentica reklo da je to komunikacija, a isti postotak studentica je navelo pregledavanje tuđih fotografija i sadržaja (Slika 3).

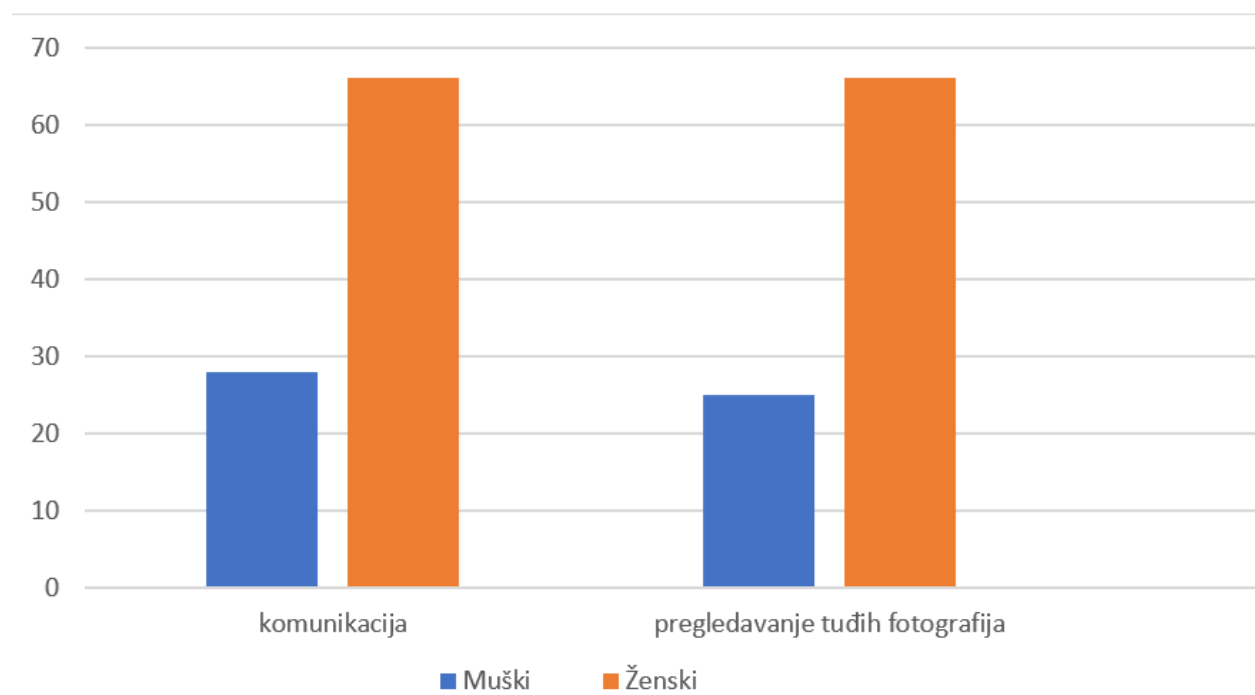
Slika 1. Odgovori sudionika na pitanje „Na koju aktivnost trošite najviše vremena“ (N=259).



Slika 2. Odgovori sudionika na pitanje „Koliko ste aktivni na društvenim mrežama u obliku objavljivanja fotografija i slično?“ (N=259).



Slika 3. Broj studenata i studentica koji društvene mreže najčešće koriste za komunikaciju i za pregledavanje tuđih fotografija.



Mjerni instrumenti

Sociodemografski upitnik

Sociodemografski upitnik uključivao je pitanja o dobi, spolu, godini i mjestu studiranja, prosječnom broju sati dnevno provedenih na društvenim mrežama te pitanja o nekim drugim aspektima korištenja društvenih mreža (*Koje društvene mreže koristite, U koje sve svrhe koristite društvene mreže?, Na koju aktivnost trošite najviše vremena?, Koliko ste aktivni na društvenim mrežama u obliku objavljivanja fotografija i slično?*) koja su se deskriptivno obradila. Pitanje o učestalosti korištenja društvenih mreža bilo je *Koliko vremena dnevno koristite društvene mreže?* te su bili ponuđeni odgovori *Ne koristim na dnevnoj bazi, Manje od 1 sata dnevno, Sat vremena dnevno, Od 2 do 5 sati dnevno, Od 5 do 7 sati dnevno, Od 7 do 10 sati dnevno, Više od 10 sati dnevno.*

Rosenbergova skala samopoštovanja (Mirjanić i Milas, 2011)

Rosenbergova skala samopoštovanja (Rosenberg, 1965) najpoznatiji je instrument za mjerenje globalnog samopoštovanja te se temelji se na procjeni sveukupnog zadovoljstva samim sobom. Ispituje pozitivne i negativne osjećaje koje ljudi imaju prema samome sebi. Sadrži ukupno 10 čestica koje uključuju tvrdnje povezane s osjećajem vlastite vrijednosti i samoprihvatanjem (npr. *Sve više dolazim do saznanja da jako malo vrijedim*). Pet čestica je formulirano u negativnom, a preostalih pet čestica u pozitivnom smjeru. Sudionici procjenjuju svoje slaganje, odnosno neslaganje s tvrdnjama na skali procjene od 4 stupnja (od 1-uopće se NE slažem do 4-potpuno se slažem). Ukupan rezultat formira se zbrajanjem procjena na pojedinim česticama skale, s time da se odgovori u pet tvrdnji boduju u obrnutom smjeru. Najmanji mogući rezultat iznosi 10, a najveći 40 bodova. Manji ukupni rezultat ukazuje na nižu razinu samopoštovanja i obrnuto. U ovom istraživanju korišten je prijevod *Rosenbergove skale samopoštovanja* autora Mirjanić i Milas (2011) te je Cronbach alpha koeficijent unutarnje pouzdanosti iznosio $\alpha = .99$, što pokazuje kako se radi o visoko pouzdanoj skali.

Skala sklonosti uspoređivanja s drugima (SSUD) (Ćubela Adorić, 2004)

Skala sklonosti uspoređivanja s drugima mjeri tendenciju uspoređivanja s drugima prilikom evaluacije mišljenja, efikasnosti te postignuća. Sastoji se od ukupno devet čestica (npr. *Kad želim znati koliko sam u nečemu dobar, uspoređujem ono što sam napravio s time kako su to napravili drugi*). Sudionici procjenjuju svoje slaganje s tvrdnjama na skali procjene od pet stupnjeva (od 1-uopće se NE slažem do 5-potpuno se slažem) koja se boduje u istom smjeru. Ukupan rezultat formira se zbrajanjem odgovora sudionika na pojedinim česticama. Raspon mogućih rezultata na skali kreće se od 9 do 45 te manji rezultat ukazuje na manju sklonost

socijalnog uspoređivanja i obrnuto. Cronbach alpha koeficijent unutarnje pouzdanosti skale u ovom istraživanju iznosio je $\alpha = .99$.

