

ROLA JAKOŚCI RELACJI Z RODZICEM,
INTERNALIZOWANIE IDEAŁÓW
PIĘKNA PREZENTOWANYCH
W MEDIACH I POZYTYWNY OBRAZ
CIAŁA ORAZ SAMOOCENA U DZIECI
W WIEKU SZKOLNYM.

bella
ciało

Nowy model teoretyczny

Raport przedstawia badanie służące opracowaniu nowego modelu teoretycznego, który skupia się na relacji matka–dziecko oraz ojciec–dziecko, uwzględniając jakość relacji: poczucie bezpieczeństwa, strategie unikające, bliskość fizyczną, a także ich przełożenie na pozytywny obraz ciała i ogólne poczucie własnej wartości u dzieci w wieku szkolnym. Ponadto, przeprowadzone badanie sprawdzało, czy pozytywna relacja z rodzicem (wysoki poziom poczucia bezpieczeństwa, niska ilość strategii unikających, wysoki poziom dobrej bliskości fizycznej) jest czynnikiem chroniącym przed przyjmowaniem za własny - ideał piękna prezentowany w mediach społecznościowych, co miałyby prowadzić do kształtowania się u dzieci wyższego poziomu samooceny i bardziej pozytywnego obrazu ciała w porównaniu z rówieśnikami mającymi mniej pozytywną relację z rodzicem, która w konsekwencji nie chroni przed internalizowaniem ideału sylwetki prezentowanej w mediach. Bezpieczeństwo w relacji jest rozumiane jako stan, w którym dziecko postrzega opiekuna jako dostępnego i wrażliwego na jego potrzeby. W konsekwencji dziecko rozwija większą pewność we własne możliwości, chętniej podejmuje nowe wyzwania oraz doświadcza poczucia wsparcia i bezwarunkowej akceptacji ze strony rodziców, co sprzyja rozwojowi stabilnej i pozytywnej samooceny (Bowlby, 1969). Taka bezpieczna więź, oparta na zaufaniu i otwartej komunikacji, wiąże się z wyższym poziomem doceniania własnego ciała (Laporta-Herero in., 2021) oraz wyższą samooceną, która jest kształtowana pośrednio przez większą satysfakcję z wyglądu i postrzeganą atrakcyjność (Huang & Wan, 2025; Smith, 2016). Ponadto, wysoki poziom zaufania do rodziców współwystępuje z niższym poziomem niezadowolenia z ciała (De Coen, Verbeken & Goossens, 2024). Strategie unikające przywiązania polegają na tłumieniu potrzeby bliskości oraz samodzielnym radzeniu sobie z trudnymi emocjami. Mogą one rozwinąć się w wyniku braku responsywności ze strony opiekunów i niezaspokojenia potrzeb dziecka (Bowlby, 1969). Badania pokazują, że nastolatki stosujące unikające strategie przywiązania oraz wykazujące niski poziom zaufania w relacji z rodzicami częściej są niezadowolone ze swojego wyglądu (Abbate-Daga, 2010; Szalai i in., 2016). Strategie te wiążą się również ze zwiększonym ryzykiem występowania trudności emocjonalnych i innych negatywnych konsekwencji dla zdrowia psychicznego (Tyrrell i in., 1999).

Dobra bliskość fizyczna, mierzona jako częstotliwość oraz subiektywna przyjemność płynąca z kontaktu z rodzicem, stanowi dla dziecka pierwotny sygnał bezpieczeństwa i akceptacji, kluczowy dla rozwoju „ja cieleśnego” (Krueger, 2002a; Weiss i in., 2000). Poprzez dotyk dziecko odbiera i interpretuje emocjonalny stosunek opiekuna wobec siebie (Bowlby, 1969). Doświadczenie czułego, adekwatnego dotyku sprzyja traktowaniu własnego ciała z miłością i szacunkiem (Głowacka, 2018). Co więcej, dzieci, które doświadczają odpowiedniej bliskości fizycznej z matką, wykazują lepsze zdolności różnicowania poszczególnych części własnego ciała, zamiast postrzegać je w sposób globalny i niezróżnicowany (Aksamit, 2017).

