

De weerspiegeling van het uiterlijk in het zelf:

Lichaamswaardering, zelfwaardering en sociale vergelijking

Arjan E. R. Bos en Istvan G. Valkenburcht

Open Universiteit Nederland

Birgit Mayer en Ingrid H. M. Steenhuis

Erasmus Universiteit Rotterdam

Daantje Derks

Open Universiteit Nederland

Gepubliceerd als:

Bos, A. E. R., Valkenburcht, I. G., Mayer, B., Steenhuis, I. H. M., & Derks, D. (2005). De weerspiegeling van het uiterlijk in het zelf: Lichaamswaardering, zelfwaardering en sociale vergelijking. *Nederlands Tijdschrift voor de Psychologie*, 60, 78-87.

### Samenvatting

De laatste decennia is veel onderzoek gedaan naar het verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering. Er is echter nog maar weinig aandacht geweest voor factoren die dit verband modereren. In dit onderzoek wordt bekeken in hoeverre leeftijd en sekse het verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering beïnvloeden. Tevens wordt de invloed van sociale vergelijking op lichaamswaardering onderzocht. Volwassen mannen en vrouwen (N = 765) vulden een schriftelijke vragenlijst in. Het onderzoek bevestigt de positieve samenhang tussen lichaamswaardering en zelfwaardering. Leeftijd en sekse blijken het verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering te modereren. Verder blijkt dat sociale vergelijkingsoriëntatie, sociale vergelijkingrichting en sekse invloed hebben op de lichaamswaardering.

How one's appearance is reflected in the self:

Body-esteem, self-esteem and social comparison

### Summary

Over the past decades many studies have examined the relationship between body esteem and self-esteem. However, researchers have paid limited attention to factors that moderate this relationship. The present field study investigates the moderating effect of age and gender on the relationship between body esteem and self-esteem. Furthermore, this study examines the influence of social comparison on body esteem. Adult men and women ( $N = 765$ ) filled out a questionnaire. The positive relationship between body esteem and self-esteem was replicated. Age and gender moderated the relationship between body esteem and self-esteem. Social comparison orientation, social comparison direction and gender influenced body esteem.

De laatste decennia is er veel onderzoek gedaan naar eetstoornissen en overgewicht (zie voor een overzicht Fairburn & Brownell, 2002; Thompson, 2004). Lichaamswaardering en zelfwaardering spelen een belangrijke rol bij het ontstaan van eetstoornissen (Stice, 2002). Voor anorexia nervosa en boulimia nervosa is een sterk verband tussen lichaamsbeeld en zelfwaardering een DSM-IV-criterium (APA, 1994). Er is inmiddels veel onderzoek gedaan naar de samenhang tussen lichaamswaardering en zelfwaardering. Het positieve verband tussen deze twee concepten is in voldoende mate aangetoond, vooral voor adolescente vrouwen (Miller & Downey, 1999; Mendelson, White & Mendelson, 1996; Sondhaus, Kurtz & Strube, 2001). Voor mogelijke factoren die het verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering modereren is relatief weinig aandacht geweest. Bovendien is er weinig onderzoek gedaan onder volwassen vrouwen en mannen. In de huidige studie zal daarom onderzocht worden in hoeverre leeftijd en sekse het verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering beïnvloeden bij een volwassen populatie. Verder zal in deze studie ook gekeken worden naar de rol die sociale vergelijking speelt bij de lichaamswaardering. Uit eerder onderzoek is bekend dat sociale vergelijking de lichaamswaardering beïnvloedt (zie bijvoorbeeld Patrick, Neighbors & Knee, 2004). Er is echter nog niet eerder gekeken naar de relatie tussen sociale vergelijkingsoriëntatie en de lichaamswaardering. In dit onderzoek zal onderzocht worden in hoeverre sociale vergelijkingsoriëntatie en sociale vergelijkingrichting gerelateerd zijn aan de lichaamswaardering van volwassen mannen en vrouwen.

#### *Uiterlijk en zelfwaardering*

Het concept zelfwaardering is veelvuldig bestudeerd. Een hoge zelfwaardering is met tal van positieve uitkomsten in verband gebracht, zoals beroepssucces (o.a. Judge & Bono, 2001), gezonde sociale relaties (o.a. Neyer & Asendorpf, 2001), gevoelens van welbevinden (o.a. DeNeve & Cooper, 1999), waardering door leeftijdgenoten (o.a. Robins, Hendin &

Trzesniewski, 2001), positieve leerresultaten (o.a. Liu, Kaplan & Risser, 1992) en weerstand tegen falen (o.a. McFarlin, Baumeister & Blaskovich, 1984). Omgekeerd is een lage zelfwaardering in verband gebracht met een aantal negatieve uitkomsten, zoals symptomen van angst en depressie (o.a. Roberts, Gotlib & Kassel, 1996) en eetstoornissen (o.a. Garfinkel & Garner, 1982; Johnson & Connors, 1987). Volgens diverse onderzoekers heeft het onderzoek naar zelfwaardering zich te veel gericht op de hoogte van de zelfwaardering en heeft men te weinig aandacht gehad voor de domeinen waarop de zelfwaardering is gebaseerd (Crocker & Park, 2003; Crocker & Wolfe, 2001; Jansen & Vonk, 2005). Als een specifiek domein van zelfwaardering voor iemand erg belangrijk is, dan kan domein-specifieke zelfwaardering invloed hebben op de globale zelfwaardering. Een van deze domein-specifieke vormen van zelfwaardering is het uiterlijk. Het lichaamsbeeld bepaalt in belangrijke mate het beeld dat wij over onszelf hebben. Het lichaam wordt ervaren als een uitdrukking van het zelf (Fallon, 1990). Lichaamsbeeld verwijst naar de wijze waarop mensen hun lichaam waarnemen en de wijze waarop zij denken dat anderen hen waarnemen. Lichaamswaardering is daarentegen de manier waarop mensen het beeld van hun eigen lichaam waarderen (Fallon, 1990). Lichaamswaardering is geen statische toestand, maar verandert gedurende de gehele levensloop (Fallon, 1990).