Postupak

Ciljani uzorak ovog istraživanja bili su studenti s različitih sveučilišta u Hrvatskoj u dobi raspona od 18 do 29 godina. Uzorak u istraživanju je prigodan te se dio uzorka prikupio tehnikom snježne grude, odnosno sudionici su zamoljeni da podijele link istraživanja svojim poznanicama koji odgovaraju ciljanoj populaciji istraživanja. Upitnici su također podijeljeni u Facebook grupe namijenjene studentskoj populaciji. Istraživanje je provedeno *on-line* putem te se poveznica za ispunjavanje upitnika dijelila putem društvenih mreža s naglaskom na grupe namijenjene studentskim grupama te putem e-maila.

U pozivu za sudjelovanje u istraživanju navedena je ciljana populacija istraživanja te je zamoljena da upitnik proslijedi dalje ciljanim grupama. Prije ispunjavanja upitnika, na samom početku obrasca, naveden je cilj istraživanja, okvirno trajanje ispunjavanja upitnika od oko 10 minuta te je zajamčena anonimnost individualnih rezultata. U slučaju da sudionici imaju dodatna pitanja o istraživanju ili ako žele biti obaviješteni o rezultatima istraživanja ostavljen je kontakt kojem se mogu javiti.

Istraživanje je prije provedbe dobilo odobrenje od strane Etičkog povjerenstva Odjela za psihologiju Sveučilišta u Zadru te je provedeno tijekom travnja i svibnja 2023. godine.

REZULTATI

U svrhu odgovora na istraživačke probleme, prije provođenja daljnjih statističkih postupaka, izračunati su deskriptivni podaci (M , C , minimum, maksimum, SD , *asimetričnost*, *spljoštenost*) dobi sudionika, učestalosti korištenja društvenih mreža, rezultata na Rosenbergovoj skali samopoštovanja i na Skali sklonosti uspoređivanja s drugima te je provjerena normalnost njihovih distribucija Kolmogorov-Smirnovljevim testom (Tablica 1). Također, izračunati su deskriptivni podaci (M , SD) dobi sudionika, učestalosti korištenja društvenih mreža, rezultata na Rosenbergovoj skali samopoštovanja i na Skali sklonosti uspoređivanja s drugima s obzirom na spol (Tablica 2).

Tablica 1. Prikaz deskriptivnih podataka i normalnosti distribucije dobi sudionika, učestalosti korištenja društvenih mreža, rezultata na Rosenbergovoj skali samopoštovanja i na Skali sklonosti uspoređivanja s drugima ($N=259$).

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>C</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maksimum</i>	<i>SD</i>	<i>Asimetričnost</i>	<i>Spljoštenost</i>	<i>K-S</i>
Dob	259	21,32	21,00	18,00	29,00	2,06	1,57	3,23	0,26**
Učestalost korištenja društvenih mreža	259	3,93	4,00	1,00	7,00	0,81	-0,14	2,23	0,34**
Samopoštovanje	259	27,29	28,00	8,00	40,00	7,54	-0,34	-0,63	0,09*
uspoređivanje	259	30,79	31,00	13,00	45,00	6,33	0,02	-0,28	0,05

* $p < ,05$, ** $p < ,01$

Tablica 2. Prikaz deskriptivnih podataka i dobi sudionika, učestalosti korištenja društvenih mreža dnevno, rezultata na Rosenbergovoj skali samopoštovanja i Skali sklonosti uspoređivanja s drugima s obzirom na spol ($N=259$).

Spol	Muški					Ženski				
	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Asimetričnost</i>	<i>Spljoštenost</i>	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Asimetričnost</i>	<i>Spljoštenost</i>
Dob	76	21,63	2,07	1,27	2,63	183	21,19	2,04	1,74	3,81
Učestalost korištenja društvenih mreža	76	3,82	0,90	-0,40	1,52	183	3,98	0,76	0,11	2,56
Samopoštovanje	76	27,51	7,02	-0,41	-0,16	183	27,20	7,76	-0,31	-0,77
Uspoređivanje	76	31,24	6,08	0,21	-0,31	183	30,60	6,44	-0,03	-0,29

Kako bi se provjerila opravdanost korištenja parametrijskih postupaka, proveden je Kolmogorov-Smirnovljevi test (K-S) kojim je provjerena normalnost distribucije za varijable dobi sudionika, učestalosti korištenja društvenih mreža dnevno, rezultata na Rosenbergovoj skali samopoštovanja i na Skali sklonosti uspoređivanja s drugima. K-S je za varijable dobi sudionika, učestalosti korištenja društvenih mreža dnevno i rezultata na Rosenbergovoj skali samopoštovanja pokazao značajno odstupanje od normalne distribucije, dok za rezultate na Skali sklonosti uspoređivanja s drugima nije pokazao značajno odstupanje od normalne distribucije. No, unatoč tome opravdano je koristiti parametrijske statističke postupke za analizu podataka jer indeksi asimetričnosti nisu izvan dopuštenog intervala ± 3 , a indeksi spljoštenosti nisu izvan dopuštenog intervala ± 8 (Kline, 2005) (Tablica 1). Provjereni su i indeksi asimetričnosti i spljoštenosti za varijable dobi sudionika, učestalosti korištenja društvenih mreža dnevno, rezultata na Rosenbergovoj skali samopoštovanja i na Skali sklonosti uspoređivanja s drugima za studente i studentice zasebno te su oni također unutar dopuštenih intervala prema Klineu (2005) za opravdanost korištenja parametrijskih statističkih postupaka (Tablica 2).

U svrhu odgovora na prvi istraživački problem korišteni su t-testovi za nezavisne uzorke kako bi se ispitala razlike u učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanju i sklonosti uspoređivanja s drugima između studenata i studentica (Tablica 3).

Tablica 3. Prikaz rezultata t-testova za nezavisne uzorke za utvrđivanje razlika u učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanju i sklonosti uspoređivanja s drugima između studenata i studentica ($N=259$).

	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>
Učestalost korištenja društvenih mreža	1,47	257	,14
Samopoštovanje	-0,31	257	,76
Uspoređivanje	-0,74	257	,46

Nisu utvrđene statistički značajne razlike u učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanju i sklonosti uspoređivanja s drugima između studenata i studentica (Tablica 3).

U svrhu odgovora na drugi istraživački problem koji je bio ispitati postoji li povezanost između samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata izračunat je Pearsonov koeficijent korelacije (Tablica 4).

Tablica 4. Rezultati dobiveni računanjem Pearsonovog koeficijenta korelacije između samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata ($N=259$).