Internalizacja idealnego obrazu ciała to stan, kiedy osoba nie tylko widzi te ideały w mediach społecznościowych, ale także zaczyna traktować je jako własne i jako punkt odniesienia przy ocenie siebie. Owa internalizacja może prowadzić do obniżonej samooceny (Dohnt & Tiggemann, 2006; Lee i in., 2021) oraz zniekształconego obrazu własnego ciała, co skutkuje większym niezadowoleniem z wyglądu (Dohnt & Tiggemann, 2006; Papaioannou i in., 2021), wyższym poziomem wstydu związanego z ciałem (Manago i in., 2015) oraz mniej pozytywnym postrzeganiem własnego wyglądu (Dohnt & Tiggemann, 2006).

Badanie było częścią projektu doktorskiego: Kształtowanie się obrazu ciała u dzieci i młodzieży. Rola jakości relacji z matką i ojcem, internalizacji idealnego obrazu ciała prezentowanego w mediach oraz samooceny. Badanie otrzymało pozytywną opinię Komisji Etyki i zostało przeprowadzone zgodnie z zasadami etyki.



Badanie

W badaniu wzięto udział 413 dzieci (247 dziewczynek i 166 chłopców), w wieku 7-13 lat ($M = 10.17$, $SD = 1.53$). Badania zostały przeprowadzone w polskich szkołach podstawowych, w okresie od października 2023 do czerwca 2024.

Tabela 1. Dane demograficzne uczestników badania

Zmienne		N=413	
		M	SD
wiek (w latach)		10.17	1.53
		N	Percent
Płeć	dziewczynka	247	59.8%
	chłopiec	166	40.2%
Grupa wagowa	niedowaga (-1)	63	15%
	waga w normie (0)	188	44.7%
	nadwaga (1)	47	11.2%
	otyłość (2)	94	22.3%
	brak odpowiedzi (informacji o wadze lub wzroście)	29	6.9%
Sytuacja wychowawcza	wychowywanie przez dwoje rodziców	175	86.6%
	wychowywane przez jednego rodzica	64	15.7%
	wychowywane przez jednego rodzica i jej/jego partnera	12	2.9%
	brak odpowiedzi	24	5.7%
Sytuacja finansowa	zła	3	7%
	raczej zła	5	1.2%
	ani zła, ani dobra	81	19.2%
	raczej dobra	223	53%
	bardzo dobra	70	16.6%
	brak odpowiedzi	39	9.2%
Wykształcenie matki	podstawowe	10	2.4%
	średnie	83	19.7%
	wyższe	291	69.1%
	stopień naukowy	16	3.8%
	brak odpowiedzi	21	5%
Wykształcenie ojca	podstawowe	22	4.5%
	średnie	136	25.7%
	wyższe	212	59.4%
	stopień naukowy	11	6.4%
	brak odpowiedzi	40	10%

Cele badawcze:

- Sprawdzenie związków pomiędzy pozytywną relacją z matką, poziomem pozytywnego obrazu ciała, samooceną, poziomem internalizowania idealnego ciała prezentowanego w mediach.

Rola jakości relacji z rodzicem, internalizowanie ideałów piękna prezentowanych w mediach i pozytywny obraz ciała oraz samoocena u dzieci w wieku szkolnym.



- Sprawdzenie związków pomiędzy pozytywną relacją z ojcem, poziomem pozytywnego obrazu ciała, samooceną, poziomem internalizowania idealnego ciała prezentowanego w mediach.
- Sprawdzenie pośredniczącej roli internalizacji ideałów wyglądu w związku między relacjami z matką a pozytywnym obrazem ciała i samooceną.
- Sprawdzenie pośredniczącej roli internalizacji ideałów wyglądu w związku między relacjami z ojcem a pozytywnym obrazem ciała i samooceną.
- Sprawdzenie związków pomiędzy wysokością BMI a pozytywnym obrazem ciała

Wyniki badania

Tabela 2. Korelacje między bliskością fizyczną, poczuciem bezpieczeństwa, strategiami unikającymi, pozytywnym obrazem ciała, poziomem internalizacji idealnej sylwetki i samooceną - chłopcy