#### *De relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering*

Gegeven het belang dat aan het uiterlijk wordt gehecht in onze maatschappij, lijkt het erop dat veel mensen hun zelfwaardering voor een groot deel ontleen aan het al dan niet ervaren van een perfect lichaam. Volgens Mendelson en collega's (1996) is lichaamswaardering daarom een voorspeller voor zelfwaardering. Abell en Richards (1996) rapporteerden een positieve correlatie tussen de zelfwaardering van mensen en hun fysieke verschijning. Een aantal studies toonde aan dat zowel jonge kinderen, adolescenten als volwassenen die hun

lichamelijke karakteristieken als minder attractief en instrumenteel minder effectief percipiëerden, een lagere zelfwaardering hebben dan individuen met een positievere lichaamswaardering (Miller & Downey, 1999; Sondhaus e.a., 2001; Webster & Tiggemann, 2003). In lijn met bovengenoemde bevindingen wordt in het huidige onderzoek een positief verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering voorspeld (Hypothese 1).

#### *Sekse en leeftijd als moderatoren*

Sekse is een van de factoren die de relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering zou kunnen modereren. Vanuit evolutionair perspectief zou beredeneerd kunnen worden dat het uiterlijk voor vrouwen een belangrijkere rol speelt bij het krijgen van een partner dan voor mannen. Voor mannen zijn kenmerken als dominantie en status daarentegen veel belangrijker (Buss & Schmitt, 1993; Wade, 2000). In vergelijking met mannen zou de zelfwaardering van vrouwen daardoor in sterkere mate moeten samenhangen met de waardering van het uiterlijk. Er is empirische evidentie waaruit blijkt dat de relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering sterker is voor vrouwen dan voor mannen. In een onderzoek van Furnham en collega's (2002) onder adolescenten is gebleken dat ontevredenheid over het lichaam voor meisjes gerelateerd is aan de zelfwaardering. De zelfwaardering van jongens bleek daarentegen niet bepaald te worden door ontevredenheid over het lichaam (Furnham, Badmin & Sneade, 2002). Onderzoek van Henriques en Calhoun (1999) onder studenten laat zien dat de relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering sterker is voor blanke vrouwen dan voor blanke mannen en personen met een andere etnische achtergrond. Het modererende effect van sekse is nog niet eerder onderzocht in een grote steekproef volwassen mannen en vrouwen. In overeenstemming met de eerder genoemde bevindingen verwachten we dat het verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering sterker zal zijn voor vrouwen dan voor mannen (Hypothese 2).

Een andere mogelijke modererende factor is de leeftijd. Robins, Trzesniewski, Gosling en Potter (2002) onderzochten de niveaus van zelfwaardering van mensen tussen de 9 en 90 jaar. Zij vonden dat de zelfwaardering hoog is tijdens de kinderjaren, daalt tijdens de adolescentie, geleidelijk stijgt gedurende de volwassenheid om ten slotte scherp te dalen tijdens de ouderdom. Onderzoek naar leeftijd en lichaamswaardering laat zien dat oudere mensen niet zo zeer het uiterlijk, maar vooral de functies van het lichaam evalueren (Reboussin, Rejeski, Martin, Callahan, Dunn, King & Sallis, 2000). Uit een overzichtsartikel van Tiggermann (2004) komt naar voren dat mensen het uiterlijk met het klimmen der jaren steeds minder van belang vinden. Hoewel ouderen in gewicht vaak toenemen, wat veelal aanleiding is voor minder tevredenheid met het eigen lichaam, neemt tegelijkertijd het belang van het uiterlijk af, wat juist tot grotere tevredenheid leidt. Zo zouden beide processen elkaar enigszins compenseren waardoor er een relatief stabiel niveau van lichaamswaardering overblijft (Tiggermann & Lynch, 2001). Hoewel er dus wel het een en ander bekend is over de rechtstreekse invloed van de leeftijd op lichaamswaardering en zelfwaardering, is het modererende effect van leeftijd op de relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering nog niet eerder onderzocht. Op basis van het hierboven genoemde onderzoek wordt verwacht dat de relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering voor jong volwassenen sterker zal zijn dan voor ouderen (Hypothese 3).

### *Sociale vergelijking*

De zelfwaardering komt tot stand op basis van een vergelijking van de subjectieve waarneming van de eigenschappen en karakteristieken van het zelf met die van anderen (Rosenberg, 1965). Volgens de sociale vergelijkingstheorie (Festinger, 1954) hebben mensen de behoefte om hun attitudes en kenmerken met die van anderen te vergelijken. Sociale vergelijking kan zowel in opwaartse, neerwaartse als laterale richting plaatsvinden. Naar de

effecten van de gekozen richting van sociale vergelijking is veel onderzoek gedaan. Vaak wordt gevonden dat neerwaartse sociale vergelijking een beschermend effect heeft op de zelfwaardering (Crocker, Major & Steele, 1998; Wills, 1981) en dat opwaartse sociale vergelijkingen de zelfwaardering in negatieve zin beïnvloeden (Crocker e.a., 1998; Joling, Bos & Sandfort, 2003; Vinken, Bos, Bolman & Van der Plas, 2005). Sommige onderzoekers stellen echter dat de effecten soms ook omgekeerd kunnen zijn (Buunk, Collins, Taylor, Van Ieperen & Dakof, 1990). Zo zouden mensen die zich opwaarts vergelijken hoop kunnen putten uit de situatie van de ander en zouden mensen die zich neerwaarts vergelijken de situatie van de ander als hun voorland kunnen zien.

Sommige individuen zijn meer geneigd om zich sociaal te vergelijken dan anderen (Gibbons & Buunk, 1999; Taylor, Buunk, Collins & Reed, 1992). Gibbons en Buunk (1999) ontwikkelden een schaal om individuele verschillen in sociale vergelijkingsoriëntatie te meten. Sociale vergelijkingsoriëntatie is een persoonskenmerk van mensen die geneigd zijn om zich sociaal te vergelijken, die geïnteresseerd zijn in hun positie ten opzichte van anderen en die graag willen weten hoe anderen denken en doen in vergelijkbare omstandigheden (Van der Zee, Oldersma, Buunk & Bos, 1998). Uit onderzoek is onder andere gebleken dat sociale vergelijkingsoriëntatie sterk positief gecorreleerd is met neuroticisme en negatief samenhangt met de zelfwaardering (Gibbons & Buunk, 1999).