	Sklonost uspoređivanja s drugima
Samopoštovanje	-,28*

* $p>,05$

Utvrđene su statističke značajne niske negativne povezanosti između samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata. Studenti koji su imali više samopoštovanje imali su manju sklonost uspoređivanja s drugima (Tablica 4).

U svrhu odgovora na prvi dio trećeg istraživačkog problema koji je bio ispitati postoji li povezanost između učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja kod studenata te u svrhu odgovora na drugi dio trećeg istraživačkog problema koji je bio ispitati postoji li povezanost između učestalosti korištenja društvenih mreža i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata izračunati su Pearsonovi koeficijenti korelacije (Tablica 5).

Tablica 5. Rezultati dobiveni računanjem Pearsonovih koeficijenata korelacije između učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja te između učestalosti korištenja društvenih mreža i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata ($N=259$).

	Učestalost korištenja društvenih mreža
Samopoštovanje	-,05
Sklonost uspoređivanja s drugima	,06

* $p < ,05$

Nisu utvrđene statistički značajne povezanosti između učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja niti statistički značajne povezanosti između učestalosti korištenja društvenih mreža i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata (Tablica 5).

RASPRAVA

Društvene mreže su se mnogima integrirale u život (Vlajčić, 2022) i broj njihovih korisnika povećava se iz dana u dan (Gündüz, 2017). Njihovi najčešći korisnici su adolescenti i osobe mlađe odrasle dobi (Omejec, 2020). Rezultati prijašnjih istraživanja pokazali su da je korištenje društvenih mreža usko povezano s razinom samopoštovanja koju pojedinci imaju (DeVries, 2014) i da ta povezanost može biti pozitivna (Gonzales i Hancock, 2001), ali i negativna (Vogel i sur., 2014). Također, društvene mreže mladima omogućuju uspoređivanje s njima sličnima, ali i različitima što im olakšava izgradnju vlastitog identiteta (Lewallen i Behm-Morawitz, 2016). Stoga je cilj ovog istraživanja bio ispitati postoji li povezanost učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata.

U skladu s postavljenim ciljem, prvi istraživački problem bio je ispitati postoje li razlike u učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanju i sklonosti uspoređivanja s drugima s obzirom na spol. S obzirom na rezultate dosadašnjih istraživanja pretpostavljeno je da će žene više vremena provoditi na društvenim mrežama (Muisse i sur., 2009), imati niže samopoštovanje (Gentile i sur., 2009) te da će biti sklonije uspoređivanju s drugima nego muškarci (McMullin i Cairney, 2004). Statističkom analizom rezultata, nisu utvrđene statistički značajne razlike u učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanju i sklonosti uspoređivanja s drugima između studenata i studentica.

S obzirom da žene više vremena utroše na uređivanje profila (Rosen i sur., 2010), ali i pregledavanje tuđih (McAndrew i Jeong, 2012) na društvenim mrežama nego muškarci, očekivalo se i da će one učestalije koristiti društvene mreže kao što su pokazali i rezultati nekih prethodnih istraživanja (Muisse i sur., 2009), no u ovom istraživanju nije dobivena razlika u učestalosti korištenja društvenih mreža između studenata i studentica. Naime, muškarci i žene primarno ne koriste iste aspekte društvenih mreža, odnosno ne koriste ih za iste aktivnosti. Žene su više usmjerene na uspoređivanje s drugima i samoprezentaciju (Hajdinjak, 2021) dok su muškarci više usmjereni na održavanje društvenih odnosa i komunikaciju (Haferkamp i sur., 2012). Upravo to može biti razlog zašto žene utroše više vremena na uređivanje svojih (Rosen i sur., 2010) i pregledavanje tuđih (McAndrew i Jeong, 2012) profila na društvenim mrežama nego što to rade muškarci, ali ne treba nužno značiti i da će one ukupno više vremena provoditi na njima. Naime, uređivanje i pregledavanje profila nisu jedine aktivnosti dostupne na društvenim mrežama, odnosno društvene mreže koriste se i za međusobnu interakciju i komunikaciju te izražavanje vlastitog mišljenja i stavova (Gündüz, 2017). Također, u prijašnjim istraživanjima (Lup i sur., 2015), pregledavanje tuđih fotografija nije se pokazala

značajno povezanom s učestalosti korištenja društvenih mreža. Dodatno, rezultati istraživanja Hajdinjak (2021) su pokazali da je najčešći razlog korištenja društvenih mreža komunikacija s drugima, a u ovom istraživanju najčešći razlozi koje su studenti navodili bili su pregledavanje tuđih fotografija i također komunikacija (samo 1,2% studenata više je navelo pregledavanje fotografija od komunikacije). S obzirom na navedeno, odnosno na to da muškarci društvene mreže više koriste za komunikaciju, a žene za pregledavanje tuđih profila (Haferkamp i sur., 2012), a to su ujedno i dva aspekta društvenih mreža koje su sudionici ovog istraživanja najčešće spominjali da koriste, moguće je da su se izjednačili po ukupnom vremenu koje provode na društvenim mrežama. Studenti u ovom istraživanju su doista društvene mreže najčešće koristili za komunikaciju (36,8% njih), dok je jednak broj studentica društvene mreže najčešće koristilo za komunikaciju te pregledavanje tuđih profila i sadržaja (36,07% njih). Naime, u budućim istraživanjima bi se trebala zasebno ispitivati razlika u vremenu provedenog na društvenim mrežama obavljajući različite aktivnosti između muškaraca i žena, a ne sveukupno vrijeme koje provedu na njima.

Iako rezultati brojnih istraživanja (Gentile i sur., 2009) u kojima je ispitivan odnos samopoštovanja i spola izvješćuju o višim razinama samopoštovanja kod muškaraca nego kod žena, postoje i mnoga istraživanja (Swenson, 2003) koja su rezultirala drugim zaključkom, a to je da ne postoje značajne razlike u samopoštovanju između muškaraca i žena kao što je dobiveno i u ovom istraživanju. Navedeno je moguće objasniti sljedećim. Naime, u većini istraživanja (Gentile i sur., 2009) koja izvješćuju o postojanju razlike u samopoštovanju s obzirom na spol, ispitivano je samopoštovanje specifično za pojedinu domenu. Samopoštovanje ovisno o domeni odnosi se na zadovoljstvo samim sobom u pojedinoj domeni, primjerice u socijalnoj (Leary i Baumeister, 2000). Samopoštovanje može izrazito varirati ovisno o specifičnoj domeni u kojoj se ispituje te je zbog toga, ako se ispituje samopoštovanje u specifičnoj domeni, moguće da se dobiju veće spolne razlike nego što bi se dobile da se ispitalo globalno samopoštovanje (Sondhas i sur., 2001). Upravo bi to moglo objasniti dobivene razlike u samopoštovanju s obzirom na spol u prethodnim istraživanjima (Gentile i sur., 2009). Nadalje, više samopoštovanje kod sudionika nego sudionica najizraženije je u istraživanjima (McMullin i Cairney, 2004) u kojima su uzorak bili adolescenti kada su te razlike i najizraženije (McMullin i Cairney, 2004). Primjerice u istraživanju Primorac (2014) žene i muškarci su se značajno razlikovali u razini samopoštovanja, ali samo u skupini srednjoškolaca, ali ne i u skupini studenata kod kojih nije dobivena značajna razlika. Razlika u samopoštovanju kod mlađih adolescenata, odnosno niže samopoštovanje djevojčica nego