Zmienna	Pozytywny obraz ciała	Internalizacja idealnej sylwetki	Samoocena
Bliskość fizyczna z matką	.22**	-.16*	.14
Bliskość fizyczna z ojcem	.26**	-.13	.30*
Poczucie bezpieczeństwa z matką	.33**	-.34**	.49*
Poczucie bezpieczeństwa z ojcem	.35**	-.38**	.46*
Unikające strategie przywiązania wobec matki	-.19*	0.7	-.27**
Unikające strategie przywiązania wobec ojca	-.05	.18*	-.23**

**p<.01; *p<.05

Tabela 3. Korelacje między bliskością fizyczną, poczuciem bezpieczeństwa, strategiami unikającymi, pozytywnym obrazem ciała, poziomem internalizacji idealnej sylwetki i samooceną - dziewczynki

Zmienna	Pozytywny obraz ciała	Internalizacja idealnego obrazu ciała	Globalne poczucie własnej wartości
Bliskość fizyczna z matką	.30**	-.18**	.28**
Bliskość fizyczna z ojcem	.34**	-.17*	.34**
Poczucie bezpieczeństwa z matką	.50**	-.30**	.52**
Poczucie bezpieczeństwa z ojcem	.38**	-.31**	.46**
Unikające strategie przywiązania wobec matki	-.30**	.20**	-.23**
Unikające strategie przywiązania wobec ojca	-.36**	.26**	-.35**

**p<.01; *p<.05



Tabela 4. Korelacje między bliskością fizyczną, poczuciem bezpieczeństwa, strategiami unikającymi, pozytywnym obrazem ciała, poziomem internalizacji idealnej sylwetki i samooceną - dzieci 7-10 lat.

Zmienna	Pozytywny obraz ciała	Internalizacja idealnego obrazu ciała	Globalne poczucie własnej wartości
Bliskość fizyczna z matką	.23**	-.13	.11
Bliskość fizyczna z ojcem	.23**	-.06	.18**
Poczucie bezpieczeństwa z matką	.35**	-.22**	.39**
Poczucie bezpieczeństwa z ojcem	.23**	-.24**	.33**
Unikające strategie przywiązania wobec matki	-.18**	.09	-.11
Unikające strategie przywiązania wobec ojca	-.17**	.21**	-.21**

