



ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ВНЕШНОСТИ И ОБРАЗА ТЕЛА

КОЛЛЕКТИВНАЯ МОНОГРАФИЯ



Рязань, 2024

Федеральное государственное бюджетное образование
учреждение высшего образования
«Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И.П. Павлова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

Коллективная монография

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
ВНЕШНОСТИ И ОБРАЗА ТЕЛА**

Рязань, 2024

УДК 159.923.07
ББК 88.372
П863

П863 Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография / отв. редактор А.Г. Фаустова; ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. – Рязань: ОтСиОп, 2024. – 214 с.

ISBN 978-5-8423-0246-8

В коллективной монографии представлены результаты эмпирических исследований, в которых рассматриваются образ тела в подростковом возрасте и юности; образ тела при изменениях внешности. Особое внимание уделяется междисциплинарным исследованиям внешности и образа тела.

Данное научное издание будет полезно практикующим специалистам – клиническим психологам, врачам, педагогам-психологам – при оказании помощи по поводу беспокойности внешним обликом.

Печатается по решению научно-планового совета ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России (протокол №5 от 11.01.2024).

УДК 159.923.07
ББК 88.372

ISBN 978-5-8423-0246-8

© Авторы, 2024

© ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России, 2024

ОГЛАВЛЕНИЕ

Раздел 1. МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ВНЕШНОСТИ И ОБРАЗА ТЕЛА

Лабунская В.А. ОСОБЕННОСТИ ОЦЕНКИ КОМПЛЕКСА КОМПОНЕНТОВ ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ ВНЕШНЕМУ ОБЛИКУ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ УРОВНЯ ВЫРАЖЕННОСТИ СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ В БЛИЗКИХ ОТНОШЕНИЯХ 7

Яковлева Н.В., Гуськова Н.В. СУБЪЕКТИВНАЯ ОЦЕНКА УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ ПО ФОТОГРАФИИ ЛИЦА ЧЕЛОВЕКА 33

Котова Е.В. ВЗАИМОСВЯЗЬ СОМАТОТИПИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ 45

Воронцова Т.А. ВЫРАЖЕННОСТЬ ПОТРЕБНОСТИ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОЖЕ СВОИХ ЛЕТ: ГЕНДЕРНО-ВОЗРАСТНОЙ АНАЛИЗ 61

Раздел 2. ОБРАЗ ТЕЛА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ И ЮНОСТИ

Лесин А.М. МОТИВООБРАЗУЮЩИЙ ПОТЕНЦИАЛ ЦЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ 80

Рагозинская В.Г. ВЗАИМОСВЯЗИ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ОБРАЗОМ ТЕЛА, Я-ФУНКЦИЙ И ВОСПРИНИМАЕМОГО ФАББИНГА У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА 90

Потапова Е.А., Куливацкая М.Н. ОБРАЗ ТЕЛА И САМООТНОШЕНИЕ У ДЕВУШЕК С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ПРОСТРАНСТВЕ ИНТЕРНЕТА 119

Сафарова Д.С., Чупрунова М.А. ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОСПРИЯТИЯ ОБРАЗА СОБСТВЕННОГО ТЕЛА И СЕКСУАЛЬНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ 133

Галкина Т.В., Офицерова С.В. ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ВНЕШНОСТИ И ОБРАЗА ТЕЛА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ ... 142

Раздел 3. ОБРАЗ ТЕЛА ПРИ ИЗМЕНЕНИЯХ ВНЕШНОСТИ

Набойченко Е.С., Гисцев В.И. ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООТНОШЕНИЯ У ПАЦИЕНТОК ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ МЕТОДАМИ ПСИХОДИНАМИЧЕСКОГО ПОДХОДА В КРАТКОСРОЧНОМ СЕТТИНГЕ	149
Фассахова Т.А. ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ОРИЕНТАЦИИ И САМООТНОШЕНИЕ МОЛОДЕЖИ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ ИЗМЕНЕНИЯ ВНЕШНОСТИ	159
Афанасьева О.П. ОСОБЕННОСТИ «Я-ОБРАЗА» ПОДРОСТКОВ СО СКОЛИОЗОМ	172
Ермакова Н.Г., Туктарова А.А. ОТНОШЕНИЕ К ОБРАЗУ ТЕЛА И СТИЛИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ЖЕНЩИН МОЛОДОГО И СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА	182
Продовикова А.Г., Садыкова П.В. ОСОБЕННОСТИ САМООТНОШЕНИЯ И МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ЛИЦ С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА	192

Глубокоуважаемые коллеги!