Sociale vergelijking speelt een belangrijke rol bij de vorming, het behoud en de afname van lichaamswaardering (Patrick, Neighbors & Knee, 2004). Onderzoekers op dit terrein hebben vooral gekeken naar de invloed die sociale vergelijking met beelden uit de media heeft op het zelfbeeld (Henderson-King & Henderson-King, 1997; Henderson-King, Henderson-King & Hoffman, 2001; Shaw & Waller, 1995; Stice & Shaw, 1994). Als de vergelijkingssander een zogenaamde ideale persoon in de media is (bijvoorbeeld een



afbeelding van een gespierde man of een slanke vrouw), dan lijkt het erop dat een waargenomen geringere eigen aantrekkelijkheid leidt tot een negatieve evaluatie van het eigen lichaam (Spitzer, Henderson & Zivian, 1999).

### *Sekse, sociale vergelijking en lichaamswaardering*

In dit onderzoek wordt ook onderzocht wat het effect van sekse op de lichaamswaardering is en wordt de invloed van sociale vergelijking op de lichaamswaardering nader bekeken. Onderzoek suggereert een sekseverschil als het gaat om de mate van lichaamswaardering (Mintz & Betz, 1986; Brenner & Cunningham, 1992; Furnham & Greaves, 1994; Mendelson e.a., 1996). Vrouwen blijken hun lichaam lager te waarderen dan mannen. Vrouwen hebben bijvoorbeeld vaker de neiging zichzelf te dik te vinden, ook al is dat objectief gezien niet het geval. Als mannen ontevreden zijn met hun lichaam, vinden zij zichzelf voornamelijk te licht en te weinig gespierd. Op basis van eerder onderzoek wordt voorspeld dat mannen een hogere lichaamswaardering hebben dan vrouwen (Hypothese 4).

Mensen met een hoge sociale vergelijkingsoriëntatie zijn meer geneigd om hun bekwaamheden en eigenschappen te vergelijken met die van anderen. Zij zullen hun uiterlijk dus ook vaker vergelijken met het uiterlijk van anderen. Mensen met een hoge sociale vergelijkingsoriëntatie blijken vaak een lagere zelfwaardering te hebben dan mensen met een lage sociale vergelijkingsoriëntatie (Gibbons & Buunk, 1999). De invloed van sociale vergelijkingsoriëntatie op de lichaamswaardering is nog niet eerder onderzocht, maar wij verwachten een vergelijkbaar effect. Mensen met een hoge sociale vergelijkingsoriëntatie zullen een lagere lichaamswaardering hebben dan mensen met een lage sociale vergelijkingsoriëntatie (Hypothese 5).

Er kunnen drie richtingen worden onderscheiden waarin mensen zich met anderen vergelijken. Vergelijking met slankere modellen uit de media of met dunnere mensen uit de

omgeving wordt opwaartse sociale vergelijking genoemd. Onderzoek laat zien dat opwaartse sociale vergelijking negatieve gevolgen kan hebben voor het zelfbeeld (Crocker e.a., 1998; Spitzer e.a., 1999; Vinken e.a., 2005). Het is daarom onze verwachting dat opwaartse sociale vergelijkingen negatief samenhangen met de lichaamswaardering. We verwachten dat laterale sociale vergelijking (vergelijking met anderen die ongeveer even dik of dun zijn) en neerwaartse sociale vergelijking (vergelijking met mensen die dikker zijn) daarentegen een neutraal effect hebben op de lichaamswaardering (Hypothese 6). Tot slot wordt verwacht dat de sociale vergelijkingrichting en de sociale vergelijkingsoriëntatie ook met elkaar zullen interacteren: de lichaamswaardering zal het laagst zijn als iemand met een hoge sociale vergelijkingsoriëntatie zich opwaarts vergelijkt (Hypothese 7).

## Methode

### *Onderzoeksgroep*

Voor dit onderzoek is een steekproef getrokken uit een groot adressenbestand van Cendris, een dochteronderneming van TPG Post<sup>1</sup>. Om mannen en vrouwen te kunnen selecteren voor deelname aan het onderzoek is de steekproef getrokken onder eenpersoonshuishoudens.<sup>2</sup> Er zijn vragenlijsten verzonden aan 1000 mannen en 1000 vrouwen van 18 jaar en ouder. Van de 2000 verzonden vragenlijsten zijn er 1145 teruggestuurd. Dit is een respons van 57 %.

Vragenlijsten die onbruikbaar waren ingevuld ( $N = 41$ ) zijn uit het bestand verwijderd.

Respondenten van 65 jaar en ouder ( $N = 339$ ) zijn niet meegenomen in de analyses aangezien uit de literatuur blijkt dat het niveau van zelfwaardering tijdens de ouderdom scherp daalt (Robins e.a., 2002). Uiteindelijk zijn de analyses uitgevoerd op 765 mannen en vrouwen tussen de 18 en 65 jaar oud. Van deze respondenten was 57,6 procent vrouw en 42,4 procent man. De gemiddelde leeftijd van de vrouwen was 43,65 jaar ( $SD = 13,51$ ) en van de mannen 44,20 jaar ( $SD = 12,42$ ). Van de respondenten had 4,5 procent een te laag gewicht (Body

Mass Index (BMI) < 19) en 51,2 procent een normaal gewicht ( $19 \leq \text{BMI} < 25$ ). Overgewicht (BMI  $\geq 25$ ) kwam voor bij 44,3 procent van de respondenten. In het percentage overgewicht is inbegrepen 12,3 procent van de respondenten bij wie sprake was van obesitas (BMI  $\geq 30$ ). Deze percentages komen overeen met de prevalentie van overgewicht in de Nederlandse bevolking. In de periode 1998-2001 had namelijk 55 procent van de mannen en 45 procent van de vrouwen tussen de 20 en 70 jaar overgewicht. In deze percentages is inbegrepen 12 procent van de mannen en 10 procent van de vrouwen bij wie sprake was van obesitas (Blokstra & Schuit, 2003).