dječaka objašnjava se većim fizičkim promjenama kod djevojčica nego kod dječaka što je negativno povezano s njihovim samopoštovanjem (Robins i sur., 2002), posebice zato što se djevojčice često procjenjuju na osnovi vlastitog izgleda, a dječaci ne (McMullin i Cairney, 2004). No, te promjene koje djevojčice doživljavaju u razdoblju adolescencije i koje su povezane s nižim razinama samopoštovanja, kasnije gube značaj kada im se djevojke prilagode što i objašnjava zašto njihovo samopoštovanje raste od srednje škole te se izjednačava sa samopoštovanjem mladića prilikom upisa na fakultete, odnosno razlike u samopoštovanju s obzirom na spol nestaju (Primorac, 2014). Moguće objašnjenje je i porast broja faceta samopoštovanja kroz odrastanje – mladi se s godinama počinju procjenjivati u odnosu na sve veći broj uloga u životu te se na temelju tih procjena i vrednuju (Lacković-Grgin, 1994). Što je veći broj samoprocjena, mogući stresori, poput brige o vlastitom tjelesnom izgledu (Robins i sur., 2002) manje će utjecati na globalno samopoštovanje jer se njihovi negativni utjecaji mogu kompenzirati drugim pozitivnim samoprocjenama (Lacković-Grgin, 1994). U ovom istraživanju, mjerilo se upravo globalno samopoštovanje Rosenbergovom skalom samopoštovanja (Rosenberg, 1965).

Nadalje, iako se očekivalo da će žene biti sklonije uspoređivanju s drugima nego muškarci, rezultati to nisu potvrdili. Očekivana razlika temeljila se na većoj sklonosti žena da svoj izgled uspoređuju s drugima nego muškarci (Wheeler i Miyake, 1992) što im društvene mreže i omogućuju (Lee, 2014). No, iako se u prethodnim istraživanjima pokazalo da žene pokazuju veću sklonost od muškaraca da svoj fizički izgled uspoređuju s drugima, žene i muškarci imaju izrazito slične obrasce socijalnog uspoređivanja u raznim drugim dimenzijama (akademska, osobna, način života, sposobnosti, socijalne vještine, mišljenja), situacijama (socijalne interakcije, telefoniranje) i odnosima (prijatelji, poznanici, stranci, partner) (Wheeler i Miyake, 1992). U ovom istraživanju korištena je Skala sklonosti uspoređivanja s drugima (Ćubela Adorić, 2004) koja ne uključuje posebna pitanja za sklonost uspoređivanja s drugima na temelju fizičkog izgleda što bi se trebalo posebno ispitati. Zanna i suradnici (1975) u svom istraživanju, također, nisu dobili značajne razlike između žena i muškaraca u sklonosti uspoređivanja s drugima te navode kako žene i muškarci imaju jednaku sklonost socijalnog uspoređivanja u raznim životnim situacijama. Dakle, moguće je da zbog velikog broja situacija u kojima muškarci i žene pokazuju istu sklonost socijalnog uspoređivanja (Wheeler i Miyake, 1992; Zanna i sur., 1975) nije dobivena razlika u sklonosti uspoređivanja između muškaraca i žena ni u ovom istraživanju. Rezultati istraživanja Wilson i Rossa (2000) također ne pokazuju statistički značajne razlike u sklonosti uspoređivanja između muškaraca i žena.

Drugi istraživački problem bio je ispitati postoji li povezanost između samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata. S obzirom na rezultate prijašnjih istraživanja (Gibbons i Buunk, 1999; Kalpidou i sur., 2011; Vogel i sur., 2014; Vogel i sur., 2015) pretpostavljano je da će više razine sklonosti uspoređivanja s drugima biti povezane s nižim razinama samopoštovanja kod studenata. Statističkom analizom podataka utvrđene su statističke značajne niske negativne povezanosti između samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata. Studenti koji su imali više samopoštovanje imali su manju sklonost uspoređivanja s drugima. Samopoštovanje se općenito odnosi na samoprocjenu, odnosno samoevaluaciju pojma o sebi (Lacković-Grgin, 1994). Kako s adolescencijom, socijalni odnosi počinju biti sve važniji za razvoj pozitivne slike o sebi (Rudolph, 2009) tako i uspoređivanje s drugima počinje biti jedan od bitnih izvora informacija za pravljenje procjena o vlastitoj vrijednosti (Harter, 2015). Upravo se, prema Festingerovoj teoriji socijalnog uspoređivanja (1954), u nedostatku objektivnih kriterija, pojedinci samoevaluiraju na temelju usporedbe s drugima. Odnosno, kada nisu sigurni u svoju vrijednost, uspoređivat će se s drugima kao bi ju mogli procijeniti (Ćubela, 2001). Osobe s visokim samopoštovanjem su svjesne svoje vrijednosti i vlastitih sposobnosti te će stoga rjeđe imati potrebu uspoređivati se s drugima nego pojedinci s niskim samopoštovanjem (Blachnio i sur., 2016). Također, u domeni sposobnosti i postignuća, preferirani standard usporedbe su oni koji su bolji u tom području, odnosno najčešće se koriste uzlazne socijale usporedbe (Ćubela, 2001). Uspoređivanje s takvima, često je povezano sa sniženim samopoštovanjem (Vogel i sur., 2014). Drugim riječima, ako pojedinac percipira da je manje vrijedan u usporedbi s osobama s kojima je u interakciji, imat će i sniženo samopoštovanje (McMullin i Cairney, 2004). Zbog svega navedenog, moguće je zaključiti da su osobe koje su sklonije uspoređivanju s drugima, nesigurnije su u sebe (Gibbons i Buunk, 1999), a samim time imaju i sniženo samopoštovanje što je i potvrđeno u ovom istraživanju.