Мы представляем вашему вниманию коллективную монографию, которая является итогом работы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Психологические исследования внешности и образа тела», которая состоялась 18-19 мая 2023 в Рязанском государственном медицинском университете имени академика И.П. Павлова.

Систематические и последовательные научные исследования внешнего облика и образа тела проводятся на протяжении последних 40 лет – как в общей и социальной психологии, так и в клинической психологии и психологии здоровья.

За это время в нашем научном сообществе было накоплено внушительное количество гипотез, концепций и подходов к пониманию того, как на основании схемы тела формируется образ тела, под влиянием каких факторов он трансформируется, как искажения образа тела вплетаются в картину психопатологической симптоматики и нормативной неудовлетворённости внешностью. Теперь, основываясь на таком весьма эклектичном, но массивном фундаменте, мы стремимся к более дифференцированному пониманию закономерностей и механизмов становления образа тела, в частности – его возрастной динамики; пониманию его клинических аспектов, обусловленных различными соматическими заболеваниями и психосоматическими симптомами.

Без сомнения, особую ценность представляют междисциплинарные исследования, где зону пересечения образует именно психология внешности. Их результаты заставляют пересмотреть знакомое предостережение «не судить книгу по обложке», но обратиться к внешнему облику как к отражению субъективного благополучия, как к индикатору здоровья и готовности к межличностной близости. Внешность продолжает рассматриваться в качестве отправной точки как в

формировании личностной идентичности и самоотношения, так и в становлении персональной системы ценностей и приоритетов.

В этом году мы обратились к нашим авторам с предложением подготовить для коллективной монографии тексты, содержащие исключительно результаты собственных эмпирических и прикладных исследований. Мы намеренно решили отстраниться от составления теоретических обзоров, поскольку все учёные так или иначе их готовят для обоснования гипотез и разработки дизайна исследования.

Заинтересованный читатель отметит различные по тематике главы, сфокусированные преимущественно на том, как проявляется образ тела в различные возрастные периоды, и как он может искажаться под влиянием внешних и внутренних факторов.

Мы выражаем искреннюю надежду на то, что конференция «Психологические исследования внешности и образа тела» будет проводиться регулярно, станет значимым научно-практическим событием для специалистов из различных областей знаний, а издание коллективной монографии – обязательным сателлитным мероприятием, финализирующим научные дискуссии.

Мы благодарим авторский коллектив за отзывчивость и терпение.

*Заместитель Председателя Организационного комитета конференции,
заведующая кафедрой клинической психологии ФГБОУ ВО РязГМУ
Минздрава России, главный внештатный специалист по медицинской
психологии министерства здравоохранения Рязанской области, кандидат
психологических наук, доцент*

А.Г. Фаустова

Раздел 1. МЕЖДИСЦИПЛИНАРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ВНЕШНОСТИ И ОБРАЗА ТЕЛА

ОСОБЕННОСТИ ОЦЕНКИ КОМПЛЕКСА КОМПОНЕНТОВ ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ ВНЕШНЕМУ ОБЛИКУ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ УРОВНЯ ВЫРАЖЕННОСТИ СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ В БЛИЗКИХ ОТНОШЕНИЯХ

Лабунская В.А.

*Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону,
Россия*

Аннотация. В исследовании проверялась гипотеза о том, что уровень выраженности комплекса компонентов отношения к внешнему облику (ВО) (значимость ВО, переживания, связанные с оценками ВО партнером, самооценка привлекательности ВО для партнера противоположного пола, оценка воздействия ВО на близкие отношения) может быть обусловлен уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях. Применялся сравнительно-иерархический анализ данных 136 молодых людей в возрасте от 18 до 30 лет (71% женщин, 28,6% мужчин). Использовались опросник «Опыт близких отношений» в адаптации Т. В. Казанцевой [1]; методика «Самооценка генерализованного типа привязанности» в адаптации Т. В. Казанцевой; шкалы из методики «Оценочно-содержательная интерпретация своего ВО», разработанной В. А. Лабунской; шкалы, предложенные О. Р. Гура [4] и измеряющие значимость ВО; выраженность переживаний; меру воздействия ВО в близких отношениях. Обнаружено, что уровни выраженности комплекса компонентов отношения к ВО обусловлены уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях.