#### *Meetinstrumenten*

*Zelfwaardering (ZW).* Voor het meten van de mate van zelfwaardering is gebruik gemaakt van Rosenberg's self-esteem scale (Rosenberg, 1965). Deze schaal bestaat uit 10 items. Het is een 4-puntsschaal (1 = helemaal mee oneens; 4 = helemaal mee eens). De gemiddelde score was 3,19 (SD = 0,45). Een voorbeelditem is: 'Over het algemeen ben ik tevreden met mezelf'. Cronbach's alpha in het huidige onderzoek is 0,83.

*Lichaamswaardering (LW).* Voor het meten van de mate van lichaamswaardering is gebruik gemaakt van de Body Esteem Scale, welke is ontwikkeld door Franzoi en Shields (1984). Deze vragenlijst heeft 35 items en een 5-puntsschaal (1 = sterk negatieve gevoelens; 5 = sterk positieve gevoelens). De gemiddelde score was 3,26 (SD = 0,50). De items bestaan uit een opsomming van lichaamsdelen en lichaamsfuncties. Voorbeelden hiervan zijn: 'schouderbreedte' en 'fysieke conditie'. Cronbach's alpha is 0,92.

*Sociale vergelijkingsoriëntatie (SVO).* De sociale vergelijkingsoriëntatie is gemeten met de Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure welke is ontwikkeld door Gibbons en Buunk (1999). Deze vragenlijst bestaat uit 11 items en een 5-puntsschaal (1 = sterk mee oneens; 5 = sterk mee eens). De gemiddelde score was 2,96 (SD = 0,76). De items bestaan uit

stellingen. Een voorbeeld van een stelling is: 'Ik wil altijd graag weten wat anderen in een vergelijkbare situatie zouden doen.' Cronbach's alpha bedroeg 0,85.

*Sociale vergelijkingsrichting (SVR).* De respondenten werd gevraagd om de naam op te schrijven van de persoon met wie zij hun gewicht meestal vergeleken. Vervolgens moesten zij op een 5-puntsschaal invullen of deze persoon (veel) dunner, ongeveer even dun of dik, of (veel) dikker was dan zichzelf. Respondenten die aangaven dat zij zich meestal vergeleken met een persoon die (veel) dunner was, werden gerekend tot de categorie *opwaartse sociale vergelijking*. Respondenten die hun gewicht vergeleken met iemand die ongeveer even dun of dik was, werden ingedeeld bij de categorie *laterale sociale vergelijking*. Respondenten die zich doorgaans vergeleken met een andere persoon die (veel) dikker was dan zij zelf, werden gerekend tot de categorie *neerwaartse sociale vergelijking*.

*Achtergrondvariabelen.* In het onderzoek werd ook gevraagd naar geslacht, leeftijd, burgerlijke staat, lengte en gewicht van de respondenten.

### *Procedure*

De vragenlijsten zijn in de vorm van een boekje en vergezeld van een aanbiedingsbrief gelijktijdig verzonden naar de onderzoeksgroep. Er was een gefrankeerde retourenvelop ingesloten. Na drie weken werd er een herinneringsbrief gestuurd.

### Resultaten

Tabel 1 geeft een overzicht van de gemiddelden, standaarddeviaties en intercorrelaties van belangrijke variabelen uit dit onderzoek. Een aantal zaken vallen hierbij op.

Lichaamswaardering en zelfwaardering blijken, zoals voorspeld, sterk met elkaar gecorreleerd te zijn ( $r = .43, p < .001$ ). Verder blijkt de lichaamswaardering negatief samen te hangen met de body-mass index ( $r = -.25, p < .001$ ). Deelnemers met een hogere body-mass index zijn minder tevreden over hun lichaam. Verder is sociale vergelijkingsoriëntatie negatief

gecorreleerd met lichaamswaardering, zelfwaardering, leeftijd en body-mass index. Met andere woorden, deelnemers die in sterkere mate geneigd zijn om zichzelf met anderen te vergelijken hebben een lagere lichaamswaardering en zelfwaardering. Verder blijken ouderen en mensen met een hogere body-mass index minder geneigd te zijn om zichzelf met anderen te vergelijken.

Voor het toetsen van de eerste drie hypothesen werd een stapsgewijze hiërarchische regressie-analyse op zelfwaardering uitgevoerd. In stap 1 werd lichaamswaardering (LW) opgenomen. In stap 2 werden sekse en leeftijd toegevoegd. In stap 3 werden de interactietermen (LW\*sekse, LW\*leeftijd en sekse\*leeftijd) in de vergelijking opgenomen. In stap 4 werd de drieweginteractie (LW\*sekse\*leeftijd) toegevoegd. Om het effect van multicollineariteit te minimaliseren werd er gewerkt met gecentreerde scores (Aiken & West; 1991). De interactietermen waren gebaseerd op deze gecentreerde scores.

In Tabel 2 zijn de resultaten van de hiërarchische regressie-analyse weergegeven. Lichaamswaardering blijkt positief samen te hangen met zelfwaardering ( $\beta = 0.43, p < .001$ ). Hypothese 1 wordt hiermee bevestigd. Na toevoeging van sekse en leeftijd in stap 2, blijkt dat sekse significant samenhangt met zelfwaardering ( $\beta = 0.09, p < .05$ ). Zoals verwacht blijken mannen hoger te scoren op zelfwaardering dan vrouwen. Leeftijd blijkt geen significante bijdrage te leveren aan de voorspelling van de afhankelijke variabele ( $\beta = 0.01, n.s.$ ). Na toevoeging van de interactietermen in stap 3 blijkt dat de interactieterm Sekse\*LW significant is ( $\beta = -0.12, p < .05$ ). Enkelvoudige regressieanalyses werden uitgevoerd om de interactie te analyseren (cf. Aiken & West, 1991). Hieruit blijkt dat het verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering sterker is voor vrouwen ( $\beta = .50, p < .001$ ) dan voor mannen ( $\beta = .38, p < .001$ ). Sekse blijkt het verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering dus te modereren. Hiermee wordt hypothese 2 bevestigd. Verder blijkt dat

leeftijd de relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering modereert ( $\beta = -0.11, p < .05$ ). Voor de jongere respondenten (1 SD onder het gemiddelde) was de relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering sterker ( $\beta = .53, p < .001$ ) dan voor de oudere respondenten (1 SD boven het gemiddelde) ( $\beta = .34, p < .001$ ). Deze bevinding is conform hypothese 3. In de laatste stap werd de drieweginteractie tussen lichaamswaardering, sekse en leeftijd toegevoegd. Deze drieweginteractie was significant ( $\beta = -0.12, p < .05$ ) en wordt weergegeven in Figuur 1. Lichaamswaardering en zelfwaardering blijken voor jonge vrouwen, oude vrouwen en jonge mannen met elkaar samen te hangen. Voor oude mannen blijken lichaamswaardering en zelfwaardering daarentegen ongerelateerd aan elkaar te zijn.