Prvi dio trećeg problema bio je ispitati postoji li povezanost između učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja kod studenata. S obzirom na rezultate prethodnih istraživanja (Lup i sur., 2015; Vogel i sur., 2014) pretpostavljano je da će učestalost korištenja društvenih mreža biti negativno povezana sa samopoštovanjem, odnosno da će studenti koji više vremena dnevno provode na društvenim mrežama imati niže razine samopoštovanja. Statističkom obradom podataka nisu utvrđene statistički značajne povezanosti između učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja kod studenata. Rezultati prijašnjih istraživanja pokazali su da je korištenje društvenih mreža povezano s razinom samopoštovanja

koju pojedinci imaju. No, rezultati nekih istraživanja (Lup i sur., 2015) izvještavaju o negativnoj, dok rezultati drugih istraživanja (Gonzales i Hancock, 2001) o pozitivnoj povezanosti ta dva konstrukta. Za oba smjera povezanosti pružaju se različita objašnjenja, a za primjer se može uzeti način prezentacije na društvenim mrežama. Naime, korisnici društvenih mreža često prikazuju samo pozitivne aspekte sebe na svojim profilima (Manago i sur., 2008), odnosno prikazuju samo pozitivne aspekte sebe (Gonzales i Hancock, 2011). Navedeno je učestalija pojava kod studenata s nižim razinama samopoštovanja jer oni na taj način nedostatak samopoštovanja u stvarnome životu pokušavaju nadoknaditi popularnošću na društvenim mrežama (Tazghini i Siedlecki, 2013). Rezultati istraživanja Gonzales i Hancocka (2011) su pokazali da je takvo idealno prikazivanje sebe na društvenim mrežama uistinu potkrepljujuće za osobe nižih razina samopoštovanja. S druge strane, pojedinci s višim razinama samopoštovanja, nemaju potrebu za kompenzacijom samopoštovanja putem online svijeta (Blachnio i sur., 2016). No, kao što je prethodno spomenuto, društvene mreže pružaju različit broj drugih aktivnosti među kojima je jedna od najčešćih interakcija s drugim korisnicima (Gündüz, 2017). Iako osobe s višim razinama samopoštovanja nemaju potrebu za nadoknadom samopoštovanja popularnošću na društvenim mrežama, oni mogu biti popularni van okvira online svijeta te društvene mreže koristiti za komunikaciju (Gündüz, 2017). Naime, manje usamljene osobe, odnosno one s više poznanstava pokazuju više razine samopoštovanja (Vanhalst i sur., 2013) te imaju i više mogućih kontakata za komunikaciju. Također, korištenje društvenih mreža može biti pozitivno povezano sa samopoštovanjem zbog dobivanja pozitivnih povratnih informacija na društvenim mrežama, ali i negativno zbog dobivanja negativnih povratnih informacija (Valkenburg i Schouten, 2006). S obzirom na mogućnost oba smjera povezanosti učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja, moguće je da se te povezanosti međusobno ponište te da se na cijelom uzorku ne dobiju statistički značajne korelacije.

Drugi dio trećeg problema bio je ispitati postoji li povezanost između učestalosti korištenja društvenih mreža i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata. Pretpostavljeno je da će učestalost korištenja društvenih mreža biti pozitivno povezana s većom sklonošću uspoređivanja s drugima, odnosno da će studenti koji više vremena dnevno provode na društvenim mrežama imati veću tendenciju uspoređivanja s drugima. Statističkom obradom podataka nisu utvrđene statistički značajne povezanosti između učestalosti korištenja društvenih mreža i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata. Prethodno je već spomenuto da s adolescencijom dolazi do novih izazova koji uključuju razvoj vlastitog

identiteta i samopoštovanja (Rudolph, 2009) te da je upravo zbog toga za to razdoblje karakteristično uspoređivanje s drugima kako bi se dobile potrebne informacije za prevladavanje tih razvojnih izazova (Harter, 2015). Naime, uspoređivanje s drugima pomaže u prevladavanju vlastitih nesigurnosti i pronalaženju ispravnog načina postupanja u situacijama kada su pojedinci nesigurni kako treba reagirati (Gibbons i Buunk, 1999), odnosno u pronalaženju normativnih standarda ponašanja (Nesi i Prinstein, 2015). Pretpostavljeno je da će učestalo korištenje društvenih mreža biti pozitivno povezano s pravljjenjem usporedbi s drugima jer njihova dostupnost povećava broj ljudi s kojima se pojedinci mogu usporediti (Lewallen i Behm-Morawitz, 2016). No, potreba za uspoređivanjem je filogenetski stara i biološki jaka (Gibbons i Buunk, 1999) te se javlja spontano i nenamjerno (Gilbert i sur., 1995), odnosno postoji i bez društvenih mreža. Pojedinci se općenito razlikuju s obzirom na sklonost uspoređivanja s drugima, odnosno one osobe koje imaju veću sklonost uspoređivanja s drugima, češće će raditi socijalne usporedbe u svim životnim situacijama (Gibbons i Buunk, 1999), a posebno u periodu koji dolazi s adolescencijom za koji je pravljenje takvih usporedbi karakteristično (Harter, 2015). Drugim riječima, iako društvene mreže pružaju podlogu za pravljenje usporedbi s drugima (Lewallen i Behm-Morawitz, 2016), osobe koje su sklonije raditi te usporedbe, radit će ih i van društvenih mreža te pravljenje takvih usporedbi ne mora biti značajno povezano s učestalosti korištenja društvenih mreža. Rezultati prethodnih istraživanja (Lup i sur., 2015) također nisu pokazali značajnu povezanost sklonosti uspoređivanja s drugima s učestalosti korištenja društvenih mreža, ali je dobivena značajna povezanost sklonosti uspoređivanja s drugima s brojem nepoznatih ljudi koje pojedinci prate. Sudionici su bili skloniji pravljenju usporedbi s drugima, pratili su više nepoznatih ljudi (Lup i sur., 2015). To je i logično s obzirom na to da se, tek kad se prate nepoznati ljudi, povećava broj ljudi s kojima se pojedinci mogu usporediti. O navedenom bi se trebalo voditi računa u budućim istraživanjima, odnosno trebala bi se ispitati povezanost broja nepoznatih ljudi koje pojedinci prate sa sklonošću uspoređivanja s drugima.