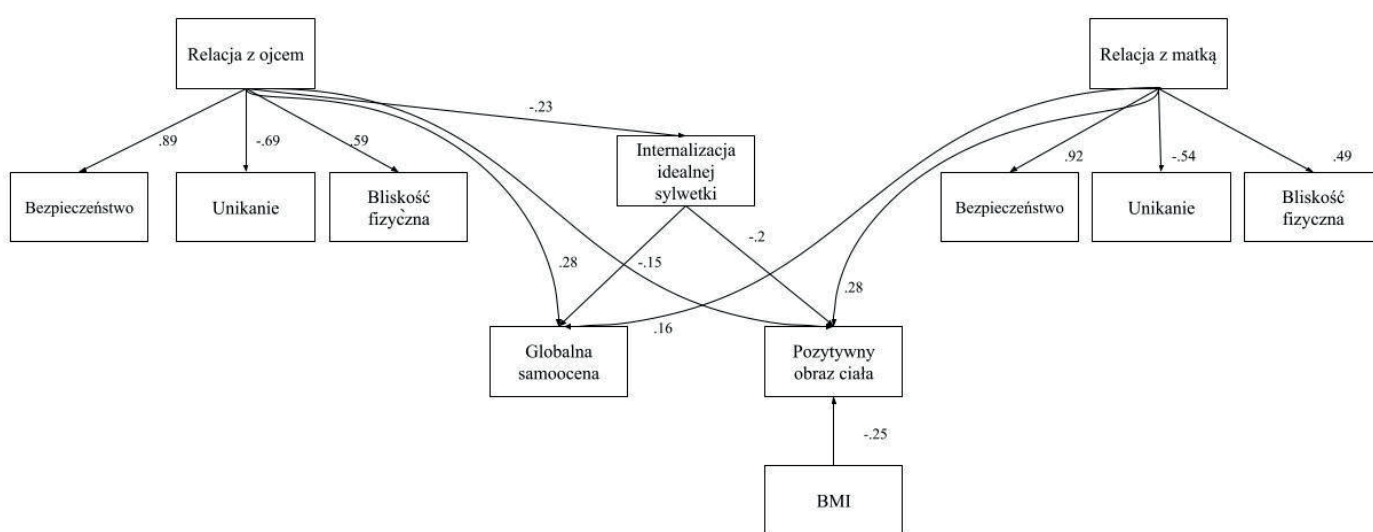
**p<.01; *p<.0

Tabela 5. Korelacje między bliskością fizyczną, poczuciem bezpieczeństwa, strategiami unikającymi, pozytywnym obrazem ciała, poziomem internalizacji idealnej sylwetki i samooceną - dzieci 11-13 lat.

Zmienna	Pozytywny obraz ciała	Internalizacja idealnego obrazu ciała	Globalne poczucie własnej wartości
Bliskość fizyczna z matką	.24**	-.19*	.27**
Bliskość fizyczna z ojcem	.37**	-.27**	.43**
Poczucie bezpieczeństwa z matką	.50**	-.41**	.59**
Poczucie bezpieczeństwa z ojcem	.49**	-.45**	.56**
Unikające strategie przywiązania wobec matki	-.28**	.18*	-.32**
Unikające strategie przywiązania wobec ojca	-.28**	.21**	-.35**

**p<.01; *p<.05

Rysunek 1. Nowy model teoretyczny pokazujący zależności między zmiennymi



Rola jakości relacji z rodzicem, internalizowanie ideałów piękna prezentowanych w mediach i pozytywny obraz ciała oraz samoocena u dzieci w wieku szkolnym.



Tabela 6. Porównanie analizy ścieżek - płeć

A. Efekt bezpośredni		
Ścieżka	Chłopcy (p, std.all)	Dziewczyny (p, std.all)
Relacja z matką → Obraz ciała	p = .006, std.all = .247	p = .024, std.all = .236
Relacja z ojcem → Obraz ciała	p = .042, std.all = .160	p = .007, std.all = .278
Relacja z matką → Samoocena	p = .002, std.all = .276	p < .001, std.all = .335
Relacja z ojcem → Samoocena	p = .001, std.all = .280	p = .002, std.all = .304
Internalizacja → Obraz ciała	p = .398, std.all = -.073	p = .001, std.all = -.206
Internalizacja → Samoocena	p = .018, std.all = -.121	p < .001, std.all = -.207
BMI → Obraz ciała	p = .905, std.all = -.009	p = .015, std.all = -.112

B. Efekt pośredni		
Ścieżki pośrednie	Chłopcy (p, std.all)	Dziewczyny (p, std.all)
Matka → Internalizacja → Obraz ciała	p = .530, std.all = .010	p = .149, std.all = .044
Matka → Internalizacja → Samoocena	p = .574, std.all = .007	p = .197, std.all = .033
Ojciec → Internalizacja → Obraz ciała	p = .310, std.all = .029	p = .044, std.all = .046
Ojciec → Internalizacja → Samoocena	p = .358, std.all = .022	p = .072, std.all = .038

Uwaga. Modele oszacowano oddzielnie dla chłopców i dziewcząt. Chociaż nie stwierdzono istotnych różnic w ogólnym dopasowaniu modelu, pojawiły się pewne różnice w istotności ścieżki i jej sile.