Voor het toetsen van de overige hypothesen werden de deelnemers eerst via een mediaansplit (mediaan = 3.00) verdeeld in laag en hoog in sociale vergelijkingsoriëntatie. Vervolgens werd er een 3 (SVR: opwaarts vs. lateraal vs. neerwaarts) x 2 (SVO: laag vs. hoog) x 2 (Sekse: man vs. vrouw) ANCOVA op lichaamswaardering uitgevoerd, waarbij BMI als covariaat werd opgenomen. Het covariaat bleek inderdaad een significante invloed te hebben ( $p < .001$ ). Uit de analyse kwam een significant hoofdeffect voor sekse naar voren,  $F(1, 269) = 7.86, p < .01$ . Conform hypothese 4 hadden mannen een hogere lichaamswaardering ( $M = 3.41, SE = .05$ ) dan vrouwen ( $M = 3.23, SE = .04$ ). Er werd ook een significant hoofdeffect voor sociale vergelijkingsoriëntatie gevonden,  $F(1, 269) = 9.71, p < .01$ . Deelnemers die hoog scoorden op sociale vergelijkingsoriëntatie hadden een lagere zelfwaardering ( $M = 3.22, SE = .04$ ) dan deelnemers die laag scoorden op sociale vergelijkingsoriëntatie ( $M = 3.42, SE = .05$ ). Hiermee wordt hypothese 5 bevestigd. Verder kwam er ook een significant hoofdeffect voor sociale vergelijkingsrichting naar voren,  $F(1, 269) = 4.75, p < .01$ . Deelnemers die zich lateraal vergeleken ( $M = 3.46, SE = .06$ ) hadden een hogere lichaamswaardering dan deelnemers die zich opwaarts vergeleken ( $M = 3.23, SE = .05$ ) of neerwaarts vergeleken ( $M = 3.28, SE = .06$ ).

Dit effect was niet geheel conform hypothese 6. Er was immers voorspeld dat alleen deelnemers die zich opwaarts vergelijken een lagere lichaamswaardering zouden hebben. Er werden geen significante interactie-effecten gevonden. Hypothese 7, waarin voorspeld werd dat deelnemers die zich opwaarts vergelijken én hoog scoren op sociale vergeleijkingsorientatie de laagste lichaamswaardering zouden hebben, moet dus verworpen worden.

### Discussie

De relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering is de laatste decennia veelvuldig onderzocht (o.a. Mendelson e.a., 1996; Sondhaus e.a., 2001; Webster & Tiggermann, 2003). Het huidige onderzoek laat wederom zien dat individuen die een lagere waardering hebben voor hun eigen lichaam, ook zichzelf als geheel lager waarderen. Uit het onderzoek komt verder naar voren dat sekse het verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering modereert. De relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering is sterker voor vrouwen dan voor mannen. Deze bevinding sluit aan bij eerder onderzoek onder adolescenten en studenten (Furnham e.a., 2002; Henriques & Calhoun, 1999). In het huidige onderzoek is dit effect nu ook aangetoond bij een populatie van volwassen mannen en vrouwen. In het huidige onderzoek werd ook een modererend effect van leeftijd gevonden. De lichaamswaardering en de zelfwaardering zijn sterker aan elkaar gerelateerd voor jong volwassenen dan voor ouderen. Deze interactie wordt overigens gekwalificeerd door de significante drieweginteractie tussen lichaamswaardering, sekse en leeftijd. Hieruit blijkt dat de lichaamswaardering voor oudere mannen niet samen hangt met de zelfwaardering, terwijl dit voor jonge vrouwen, jonge mannen en oudere vrouwen wel het geval is. In de literatuur wordt gesteld dat mensen minder belang hechten aan het uiterlijk naarmate zij ouder worden (Reboussin e.a., 2000; Tiggermann, 2004) en men zou dus kunnen verwachten dat het

verband tussen lichaamswaardering en zelfwaardering voor ouderen minder sterk zou zijn dan voor jong volwassenen. Het huidige onderzoek laat zien dat dit voor mannen inderdaad het geval is, maar dat voor oudere vrouwen het uiterlijk wel weerspiegeld wordt in de zelfwaardering.

In het huidige onderzoek is ook de invloed van sekse, sociale vergelijkingsoriëntatie en sociale vergelijkingsrichting op de lichaamswaardering onderzocht. In lijn met eerder onderzoek (Mintz & Betz, 1986; Brenner & Cunningham, 1992; Furnham & Greaves, 1994; Mendelson e.a., 1996) blijken mannen een hogere lichaamswaardering te hebben dan vrouwen. Het huidige onderzoek toont ook aan dat sociale vergelijking een belangrijke rol speelt bij de lichaamswaardering. Individuen die in sterke mate geneigd zijn om zich met anderen te vergelijken hebben een lagere lichaamswaardering dan individuen die in geringere mate geneigd zijn tot sociale vergelijking. Mensen met een hoge sociale vergelijkingsoriëntatie zijn blijkbaar niet alleen minder zeker over zichzelf (Gibbons & Buunk, 1999), maar ook over hun lichaam. Gezien de sterke relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering is het begrijpelijk dat sociale vergelijkingsoriëntatie niet alleen gerelateerd is aan de zelfwaardering, zoals in diverse studies is aangetoond (Gibbons & Buunk, 1999), maar ook aan de lichaamswaardering. De sociale vergelijkingsrichting blijkt in dit onderzoek eveneens een effect te hebben op de lichaamswaardering. Zowel opwaartse sociale vergelijking als neerwaartse sociale vergelijking blijken samen te hangen met een relatief lage lichaamswaardering. Mensen die zich lateraal vergelijken hebben daarentegen een relatief hoge lichaamswaardering. Het is aannemelijk dat laterale sociale vergelijking een gezonde vorm van sociale vergelijking is. Festinger (1954) stelde immers al dat mensen vergelijkbare anderen uitzoeken om zichzelf zo goed mogelijk te kunnen evalueren. Blijkbaar levert deze vorm van sociale vergelijking niet