Ключевые слова: внешний облик; самооценки; близкие отношения; стратегии поведения; типы привязанности

В отечественной психологии наблюдается единство в определении близких отношений [2,5-7]. Авторы исследований относят «близкие отношения» к разновидности межличностных, диадических взаимодействий, имеющих большую значимость для партнеров, отличающихся определенным типом привязанности, оценкой привлекательности партнеров друг для друга, доверием, симпатией, влияющими на качество этих отношений и удовлетворенность ими. Вместе с этим, отмечается, что близкие отношения, например, такие, как романтические, могут сопровождаться негативными переживаниями партнеров [5].

Близкие (романтические) отношения являются фундаментом бытия молодых людей и взрослых. Важнейшей характеристикой близких отношений выступает привязанность и ее разновидность – «романтическая привязанность» [8-10]. Привязанность также трактуется, как «...разновидность межличностных отношений, основанных на потребности в психологической безопасности, которые устанавливаются в результате длительного взаимодействия, отличаются избирательностью, эмоциональностью и относительной устойчивостью» [2, с.8]. Т. В. Казанцева выделяет несколько типов привязанности [2]. Опросник «Опыт близких отношений» К. Бреннан и Р. К. Фрейли, адаптированный Т.В. Казанцевой [1], фиксирует тревожную стратегию поведения и стратегию избегания в близких отношениях. Дальнейшие адаптации данной методики подтверждают двухфакторную структуру стилей привязанности в близких отношениях [11,12].

В современной психологии изучение привязанности в близких, отношениях идет в нескольких направлениях.

Тип привязанности рассматриваются как фактор переживаний и совладания, например, с одиночеством [6]. Эмпирические факты подтверждают посредническую роль чувствительности к отвержению во взаимосвязях между самоотношением (self-compassion, самосостраданием) и одиночеством [8,13]. Тип привязанности в близких отношениях выступает в роли предиктора диадического копинга в паре [6], развития творческих способностей [14]. Тип привязанности влияет на психологическую адаптацию семьи в условиях глобальных вызовов [15], эмоциональная привязанность

оказывает воздействие на выраженность девиантной виктимности у подростков [16], на динамику аддиктивного поведения [17].

Тип привязанности вносит важный вклад в переживание человеком психологического благополучия, а нарушение системы привязанности способствует формированию направленности личности к суицидальному поведению [18]. Вывод о влиянии межпоколенной привязанности на оценки психологического благополучия подтверждает важнейшую роль привязанности в близких отношениях в выборе уровня оценки субъективного, психологического благополучия [19], в актуализации межпоколенной травмы, обусловленной отношениями привязанности у трех поколений [20]. На демонстрируемую юношами и девушками привязанность к романтическому партнеру влияет качество привязанности к родителям, особенности представлений о них и о своем романтическом партнере. Изучение особенностей привязанности к романтическому партнеру в зависимости от таких факторов, как взаимоотношения с родителями [8, 9], принадлежность к определенному поколению [8, 21], автономия, поддерживающая качество романтических отношений [8, 22], становятся актуальными предметными полями в психологии.

Не менее важным направлением в изучении близких отношений является определение взаимосвязей, взаимозависимостей различных параметров привязанности к партнеру и актуальных потребностей, личностных особенностей [23], успешной карьеры и романтических отношений, включающих поддержку, понимание, открытость, помощь, обсуждение проблем и т.д., романтическим партнером [24], взаимосвязи между привязанностью и коммуникативными реакциями, представленными в способах выражения ревности, обусловленных половыми различиями [25], между привязанностью и уровнями конфликтоустойчивости [26,27]. К. А. Чистопольская, С. Н. Ениколопов, С. Э. Дровосеков отмечают в своем исследовании взаимосвязи между тревожной привязанностью и самооценками, выраженностью отчуждения, склонностью к повышенной негативной эмоциональности, между избегающей стратегией и склонностью к одиночеству, неудовлетворенностью поддержкой со стороны близкого