Kroz raspravu je već spomenuto par nedostataka navedenog istraživanja te su navedeni prijedlozi za buduća istraživanja sličnog tipa. Treba još spomenuti da se, s obzirom da je ovo istraživanje korelacijske prirode, odnosno da se ispitivala samo povezanost učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja, ne može se govoriti o kauzalnim vezama navedenih varijabli (Burić i Slišković, 2021). Dakle, kao što je već rečeno, moguće je da osobe s nižim samopoštovanjem često koriste društvene mreže kako bi kompenzirali nedostatak samopoštovanja (Gonzales i Hancock, 2011) te da ih osobe s višim razinama samopoštovanja

često koriste za komunikaciju (Gündüz, 2017). No, moguće je i da je predstavljanje idealne slike sebe pozitivno povezano sa samopoštovanjem (Gonzales i Hancock, 2011); a uspoređivanje s takvim nerealnim standardima drugih korisnika negativno (Vogel i sur., 2014). Ovisno o tome, u koje svrhe pojedinci koriste društvene mreže – za pozitivno predstavljanje sebe ili pak za uspoređivanje s drugima, ovisit će i kako će društvene mreže utjecati na njihovu dobrobit. Navedeno je dodatno moguće objašnjenje dobivanja neznčajne povezanosti učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja, odnosno također je moguće da se navedene pozitivne i negativne povezanosti na cijelom uzorku međusobno ponište pa da se ne dobije statistički značajna povezanost učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja. Navedeno bi se svakako trebalo ispitati u budućim istraživanjima kako bi se više saznalo o prirodi odnosa korištenja društvenih mreža i samopoštovanja.

Također, još jedno od ograničenja ovog istraživanja je to što je ispitivana samo učestalost korištenja društvenih mreža, a rezultati prethodnih istraživanja (Lup i sur., 2015; Valkenburg i Schouten, 2006) su pokazali kako su neki drugi aspekti korištenja društvenih mreža povezani sa sklonošću uspoređivanja s drugima i samopoštovanjem, a ne samo učestalost njihovog korištenja. Naime, iako su u ovom istraživanju uzimani i podaci o razlozima korištenja društvenih mreža oni su se samo deskriptivno obradili te nisu rađene nikakve dodatne statističke analize tih podataka. Stoga se preporuča da se ti razlozi uključe i u daljnje analize, odnosno da se ispita i njihov udio u objašnjenju povezanosti učestalosti korištenja društvenih mreža sa ostalim konstruktima. Dodatno, kako su sudionici kao odgovore davali osobne procjene, moguće je da su davali odgovore koji su socijalno poželjni (Milas, 2005), ali i da su krivo procijenili svoje prosječno vrijeme provođenja na društvenim mrežama. Bilo bi poželjno da se uzmu objektivni kriteriji vremena korištenja društvenih mreža što je moguće i vidjeti u postavkama nekih društvenih mreža. Uz to, istraživanje je provedeno online putem što je onemogućilo kontrolu provođenja istraživanja.

Još jedan potencijalni problem istraživanja se veže uz samu skalu koja se koristila u ovom istraživanju, odnosno uz *Rosenbergovu skalu samopoštovanja* (Rosenberg, 1965). Kao što je već rečeno, *Rosenbergova skala samopoštovanja* (Rosenberg, 1965) mjeri globalno samopoštovanje, odnosno na samopoštovanje gleda kao na nedjeljiv konstrukt. Međutim, neki istraživači smatraju da samopoštovanje ima niz djeljivih domena koje bi se trebale zasebno mjeriti (primjerice akademska kompetentnost, socijalno prihvaćanje, samopoštovanje vezano uz fizički izgled itd.) (Jelić, 2011). Samopoštovanje može izrazito varirati ovisno o specifičnoj domeni u kojoj se ispituje te je zbog toga, ako se ispituje samopoštovanje u specifičnoj domeni,

moćuće da se dobiju veće spolne razlike nego što bi se dobile kad se ispituje globalno samopoštovanje (Sondhas i sur., 2001).

Za kraj treba spomenuti i upitnost reprezentativnosti uzorka u ovom istraživanju. Naime, u budućim istraživanjima trebali bi se uzeti u obzir svi fakulteti i razine studija u Hrvatskoj kako bi se rezultati mogli generalizirati na populaciju studenata u Hrvatskoj.

ZAKLJUČCI

1. Ne postoje statistički značajne razlike u učestalosti korištenja društvenih mreža, samopoštovanja i sklonosti uspoređivanja s drugima s obzirom na spol.
2. Studenti koji su imali više samopoštovanje imali su manju sklonost uspoređivanja s drugima.
3. Nisu utvrđene statistički značajne povezanosti između učestalosti korištenja društvenih mreža i samopoštovanja niti statistički značajne povezanosti između učestalosti korištenja društvenih mreža i sklonosti uspoređivanja s drugima kod studenata.

LITERATURA

- Ang, R. P., Neubronner, M., Oh, S. A. i Leong, V. (2006). Dimensionality of Rosenberg's self-esteem scale among normal-technical stream students in Singapore. *Current Psychology*, 25(2), 120-131. <https://doi.org/10.1007/s12144-006-1007-3>
- Bergagna, E. i Tartaglia, S. (2018). Self-esteem, social comparison, and Facebook use. *Europe's Journal of Psychology*, 14(4), 831-845. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1592>
- Berk, L. E. (2008). *Psihologija cjeloživotnog razvoja* (3 izdanje). Naklada Slap.
- Bezinović, P. (1988). *Percepcija osobne kompetentnosti kao dimenzija samopoimanja* [Neobjavljena doktorska disertacija]. Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju.
- Bhat, S. (2017). Social networking sites and mental health: A review. *International Journal of Advanced Educational Research*, 2(5), 357-360. <https://doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1592>
- Błachnio, A., Przepiorka, A. i Rudnicka, P. (2016). Narcissism and self-esteem as predictors of dimensions of Facebook use. *Personality and Individual Differences*, 90(2016), 296-301. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.11.018>
- Bodroža, B., Jovanović, S., i Popov, B. (2008). Latentna struktura ponašanja u virtuelnim društvenim zajednicama i njegove relacije sa socijalnom anksioznošću. *Primenjena Psihologija*, 1(1-2), 19-36. <https://doi.org/10.19090/pp.2008.1-2.19-36>
- Boyd, D. M. i 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>
- Brandtzæg, P. B. i Heim, J. (2009). Why People Use Social Networking Sites. U A. A. Ozok i P. Zaphiris (Ur.), *International Conference on Online Communities and Social Computing* (str. 143-152). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-642-02774-1_16
- Burić, I. i Slišković, A. (2021). Kako obraditi podatke?. U A. Slišković i I. Burić (Ur.) *Znanstveno istraživanje u psihologiji: vodič za početnike* (str. 161-221). Sveučilište u Zadru.
- Burušić, J. i Tadić, M. (2006). Uloga samopoštovanja u odnosu crta ličnosti i neverbalnih socijalnih vještina. *Journal for General Social Issues*, 15(4-5), 753-771. <https://hrcak.srce.hr/10877>