Tabela 7. Porównanie analizy ścieżek - wiek

A. Bezpośredni efekt		
Ścieżka	7-10 lat (p, std.all)	11-13 lat (p, std.all)
Relacja z matką → Obraz ciała	p = .011, std.all = .367	p = .115, std.all = .178
Relacja z ojcem → Obraz ciała	p = .530, std.all = .071	p = .025, std.all = .246
Relacja z matką → Samoocena	p = .040, std.all = .284	p = .005, std.all = .273
Relacja z ojcem → Samoocena	p = .079, std.all = .231	p = .004, std.all = .296
Internalizacja → Obraz ciała	p = .152, std.all = -.117	p = .001, std.all = -.312
Internalizacja → Samoocena	p = .290, std.all = -.077	p = .007, std.all = -.205

B. Pośredni efekt		
Pośrednia ścieżka	7-10 lat (p, std.all)	11-13 lat (p, std.all)
Matka → Internalizacja → Obraz ciała	p = .530, std.all = .010	p = .321, std.all = .037
Matka → Internalizacja → Samoocena	p = .574, std.all = .007	p = .353, std.all = .024
Ojciec → Internalizacja → Obraz ciała	p = .310, std.all = .029	p = .030, std.all = .110
Ojciec → Internalizacja → Samoocena	p = .358, std.all = .019	p = .051, std.all = .072

Uwaga. Modele oszacowano oddzielnie dla dzieci młodszych (7-10 lat) i starszych (11-13 lat). Chociaż nie stwierdzono istotnych różnic w ogólnym dopasowaniu modelu, pojawiły się wzorce związane z wiekiem w sile i istotności kilku oszacowań ścieżki.

Rola jakości relacji z rodzicem, internalizowanie ideałów piękna prezentowanych w mediach i pozytywny obraz ciała oraz samoocena u dzieci w wieku szkolnym.



Wnioski z badania

1. Relacje z matką a pozytywny obraz ciała i samoocena

Wyniki badania wykazały, że pozytywne relacje z matką, oparte na poczuciu bezpieczeństwa, dobrej bliskości fizycznej i niskim poziomie strategii unikających bezpośrednio przewidują pozytywny obraz ciała i wyższą samoocenę u dzieci. Pozytywna relacja z matką prowadzi do wyższego poziomu pozytywnego obrazu ciała i wyższej samooceny u dzieci w wieku 7-13 lat. Porównując młodszą i starszą grupę dzieci, to jedynie u młodszych (7-10 lat) relacja z matką okazała się być istotna statystycznie w budowaniu wyższego poziomu pozytywnego obrazu ciała i wyższej samooceny. Może być to związane z tym, że mimo zmieniających się wzorców opieki nad dziećmi, na ten moment to nadal matki są zazwyczaj głównymi opiekunami w pierwszych latach życia. Dlatego też mogą stawać się one najbliższe dziecku w tym okresie i to relacja z mamą nadal będzie najbardziej istotna dla dziecka, gdy jest ono w wieku wczesnoszkolnym. W związku z tym, pozytywna relacja z matką, oparta na bliskości emocjonalnej i fizycznej bliska sprzyja budowaniu pozytywnego obrazu ciała i wyższej samooceny.

2. Relacje z ojcem a pozytywny obraz ciała i samoocena

Pozytywne relacje z ojcem również przewidywały wyższy poziom pozytywnego obrazu ciała i wyższej samooceny u dzieci w wieku 7-13 lat. Dzieci, które miały bardziej pozytywną relację z ojcem miały wyższy poziom pozytywnego obrazu ciała i wyższą samoocenę. Biorąc pod uwagę grupy wiekowe, jedynie u starszych dzieci (10-13 lat) pozytywna relacja z ojcem przewidywała wyższą samoocenę i wyższy poziom pozytywnego obrazu ciała. Być może dzieje się tak dlatego, że wraz z tym, jak dziecko staje się starsze, coraz bardziej staje się istotny również drugi rodzic. Polscy ojcowie w czasie konsultacji z psychoterapeutą często wspominają o tym, że łatwiej było im się zaangażować w opiekę nad dzieckiem, kiedy było już trochę starsze, kiedy odseparowało się od matki, kiedy sam ojciec poczuł, że może porozmawiać z dzieckiem na ciekawy dla nich obojga temat, spędzić czas na jakiejś aktywności, w którą nie była aż tak bardzo zaangażowana matka dziecka.