человека [8, 18]. Обнаружено, что в основе взаимосвязей между тревожной, ненадежной привязанностью и склонностью к депрессии лежит стремление к подавлению рефлексии, к самосостраданию [28]. Данный вывод подтверждают результаты другого исследования, в котором констатируется, что тревожная и избегающая привязанность оказывают значительное прямое влияние на депрессивные симптомы и качество жизни, что опосредующим фактором выступает «холодное сострадание» к себе [29]. L. Cortés-García, B. Takkouche, R. Rodriguez-Cano, C. Senra, осуществившие метаанализ механизмов, опосредующих связи между ненадежной привязанностью и развитием депрессии, также пришли к выводу о том, что имеют значение такие факторы, как самокритичность, возвращение к одним и тем же мыслям, «холодное самосострадание» [8, 30]. Авторы этой работы считают, что необходимо проведение лонгитюдных исследований с целью выяснения взаимодействия вышеобозначенных факторов с другими особенностями межличностных отношений.

Более ранние исследования указывают на взаимосвязи между уровнями избегания, тревожной привязанностью и психическим здоровьем человека, где опосредующую роль выполняют особенности сострадания к себе [8, 31]. Выявлены взаимосвязи между негативным детским опытом и симптомами тревоги, уровень которой снижается при условии социальной поддержки и более низкого уровня сострадания к себе [32].

Таким образом, исследования близких отношений, типов привязанности в качестве детерминант переживаний партнеров, оценок ими субъективного благополучия, качества жизни, психического здоровья еще раз подтверждают фундаментальные выводы о безграничном воздействии этих факторов на всю систему отношений человека. Работы, приведенные выше, указывают на необходимость исследования различных типов привязанности, стратегий поведения в близких отношениях с целью объяснения их влияния на личность партнеров. В ряде работ констатируются взаимосвязи, взаимозависимости между типами привязанности в близких, отношениях и оценками партнеров друг друга, выбором ими коммуникативного поведения. Особое место занимают работы, в которых

осуществляется поиск факторов, опосредующих взаимосвязи между тревожной, избегающей привязанностью и различными особенностями личности. Вместе с этим, в исследованиях отмечаются различия между группами участников исследований в связи с преобладающими у них типами привязанности в близких отношениях, подчеркивается, что интенсивность этих различий определяется уровнями выраженности изучаемых переменных.

В работе А. С. Davis, S. Arnocky в рамках эволюционного подхода в связи с объяснением поведения, направленного на улучшение ВО, еще раз подчеркивается необходимость более пристального изучения влияния ВО на межличностные, близкие отношения [33]. В этих работах констатируется, что на отношение к ВО влияют многочисленные социокультурные факторы, включая воздействие сверстников, семьи, средств массовой информации. А. С. Davis, S. Arnocky фиксируют внимание на том, что историческая, межкультурная конкуренция, связанная с ВО, разворачивается в «поле желаний» потенциальных и реальных партнеров, что оценки привлекательности ВО, выбор тактик повышения привлекательности ВО для партнера противоположного пола, изменяющих ценность ВО, зависят от контекста [8, 33]. Как отмечают исследователи, красота для женщин является формой «культурного капитала», поскольку мужчины при выборе партнерши обращают большое внимание на ее физическую привлекательность [3]. Женщины в большей степени, чем мужчины, подвергаются социокультурному давлению, навязывающему идеальный ВО. Такие же выводы делают А. А. Осьминина, Т. Л. Крюкова, рассматривая факторы отношения женщин средней взрослости к собственному ВО [34]. Н. Шнаккенберг прямо пишет о том, что «... Инсинуации общества о том, что мы должны быть красивыми, чтобы заслужить любовь, – это фатальная форма притеснения, которая заставляет сотни тысяч из нас сидеть на диетах, голодать, переедать, истязать себя физическими упражнениями и страдать из-за нашей внешности, и всё это в попытках стать любимыми и угодными» [35, с.9]. Так, установлено, что тревога, связанная с соответствием телосложения современным социальным стандартам