- Chou, H. T. G. i Edge, N. (2012). "They are happier and having better lives than I am": The impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 117-121. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0324>
- Connor, J. M., Poyrazli, S., Ferrer-Wreder, L., i Grahame, K. M. (2004). The relation of age, gender, ethnicity, and risk behaviors to self-esteem among students in nonmainstream schools. *Adolescence*, 39(155), 457-473.
- Corcoran, K., Crusius, J. i Mussweiler, T. (2011). Social comparison: motives, standards, and mechanisms. U D. Chadee (Ur.), *Theories in Social Psychology* (str. 119-139). Wiley-Blackwell.
- Ćubela, V. (2001). Istraživanja procesa socijalnog uspoređivanja: Osnovni teorijski i metodološki pristupi. *RFFZd*, 40(17), 117-142.
- De Vries, D. A. (2014). *Social media and online self-presentation: Effects on how we see ourselves and our bodies*. [Diplomski rad, Sveučilište u Amsterdamu, Fakultet društvenih i bihevioralnih znanosti]. UvA-DARE. <https://hdl.handle.net/11245/1.418282>
- Diehl, K., Jansen, C., Ishchanova, K. i Hilger-Kolb, J. (2018). Loneliness at universities: determinants of emotional and social loneliness among students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), 1865. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091865>
- Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R. i Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13(2015), 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140. <https://doi.org/10.1177/001872675400700202>
- Fox, J. i 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>
- Gentile, B., Grabe, S., Dolan-Pascoe, B. Twenge, J.M., Wells, B.E. i Maitino, A. (2009). Gender differences in domain-specific self-esteem: A meta-analysis. *Review of General Psychology*, 13(1), 34-45. <https://doi.org/10.1037/a0013689>

- Gibbons, F. X. i Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6(1), 129-142. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129>
- Gilbert, D. T., Giesler, R. B., i Morris, K. A. (1995). When comparisons arise. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(2), 227-236. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.2.227>
- Gonzales, A. L. i Hancock, J. T. (2011). Mirror, mirror on my Facebook wall: Effects of exposure to Facebook on self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(1-2), 79-83. <http://doi.org/10.1089/cyber.2009.0411>
- Gosling, S. D., Augustine, A. A., Vazire, S., Holtzman, N. i Gaddis, S. (2011). Manifestations of personality in online social networks: Self-reported Facebook-related behaviors and observable profile information. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(9), 483-488. <http://doi.org/10.1089/cyber.2010.0087>
- Gündüz, U. (2017). The effect of social media on identity construction. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 8(5), 85-85. <https://doi.org/10.1515/mjss-2017-0026>
- Haferkamp, N. i Krämer, N. C. (2011). Social comparison 2.0: Examining the effects of online profiles on social-networking sites. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(5), 309-314. <http://doi.org/10.1089/cyber.2010.0120>
- Hajdinjak, N. (2021). *Ispitivanje odnosa korištenja društvenih mreža, problematičnog korištenja interneta, tipova usamljenosti, sklonosti uspoređivanja s drugima i straha od propuštanja kod studenata* [Diplomski rad, Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija]. Repozitorij Fakulteta hrvatskih studija. <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:111:250535>
- Harter, S. (2015). *The Construction of the Self: Developmental and Sociocultural Foundations*. Guilford Publications. <https://lcn.loc.gov/2011045275>
- Helgeson, V. S. i Mickelson, K. D. (1995). Motives for social comparison. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(11), 1200-1209. <https://doi.org/10.1177/01461672952111008>
- Islam, M. S., Sujan, M. S. H., Tasnim, R., Ferdous, M. Z., Masud, J. H. B., Kundu, S., Mosaddek, A. S. M., Choudhuri, M. S. K., Kircaburun, K. i Griffiths, M. D. (2020).

- Problematic internet use among young and adult population in Bangladesh: Correlates with lifestyle and online activities during the COVID-19 pandemic. *Addictive Behaviors Reports*, 12(2020), 100311. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100311>
- Ito, M., Horst, H. A., Bittanti, M., Herr Stephenson, B., Lange, P. G., Pascoe, C. J. i Robinson, L. (2009). *Living and Learning with New Media: Summary of Findings from the Digital Youth Project*. The MIT Press. <http://library.oapen.org/handle/20.500.12657/26078>
- Jelen, S. (2022). *Utjecaj društvenih mreža na stvaranje slike o sebi i samopoštovanje adolescenata: rad s istraživanjem* [Diplomski rad, Sveučilište u Rijeci, Fakultet zdravstvenih studija]. Repozitorij Fakulteta zdravstvenih studija. <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:184:623739>
- Jelić, M. (2012). Nove spoznaje u istraživanjima samopoštovanja: konstrukt sigurnosti samopoštovanja. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 21(2 (116)), 443-463. <https://doi.org/10.5559/di.21.2.08>
- Jerončić Tomić, I., Mulić, R. i Milišić Jadrić, A. (2020). Utjecaj društvenih mreža na samopoštovanje i mentalno zdravlje mladih. *In medias res: časopis filozofije medija*, 9(17), 2649-2654. <https://doi.org/10.46640/imr.9.17.4>
- Kalpidou, M., Costin, D., i Morris, J. (2011). The relationship between Facebook and the well-being of undergraduate college students. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(4), 183-189. <http://doi.org/10.1089/cyber.2010.0061>
- Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., Shablack, H., Jonides, J. i Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PloS ONE*, 8(8), e69841. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0069841>
- Krueger, J. I., Vohs, K. D., i Baumeister, R. F. (2008). Is the allure of self-esteem a mirage after all? *American Psychologist*, 63(1), 64–65. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.63.1.64>
- Kunić, I., Matić, M. V. i Sindik, J. (2016). Društvene mreže i zdravlje. *Hrvatski časopis za javno zdravstvo*, 12(47), 110-114.
- Lacković-Grgin, K. (1994). *Samopoimanje mladih*. Naklada Slap.
- Leary, M. R. i Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. U M. P. Zanna (Ur.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 32, str. 1-62). Elsevier. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(00\)80003-9](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(00)80003-9)

- Lee, S. Y. (2014). How do people compare themselves with others on social network sites?: The case of Facebook. *Computers in Human Behavior*, 32(2014), 253-260. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.12.009>
- Leung, L. (2011). Loneliness, social support, and preference for online social interaction: the mediating effects of identity experimentation online among children and adolescents. *Chinese Journal of Communication*, 4(4), 381-399. <https://doi.org/10.1080/17544750.2011.616285>
- Lewallen, J. i Behm-Morawitz, E. (2016). Pinterest or thinterest?: Social comparison and body image on social media. *Social Media + Society*, 2(1), 1-9. <https://doi.org/10.1177/2056305116640559>
- Lim, M. i Yang, Y. (2015). Effects of users' envy and shame on social comparison that occurs on social network services. *Computers in Human Behavior*, 51(2015), 300-311. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.05.013>
- Lup, K., Trub, L. i Rosenthal, L. (2015). Instagram #instasad?: exploring associations among instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5), 247-252. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0560>
- Manago, A. M., Graham, M. B., Greenfield, P. M. i 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>
- Mar, R. A., DeYoung, C. G., Higgins, D. M. i Peterson, J. B. (2006). Self-liking and self-competence separate self-evaluation from self-deception: Associations with personality, ability, and achievement. *Journal of Personality*, 74(4), 1047-1078. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00402.x>
- McAndrew, F. T. i 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>
- McMullin, J. A. i Cairney, J. (2004). Self-esteem and the intersection of age, class, and gender. *Journal of Aging Studies*, 18(1), 75-90. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2003.09.006>