alleen zelf-relevante informatie op, maar heeft het ook een gunstige invloed op de waardering van het eigen lichaam. In toekomstig onderzoek zal deze bevinding nader moeten worden onderzocht. Tot slot moet vermeld worden dat de voorspelde interactie tussen sociale vergelijkingsoriëntatie en sociale vergelijkingsrichting niet gevonden werd. Er was voorspeld dat mensen met een hoge sociale vergelijkingsoriëntatie die zich opwaarts vergeleken de laagste lichaamswaardering zouden hebben. In het huidige onderzoek werden echter alleen hoofdeffecten voor beide onafhankelijke variabelen gevonden.

Een van de sterke kanten van het huidige onderzoek is de grote steekproef bij een brede leeftijdscategorie (18 tot 65 jaar) en bij beide seksen. In eerder onderzoek naar lichaamswaardering is vooral aandacht geweest voor jonge vrouwen. Door het huidige onderzoek kan nu ook iets gezegd worden over mannen en ouderen. Een kritiekpunt op het tweede deel van het onderzoek betreft een groot aantal missende waarden op de vraag over de sociale vergelijkingsrichting. In eerder onderzoek naar sociale vergelijking (Helgeson & Taylor, 1993) is gevonden dat 40 procent van de deelnemers aangaf dat zij zichzelf nooit vergeleken. Dit lijkt ook in het huidige onderzoek een rol te spelen. Het aantal respondenten met een lage sociale vergelijkingsoriëntatie was namelijk aanzienlijk minder ( $N = 85$ ) dan het aantal respondenten met een hoge sociale vergelijkingsoriëntatie ( $N = 185$ ). Door de grootte van de steekproef was het –ondanks het grote aantal missende waarden- toch mogelijk om de analyses te doen. Tot slot moet vermeld worden dat deze cross-sectionele survey correlatieel van aard is en dat er op basis van dit onderzoek geen uitspraken gedaan kunnen worden over de causaliteit. In het huidige onderzoek veronderstellen we bijvoorbeeld dat sociale vergelijking de lichaamswaardering beïnvloedt. Het zou echter ook kunnen zijn dat mensen met een lagere lichaamswaardering zich vaker met anderen vergelijken. Hoewel dit

causale verband aannemelijk is, heeft experimenteel onderzoek aangetoond dat het verband in ieder geval ook in de door ons voorspelde richting loopt (Patrick e.a., 2004).

Volgens diverse onderzoekers (o.a. Suls, Marco & Tobin, 1991) spelen bij ouderen naast sociale vergelijkingen ook temporele vergelijkingen een rol. Temporele vergelijkingen zijn die vergelijkingen die de persoon maakt ten opzichte van een vroegere toestand van zichzelf. Volgens Suls en collega's (1991) lijkt het erop dat ouderen vooral aan temporele vergelijking doen. Robinson-Whelen en Kiecolt-Glaser (1997) repliceerden dit onderzoek, maar konden deze bevinding niet bevestigen. Temporele vergelijking bij een oudere populatie kan gezien worden als een vorm van opwaartse vergelijking, waarbij zij zich vergelijken met een vroegere toestand, waarin zij doorgaans aantrekkelijker waren. Voor mensen die sterk geneigd zijn om hun lichaam te vergelijken met dat van vroeger, zal de relatie tussen lichaamswaardering en zelfwaardering wellicht sterker zijn. In de toekomst zou hiernaar zeker onderzoek moeten worden gedaan.

Het huidige onderzoek laat zien dat sociale vergelijking een belangrijke rol speelt bij de waardering van het lichaam. Hierbij lijkt niet alleen de richting van de sociale vergelijking van belang te zijn, maar ook de mate waarin men geneigd is om zich met anderen te vergelijken. De invloed van sociale vergelijking op het lichaamsbeeld verdient zeker meer aandacht in toekomstig onderzoek. Daarbij is het relevant om sociale vergelijkingsprocessen niet alleen te onderzoeken bij gezonde mensen, maar ook te bekijken welke rol zij spelen bij mensen met eetstoornissen.

## Literatuur

- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (fourth edition), Washington, DC, American Psychiatric Association.
- Abell, S.C. & Richards, M.H. (1996). The relationship between body shape satisfaction and self-esteem: An investigation of gender and class differences. *Journal of Youth and Adolescence*, 25, 691-703.
- Aiken, L.S. & West, S.G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Blokstra, A., & Schuit, A. J. (2003). *Factsheet overgewicht: prevalentie en trend*. Bilthoven: RIVM.
- Brenner, J.B. & Cunningham, J.G. (1992). Gender differences in eating attitudes, body concept, and self-esteem among models. *Sex Roles*, 27, 413-437.
- Buss, D. M., & Schmitt, D. P. (1993). Sexual strategies theory: A contextual evolutionary analysis of human mating. *Psychological Review*, 100, 204-232.
- Buunk, B.P., Collins, R.L., Taylor, S.E., VanYeperen, N.W. & Dakof, G.A. (1990). The affective consequence of social comparison: Either direction has its ups and downs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1238-1249.
- Crocker, J. (2002). The costs of seeking self-esteem. *Journal of Social Issues*, 58, 597-615.
- Crocker, J., Major, B., & Steele, C. (1998). Social stigma. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of Social Psychology* (4<sup>th</sup> ed., Vol. 2, pp. 504-553). Boston: McGraw-Hill.
- Crocker, J., & Park, L. E. (2003). Seeking self-esteem: construction, maintenance, and protection of self-worth. In M. R. Leary & J. P. Tangney, *Handbook of self and identity*. New York: The Guilford Press.

- Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, *108*, 593-623.
- DeNeve, K.M. & Cooper, H. (1999). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *124*, 197-229.
- Fairburn, C. G., & Brownell, K. D. (2002). *Eating disorders and obesity: A comprehensive handbook* (2nd edition). New York: The Guilford press.
- Fallon, A. (1990). Culture in the Mirror: Sociocultural Determinants of Body Image. In: T.F. Cash & T. Pruzinsky, *Body Images: Development, Deviance and Change*. New York: The Guilford Press.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, *7*, 117-140.
- Finlay, W.M.L., Dinos, S. & Lyons, E. (2001). Stigma and multiple social comparisons in people with schizophrenia. *European Journal of Social Psychology*, *31*, 579-592.
- Franzoi, S. L. & Shields, S. A. (1984). The body esteem scale: Multidimensional structure and sex differences in a college population. *Journal of Personality Assessment*, *48*, 173-178.
- Furnham, A., Badmin, N., & Sneade, I. (2002). Body image dissatisfaction: Gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *The Journal of Psychology*, *136*, 581-596.
- Furnham, A. & Greaves, N. (1994). Gender and locus of control correlates of body image dissatisfaction. *European Journal of Personality*, *8*(3), 183-200.
- Garfinkel, P.E., & Garner, D.M. (1982). *Anorexia nervosa: A multidimensional perspective*. New York: Brunner/Mazel.

- Gibbons, F.X. & Buunk, B.P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 129-142.
- Helgeson, V.S., & Taylor, S. E. (1993). Social comparisons and adjustment among cardiac patients. *Journal of Applied Social Psychology*, 23, 1171-1195.
- Henderson-King, D., Henderson-King, E., & Hoffman, L. (2001). Media images and women's self-evaluations: Social context and importance of attractiveness as moderators. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1407-1416.
- Henderson-King, E., & Henderson-King, D. (1997). Media effects on women's body esteem: Social and individual difference factors. *Journal of Applied Social Psychology*, 27, 399-417.
- Henriques, G.R. & Calhoun, L.G. (1999). Gender and ethnic differences in the relationship between body esteem and self-esteem. *The Journal of Psychology*, 133, 357-368.
- Jansen, D.L., & Vonk, R. (2005). Contingente zelfwaardering: betrouwbaarheid en validiteit van de Nederlandse globale en domeinspecifieke contingentieschaal. *Nederlands Tijdschrift voor de Psychologie*, 60, 1-14.
- Johnson, C. & Connors, M.E. (1987). The etiology and treatment of bulimia nervosa: A biopsychological perspective. New York: Basic Books.
- Joling, E. J., Bos, A. E. R., & Sandfort, T. G. M. (2003). Discriminatie van homoseksuele mannen en lesbische vrouwen op het werk: een onderzoek naar de relatie tussen homodiscriminatie, coping en gezondheid. In E. van Dijk, E. Kluwer & D. Wigboldus (red), *Jaarboek Sociale Psychologie 2002*. Delft: Eburon.

- Judge, T.A. & Bono, J.E. (2001). Relationship of core self-evaluations traits - self-esteem, generalized self-efficacy, locus of control and emotional stability - with job satisfaction and job performance: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 86, 80-92.
- Liu, X., Kaplan, H.B. & Risser, W. (1992). Decomposing the reciprocal relationships between academic achievement and general self-esteem. *Youth & Society*, 24, 123-148.
- McFarlin, D.B., Baumeister, R.F. & Blaskovich, J. (1984). On knowing when to quit: Task failure, self-esteem, advice, and nonproductive persistence. *Journal of Personality*, 52, 138-155.
- Mendelson, B.K., White, D.R., & Mendelson, M.J. (1996). Self-esteem and body esteem: Effects of gender, age and weight. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 17, 321-346.
- Miller, C.T., & Downey, K.T. (1999). A meta-analysis of heavyweight and self-esteem. *Personality and Social Psychology Review*, 3, 68-84.
- Mintz, L.B., & Betz, N.E. (1986). Sex differences in nature, realism, and correlates of body image. *Sex Roles*, 15(3-4), 185-195.
- Neyer, F.J. & Asendorpf, J.B. (2001). Personality –relationship transaction in young adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 1190-1204.
- Patrick, H., Neighbors, C., & Knee, C. R. (2004). Appearance-related social comparisons: The role of contingent self-esteem and self-perceptions of attractiveness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 501-514.
- Reboussin, B.A., Rejeski, W.A., Martin, K.A., Callahan, K., Dunn, A.L., King, A.C. & Sallis, J.F. (2000). Correlates of satisfaction with body function and body appearance in middle and older aged adults: The activity counseling trial (ACT). *Psychology and Health*, 15, 239-254.

- Roberts, J.E., Gotlib, I.H. & Kassel, J.D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 310-320.
- Robins, R.W., Hendin, H.M. & Trzesniewski, K.H. (2001). Measuring global self-esteem: Construct validation of a single item measure and the Rosenberg Self-Esteem scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 151-161.
- Robins, R.W., Trzesniewski, K.H., Gosling, S.D. & Potter, J. (2002). Global self-esteem and aging. *Psychology and Aging*, 17, 423-434.
- Robinson-Whelen, S., & Kiecolt-Glaser, J. (1997) The importance of social versus temporal comparison appraisals among older adults. *Journal of Applied Social Psychology*, 27(11), 959-966.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton NJ: Princeton University Press.
- Shaw, J., & Waller, G. (1995). The media's impact on body image: Implications for prevention and treatment. *Eating disorders: The Journal of Treatment and Prevention*, 3, 115-123.
- Sondhaus, E.L., Kurtz, R.M. & Strube, M.J. (2001). Body attitude, gender and self-concept: A 30-year perspective. *Journal of Psychology*, 135, 413-429.
- Spitzer, B.L., Henderson, L.A. & Zivian, M.T. (1999). Gender differences in population versus body sizes: A comparison over four decades. *Sex Roles*, 40, 545-565.
- Stice, E. (2002). Risk and maintenance factors for eating pathology: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 128, 825-848.