3. Relacja z rodzicami a zinternalizowanie idealnego obrazu ciała

Wyniki badań pokazały, że pozytywna relacja z ojcem może być czynnikiem ochronnym przed przyjmowaniem za własny ideał piękna prezentowany w mediach. Okazało się, że pozytywna relacja z matką nie pełni takiej roli. Wraz z dojrzewaniem dzieci znaczenie relacji z ojcem wzrasta. Ojciec jako źródło wsparcia i bliskości może chronić dzieci przed nadmiernym zinternalizowaniem medialnych ideałów wyglądu i pomaga w budowaniu wyższego poziomu pozytywnego obrazu ciała oraz wyższej samooceny. Zgodnie z Teorią Uprzedmiotowienia (Fredrickson & Roberts, 1997), treści kulturowe na temat wyglądu są w większym stopniu nadawane przez męską perspektywę, przez co kobiety i dziewczynki, są podatne na uprzedmiotowienie ich ciał. Oznacza to, że postrzegają ciało jako "coś co ma służyć ładnemu wyglądowi". Pozytywna relacja z ojcem, który symbolicznie reprezentuje ową męską perspektywę i może przenosić standardy związane z wyglądem, zapewnia tym samym poczucie bezpieczeństwa i bezwarunkową akceptację dziecka, takim jakie jest, uwzględniając jego fizyczny wygląd (Pecini et al., 2023). Może to także pomóc dziecku odrzucić lub reinterpretować kulturowe oczekiwania, przez co zmniejszyć proces zinternalizacji. Dodatkowo, ojcowie mają w zwyczaju zachęcać dzieci do angażowania się w aktywność fizyczną i zachowania ryzykowne takie jak wspinanie się na drzewa czy wyścigi. Te aktywności pozwalają dziecku odkryć jego walory fizyczne i pokazują, że ciało ma również inną funkcję niż "wyglądanie", co wspomaga rozwój poczucia własnej wartości związanego z ciałem oraz szerzej rozumianego poczucia własnej wartości.

Liczne wyniki badań pokazują, że kobiety odczuwają dużo większą presję związaną z wyglądem w porównaniu do mężczyzn oraz częściej zinternalizują idealną sylwetkę prezentowaną w mediach. Mimo rosnącej świadomości tego, jak ważne jest czucie się dobrze we własnym ciele, jakie są konsekwencje niezadowolienia z własnego ciała, rosnącego promowania naturalności ciała, nadal częściej to od kobiet wymagana jest nienaganna aparycja. W związku z tym, że same kobiety silniej odczuwają presję społeczną dotyczącą własnego wyglądu, częściej przyjmują za własny ideał piękna prezentowany w mediach, mogą one nie być w stanie uchronić przed tym własnych dzieci. Presja, którą odczuwają matki może nieświadomie przenosić się niejako na ich dzieci.

4. Wiek i płeć, a zinternalizacja idealnego wyglądu prezentowanego w mediach.

Wyniki badania pokazały również, że dziewczynki i starsze dzieci są bardziej podatne na zinternalizowanie medialnych standardów urody, także szczególnie dla tych grup pozytywna relacja z ojcem wydaje się być kluczowa. Starsze dzieci spędzają więcej czasu online i częściej porównują się z rówieśnikami i influencerami, co



wpływa na ich samoocenę i poziom pozytywnego obrazu ciała.

5. BMI a pozytywny obraz ciała

Wyższy wskaźnik masy ciała (BMI) przewidywał niższy poziom pozytywnego obrazu ciała.

Podsumowanie

Wyniki badania pokazują, że zarówno relacja z matką, jak i z ojcem jest ważnym czynnikiem w budowaniu pozytywnego obrazu ciała i pozytywnej samooceny u dzieci w wieku szkolnym. Wyniki podkreślają rolę ojców w ochronie dzieci przed przyjmowaniem jako własnych ideałów sylwetki promowanych w mediach. Dlatego też istotnym wydaje się uwzględnianie budowania pozytywnej relacji z rodzicami podczas projektowania interwencji, warsztatów i psychoedukacji dla dzieci, które doświadczają trudności dotyczącej własnej cielesności. Co więcej, w takich działaniach należy również uwzględnić psychoedukację dotyczącą przekazów medialnych, stosowania filtrów zmieniających zdjęcia i filmy, pokazywania "prawdziwego" życia w Internecie.