- Mecca, A.M., Smelser, N.J. i Vasconcellos, J. (1989). *The Social Importance of Self-Esteem*. University of California Press Ltd.
- Mehdizadeh, S. (2010). Self-presentation 2.0: Narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(4), 357-364. <http://doi.org/10.1089/cyber.2009.0257>
- Milas, G. (2005). *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Naklada Slap. <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:118:385432>
- Muise, A., Christofides, E. i Desmarais, S. (2009). More information than you ever wanted: does facebook bring out the green-eyed monster of jealousy?. *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 441–444. <http://doi.org/10.1089/cpb.2008.0263>
- Omejec, H. (2020). *Strah od propuštanja kao medijator povezanosti pretjeranog korištenja interneta i zadovoljstva romantičnom vezom* [Diplomski rad, Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet]. ODRAZ. <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:131:531361>
- Pempek, T. A., Yermolayeva, Y. A. i Calvert, S. L. (2009). College students' social networking experiences on Facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30(3), 227-238. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2008.12.010>
- Perrin, A. (2015). Social media usage. *Pew Research Center*, 125, 52-68.
- Primorac, M. *Razlike u samopoštovanju mladih u srednjoj i kasnoj adolescenciji*. [Neobjavljeni završni rad]. Sveučilište u Zadru, Odsjek za psihologiju.
- Robins, R.W., Trzesniewski, K.H., Tracy, J.L., Gosling, S.D. i Potter, J. (2002). Global self-esteem across the life span. *Psychology and Aging*, 17(3), 423-434. <https://doi.org/10.1037//0882-7974.17.3.423>
- Rosen, D., Stefanone, M. A. i Lackaff, D. (2010). Online and offline social networks: Investigating culturally-specific behavior and satisfaction. U *43rd Hawaii International Conference on System Sciences* (str. 1-10). IEEE. <https://doi.org/10.1109/HICSS.2010.292>
- Rudolph, K. D. (2009). Adolescent depression. U I. H. Gotlib i C. L. Hammen (Ur.), *Handbook of Depression: Second Edition* (str. 444–467). Guilford Press. <https://doi.org/10.1017/S0954579410000167>

- Ruigrok, A. (2014). *Usage of social networking sites and their effects on self-esteem* [Završni rad, Dublin Business School]. DBS eSource. <http://hdl.handle.net/10788/2288>
- Somerville, T. A. (2015). The effect of social media use on narcissistic behavior. *Journal of Undergraduate Research*, 25.
- Sondhaus, E. L., Kurtz, R. M. i Strube, M. J. (2001). Body attitude, gender, and self-concept: A 30-year perspective. *The Journal of Psychology*, 135(4), 413-429. <https://doi.org/10.1080/00223980109603708>
- Stiplošek, D. (2002.). *Povezanost religioznosti, samopoštovanja i lokusa kontrole* [Diplomski rad, Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu]. Repozitorij Filozofskog fakulteta u Zagrebu. <http://darhiv.ffzg.unizg.hr/id/eprint/114>
- Stockdale, L. A. i Coyne, S. M. (2020). Bored and online: Reasons for using social media, problematic social networking site use, and behavioral outcomes across the transition from adolescence to emerging adulthood. *Journal of Adolescence*, 79(2020), 173-183. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.01.010>
- Swenson, P. L. (2003). *A psychometric study of the Rosenberg self-esteem scale: an investigation of gender dif* [Diplomski rad, Sveučilište British Columbia, Odjel za edukacijsku i savjetodavnu psihologiju]. Ubc.ca. <https://dx.doi.org/10.14288/1.0053822>
- Tafarodi, R. W. i Swann Jr, W. B. (2001). Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences*, 31(5), 653-673. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00169-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00169-0)
- Tazghini, S. i Siedlecki, K. L. (2013). A mixed method approach to examining Facebook use and its relationship to self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 827-832. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.11.010>
- Valkenburg, P. M., Peter, J. i Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology & Behavior*, 9(5), 584-590. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.584>
- Vanhalst, J., Goossens, L., Luyckx, K., Scholte, R. H. i Engels, R. C. (2013). The development of loneliness from mid-to late adolescence: Trajectory classes, personality traits, and

- psychosocial functioning. *Journal of adolescence*, 36(6), 1305-1312. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.04.002>
- Vannucci, A., Flannery, K. M. i Ohannessian, C. M. (2017). Social media use and anxiety in emerging adults. *Journal of Affective Disorders*, 207(2017), 163-166. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.040>
- Vlajčić, A. M. (2022). *Odnos samopoštovanja i učestalosti korištenja društvene mreže Instagram kod studenata* [Završni rad, Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, Akademija za umjetnost i kulturu u Osijeku]. Repozitorij Akademije za umjetnost i kulturu u Osijeku. <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:251:273709>
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Okdie, B. M., Eckles, K. i Franz, B. (2015). Who compares and despairs? The effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes. *Personality and Individual Differences*, 86(2015), 249-256. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.06.026>
- Vogel, E. A., Rose, J. P., Roberts, L. R. i Eckles, K. (2014). Social comparison, social media, and self-esteem. *Psychology of Popular Media Culture*, 3(4), 206-222. <https://doi.org/10.1037/ppm0000047>
- Wheeler, L. i Miyake, K. (1992). Social comparison in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(5), 760-773. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.62.5.760>
- Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*, 90(2), 245-271. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.90.2.245>
- Wilson, A. E. i Ross, M. (2000). The frequency of temporal-self and social comparisons in people's personal appraisals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(5), 928-942. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.5.928>
- Zanna, M. P., Goethals, G. R. i Hill, J. F. (1975). Evaluating a sex-related ability: Social comparison with similar others and standard setters. *Journal of Experimental Social Psychology*, 11(1), 86-93. [https://doi.org/10.1016/S0022-1031\(75\)80013-8](https://doi.org/10.1016/S0022-1031(75)80013-8)
- Zarrett, N. i Eccles, J. (2006). The passage to adulthood: Challenges of late adolescence. *New Directions for Youth Development*, 2006(111), 13-28. <https://doi.org/10.1002/yd.179>