- Stice, E., & Shaw, H. E. (1994). Adverse effects of the media portrayed thin-ideal on women and linkages to bulimic symptomatology. *Journal of Social and Clinical Psychology, 13*, 288-308.
- Suls, J., Marco, C.A. & Tobin, S. (1991). The role of temporal comparison, social comparison and direct appraisal in the elderly's self-evaluation of health. *Journal of Applied Social Psychology, 21(14)*, 1125-1144.
- Taylor, S. E., Buunk, B. P., Collins, R. L., & Reed, G. M. (1992). Social comparison and affiliation under threat. In L. Montada, S. Filipp & M. Lerner (Eds), *Life crises and experiences of loss in adulthood* (pp. 213-227). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Thompson, J. K. (2004). *Handbook of eating disorders and obesity*. Chichester: John Wiley & Sons.
- Tiggemann, M. (2004). Body image across life span: Stability and change. *Body Image, 1*, 29-41.
- Tiggemann, M. & Lynch, J.E. (2001). Body image across life span in adult women: The role of self-objectification. *Developmental Psychology, 37*, 243-253.
- Van der Zee, K., Oldersma, F., Buunk, B.P., & Bos, D. (1998). Social comparison preferences among cancer patients as related to neuroticism and social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 801-810.
- Vinken, M., Bos, A. E. R., Bolman, C., & Van der Plas, J. (2005). Stigmatisering van psychiatrische cliënten: de invloed van sociale vergelijking op de zelfwaardering. *Gedrag & Gezondheid, 33*, 45-56.



Wade, T. J. (2000). Evolutionary theory and self-perception: Sex differences in body esteem predictors of self-perceived physical and sexual attractiveness and self-esteem.

*International Journal of Psychology, 35*, 36-45.

Webster, J. & Tiggemann, M. (2003). The relationship between women's body satisfaction and self-image across the life span: The role of cognitive control. *Journal of Genetic Psychology, 164*, 241-251.

Wills, T.A. (1981). Downward comparison in principles in social psychology. *Psychological Bulletin, 90*, 245-271.

### Noten

Dit onderzoek is gefinancierd door een subsidie van het directoraat Humaniora van de Open Universiteit Nederland, toegekend aan Arjan Bos, Birgit Mayer en Ingrid Steenhuis.

De auteurs bedanken Helga Nauta, Jef Syroit en twee anonieme reviewers voor hun waardevolle feedback op een eerdere versie van dit artikel.

### Voetnoten

1. Het betreft het adressenbestand van de nationale vragenlijst stichting selectieve post. Dit adressenbestand bevat meer dan 100.000 adressen van Nederlandse huishoudens.
2. Van de 765 respondenten die in de analyses werden meegenomen, was 66,4 procent alleenstaand, 19,9 procent gescheiden, 8,5 procent weduwe of weduwnaar en 4,8 procent samenwonend. Het al dan niet hebben van een relatie lijkt de onderzoeksresultaten niet verstoord te hebben. Uit een one-way ANOVA op zelfwaardering blijkt dat de vier relatievormen niet significant van elkaar verschillen op zelfwaardering ( $F(3, 703) = 1,72, p = 0,16$ ). Een one-way ANOVA op lichaamswaardering laat zien dat de vier relatievormen hierop ook niet verschillen ( $F(3, 671) = 1,58, p = 0,19$ ). Lichaamswaardering en zelfwaardering hangen bovendien significant met elkaar samen voor alle vier relatievormen: alleenstaanden ( $r = 0,44, p < 0,001$ ), gescheiden respondenten ( $r = 0,42, p < 0,001$ ), weduwes of weduwnaars ( $r = 0,31, p = 0,04$ ) en samenwonenden ( $r = 0,43, p = 0,01$ ).



Tabel 1

Gemiddelden, standaarddeviaties en intercorrelaties van relevante variabelen in dit onderzoek

Variabele	M	SD	1	2	3	4	5	6
1. Lichaamswaardering	3.29	.50	-	.43**	-.09*	.11**	-.02	-.25**
2. Zelfwaardering	3.20	.47		-	-.21**	.13**	.02	-.02
3. Sociale vergelijkingsoriëntatie	3.06	.75			-	-.06	-.32**	-.11**
4. Sekse						-	.02	.04
5. Leeftijd	43.88	13.05					-	.20**
6. Body-mass index	25.09	4.38						-

Noot. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

Zelfwaardering werd gemeten op een 4-puntsschaal; Lichaamswaardering en sociale vergelijkingsoriëntatie werden gemeten op een 5-puntsschaal.

Tabel 2

Regressie-analyse van lichaamswaardering, sekse en leeftijd op zelfwaardering.

	Bèta	t	R <sup>2</sup>	F
<u>Stap 1</u>				
LW	0,43***	11,98	0,18	143,63***
<u>Stap 2</u>				
LW	0,42***	11,70	0,19	50,09***
Sekse	0,09*	2,37		
Leeftijd	0,01	,34		
<u>Stap 3</u>				
LW	0,43***	7,98	0,21	27,36***
Sekse	0,10*	2,21		
Leeftijd	-0,01	-,27		
LW*sekse	-0,12*	-2,38		
LW*leeftijd	-0,11*	-2,45		
Sekse*leeftijd	0,03	0,50		

Vervolg Tabel 2 op volgende pagina

Vervolg Tabel 2

	Bèta	t	R <sup>2</sup>	F
<b>Stap 4</b>				
LW	0,48***	8,02	0,21	24,14***
Sekse	0,10*	2,14		
Leeftijd	-0,01	-,11		
LW*sekse	-0,19**	-2,38		
LW*leeftijd	-0,04	-,71		
Sekse*leeftijd	0,03	,54		
LW*Sekse*leeftijd	-0,12*	-2,01		

Noot: LW: Lichaamswaardering

\*  $p < 0,05$     \*\*  $p < 0,01$     \*\*\*  $p < 0,001$

Figuur 1

Drieweginteractie van lichaamswaardering, sekse en leeftijd op zelfwaardering