обуславливает связи между различными характеристиками ориентации на образ тела и тревогой встречи с партнером, свидания с ним [8, 36]. Сострадание к себе, включающее доброе, внимательное, человеческое отношение рассматривалось в качестве фактора, опосредующего связи между воспринимаемым весом, сравнением и оценочными суждениями о внешнем облике у молодых людей в возрасте от 13 до 18 лет. Несмотря на взаимосвязи между этими переменными, более существенное влияние на них оказывают высокие уровни выраженности сострадания к себе у мальчиков, а на выборке девочек эти результаты не были воспроизведены [37]. В исследовании Н. А. Барышевой, Л. Н. Ожиговой были получены данные, указывающие на то, что значимыми личностными детерминантами удовлетворенности телом у девушек являются интегральное самоотношение, включающее самоуважение, аутосимпатию, самоинтерес, а также уверенность в себе, самопринятие, самопонимание [8, 38].

Результаты исследования взаимосвязей между генерализованной тревогой и неудовлетворенностью телом (стремление к худобе, к мускулистости) указывают на то, что эти связи опосредованы сочетанием пола и тревожного отношения к внешности [8, 39], выявлена взаимосвязь между аутоагрессией и особенностями восприятия тела у лиц с различной выраженностью депрессии [40]. Опосредующая роль сострадания к себе установлена в процессе изучения взаимосвязей между тревожной привязанностью и оценкой тела, внешности [8, 31]. Исследование N. M. McKinley, L. A. Randa, в котором изучались разнообразные характеристики образа тела и стратегии поведения (привязанности) в отношениях, показало, что особенности привязанности предсказывают удовлетворенность телом [41]. В поисках ответа на вопрос – «может ли социальная поддержка партнера быть предиктором образа женского тела и расстройств пищевого поведения?» – было осуществлено изучение взаимосвязей между стилями поддержки партнера и нарушением образа тела [8, 42]. Результаты этого исследования подтвердили, что получение поддержки от партнера и общей поддержки от других близких людей может быть напрямую связано с уровнями нарушения образа тела, с беспокойством,

связанным с ВО. Отсутствие поддержки предсказывает расстройство пищевого поведения у женщин. Работа M. F. Laus, S. Sebastião, S. S. Almeida, L. A. Klos была направлена на то, чтобы определить, насколько отличаются инвестиции мужчин и женщин, состоящих в романтических отношениях, во внешний облик, в оценках его значимости [43]. Кроме этого, указанные авторы изучили связь между опытом отношений (тип отношений, продолжительность отношений, приверженность, страсть и близость) и образом тела. На основе полученных данных авторы данной работы делают выводы о том, что длительность отношений является значимым предиктором неудовлетворенности телом, что, чем выше удовлетворенность отношениями, тем интенсивнее они воздействуют на более низкие уровни самооценки инвестиций и озабоченности избыточным весом в группе мужчин [8]. Сложившиеся отношения, их характеристики влияют в большей мере на образ мужского тела по сравнению с образом женского тела. E. Fornaini, C. Matera, A. Nerini, G. R. Policardo, C. Di Gesto поставили цель изучить влияние комментариев партнера, связанных с внешностью, на образ тела [44]. Результаты фиксируют различия между мужчинами и женщинами в росте неудовлетворенности телом в ответ на негативные комментарии по поводу ВО. Женщины, представляющие, что получают комплименты в связи с их телом, полагают, что партнеры принимают их. Они меньше боятся, что могут быть отвергнутыми или брошенными партнером. Эти сведения еще раз указывают на то, что оценки ВО, представленные в комментариях, играют важную роль в восприятии образа тела и определяют отношения в паре [8].

Не только самоотношение оказывает воздействие на образ тела, но и различное отношение к своему физическому «Я» воздействует на систему самоотношения личности [45]. Установлены различия в образе тела между девушками с разными типами привязанности к матери, воспитывающихся в полных и неполных семьях [46]. В исследовании Т. А. Шкурко описан феномен «асимметрия отношения к своему ВО» у женщин, состоящих в браке и отношения к нему партнера, а также показано, что мужчины, эмоционально отвергающие свою

мать, недовольны ВО своей жены [8, 47]. В работе В. А. Цуркина также рассматриваются особенности образа физического «Я» у участников исследования, имеющих различный опыт общения с матерью, обладающих отличными типами эмоциональной привязанности к ней [48]. Рассмотрено влияние семейных и социокультурных факторов на образ тела и отношение к своему телу у подростков [49]. И. И. Дроздова, Г. В. Сериков указывают на взаимосвязи между представлением старшеклассников о родительских оценках ВО и обеспокоенностью своим ВО [8, 50]. Важными являются выводы о взаимосвязях уровней удовлетворенности ВО молодыми людьми с их ценностно-смысловыми ориентациями и самоотношением [51].