Bibliografia

- Abbate-Daga, G., Gramaglia, C., Amianto, F., Marzola, E., & Fassino, S. (2010). Attachment insecurity, personality, and body dissatisfaction in eating disorders. *The Journal of nervous and mental disease*, 198(7), 520-524.
- Aksamić, K. (2017). Doświadczanie bliskości fizycznej i obraz ciała u dzieci w wieku szkolnym. W: K. Schier (red.), *Samotne ciało. Doświadczanie cielesności przez dzieci i ich rodziców* (s). Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- De Coen, J., Verbeken, S., & Goossens, L. (2024). Body dissatisfaction and low self-esteem in elementary school-aged children: the role of media pressure and trust in parent-child relationships. *Frontiers in Psychology*, 14, 1228860.
- Dohnt, H. K., & Tiggemann, M. (2006). Body image concerns in young girls: The role of peers and media prior to adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(2), 135-145. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9020-7>
- Dohnt, H., & Tiggemann, M. (2006). The contribution of peer and media influences to the development of body satisfaction and self-esteem in young girls: a prospective study. *Developmental Psychology*, 42(5), 929-936. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.929>
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173-206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Głowacka, N. (2018). Doświadczenia dotyku i spostrzegana relacja z rodzicami w dzieciństwie a obraz ciała w dorosłości. W: K. Schier (red.), *Samotne ciało. Doświadczanie cielesności przez dzieci i ich rodziców*. Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Dohnt, H., & Tiggemann, M. (2006). The contribution of peer and media influences to the development of body satisfaction and self-esteem in young girls: a prospective study. *Developmental Psychology*, 42(5), 929-936. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.929>
- Krueger, D. W. (2002a). *Integrating body self & psychological self*. Routledge.
- Laporta-Herrero, I., Jáuregui-Lobera, I., Barajas-Iglesias, B., Serrano-Troncoso, E., Garcia-Argibay, M., & Santed-Germán, M. Á. (2021). Attachment to parents and friends and body dissatisfaction in adolescents with eating disorders. *Clinical child psychology and psychiatry*, 26(1), 154-166.
- Lee, M., & Lee, H.-H. (2021). Social media photo activity, internalization, appearance comparison, and body satisfaction: The moderating role of photo-editing behavior. *Computers in Human Behavior*, 114, Article 106579. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106579>
- Manago, A. M., Ward, L. M., Lemm, K. M., Reed, L., & Seabrook, R. (2015). Facebook involvement, objectified body consciousness, body shame, and sexual assertiveness in college women and men. *Sex Roles: A Journal of Research*, 72(1-2), 1-14. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0441-1>



- Pecini, C., Di Bernardo, G. A., Crapolicchio, E., Vezzali, L., & Andrighetto, L. (2023). Body shame in 7–12-year-old girls and boys: The role of parental attention to children’s appearance. *Sex roles*, 89(1), 82-95.
- Pinguart, M. (2023). Associations of self-esteem with attachment to parents: A meta-analysis. *Psychological Reports*, 126(5), 2101–2118. <https://doi.org/10.1177/00332941221079732>
- Szalai, T. D., Czeglédi, E., Vargha, A., & Grezsa, F. (2017). Parental attachment and body satisfaction in adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 26(4), 1007-1017.
- Tyrrell, C. L., Dozier, M., Teague, G. B., & Falot, R. D. (1999). Effective treatment relationships for persons with serious psychiatric disorders: the importance of attachment states of mind. *Journal of consulting and clinical psychology*, 67(5), 725–733. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.67.5.725>
- Weiss, S. J., Wilson, P., Hertenstein, M. J., & Campos, R. (2000). The tactile context of a mother’s caregiving: implications for attachment of low birth weight infants. *Infant Behavior & Development*, 23(1), 91–111. [https://doi.org/10.1016/s0163-6383\(00\)00030-8](https://doi.org/10.1016/s0163-6383(00)00030-8)