Таким образом, на протяжении десятилетий исследователи констатируют взаимосвязи между близкими отношениями и особенностями отношения партнеров к ВО, что было отмечено в ряде наших работ [3,8,52,53]. Следуя особенностям изучения ВО, мы еще раз констатируем, что в них различные проблемы, связанные с ВО, обсуждаются в процессе изучения телесного, физического компонента ВО. Исследователи рассматривают такие феномены, как привлекательность физического компонента ВО для партнера противоположного пола, его значимость в отношениях различного вида, воздействие телесного образа на взаимодействие партнеров, их переживания, вызванные оценками физического компонента ВО. На наш взгляд, проблема заключается в том, что все эти феномены не изучаются в связи с рассмотрением целостного ВО. Кроме этого, они изучаются в качестве отдельных характеристик отношения к ВО. На периферии внимания исследователей остается рассмотрение стратегий поведения в близких отношениях в качестве предикторов отношения к ВО, включающему все феномены, названные выше [8].

В данной работе мы делаем акцент на изучении различий в отношении к своему ВО (значимость ВО, переживания, связанные с оценками ВО партнером, самооценка привлекательности ВО для партнера противоположного пола, оценка воздействия ВО на близкие, отношения) [8].

Цель исследования заключалась в реализации сравнительно-иерархического подхода к изучению выраженности комплекса компонентов отношения к ВО в близких отношениях и создании иерархии значимости различий в зависимости от уровня выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях.

В исследовании проверялась **гипотеза**: уровень выраженности комплекса компонентов отношения к ВО (значимость ВО, переживания, связанные с оценками ВО партнером, самооценка привлекательности ВО для партнера противоположного пола, оценка воздействия ВО на близкие отношения) может быть обусловлен уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях [8].

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 136 молодых людей в возрасте от 18 до 30 лет (71% женщин, 28,6% мужчин). По возрастному критерию участники исследования делятся на две возрастные группы, исходя из показателей медианы ($Me=23$) и моды ($Mo=23$), которые совпадают, а также из среднего значения возраста ($Mx=22,75$). Учитывая этот факт, к первой возрастной подгруппе отнесены участники исследования 18-22 лет (41,2%; $Mx=20,38$); во вторую подгруппу отнесены участники исследования в возрасте 23-30 лет (58,8%; $Mx=24,4$). Следует отметить тот факт, что представителей в возрасте от 18 до 20 лет – 22%; от 25 до 30 лет – 16,6%. Иными словами, возрастное ядро выборки представлено молодыми людьми в возрасте от 21 до 24 лет, 61,4%. В каждой возрастной группе наблюдается сопоставимая представленность мужчин и женщин (первая возрастная группа: 28,6% мужчин, 71,4% женщин; вторая возрастная группа: 25% мужчин, 75% женщин), что позволяет сравнивать изучаемые показатели как по критерию возраста, так и пола.

В соответствии со сравнительно-иерархическим подходом решение задач исследования осуществляется поэтапно.

На первом этапе рассматриваются уровни выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких

отношениях; уровни выраженности компонентов отношения к ВО (значимости ВО, уровни выраженности переживаний, возникающих в результате предъявления ВО партнеру, уровни оценок воздействия ВО на отношения с партнером, уровни самооценки привлекательности ВО для партнера противоположного пола). На этом этапе определяются различия в уровнях выраженности в зависимости от принадлежности к половой и возрастной группам [8].

На втором этапе осуществляется сравнительный анализ различий в уровнях выраженности вышеперечисленных компонентов отношения к ВО в группах, отличающихся уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях.

На третьем этапе создается иерархия значимости различий в уровнях выраженности компонентов отношения к ВО в группах, отличающихся уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях, а также определяется значимость различий в выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях в группах, отличающихся уровнями выраженности компонентов отношения к ВО [8].

Методики эмпирического исследования:

1. С целью определения выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях применялась методика «Опыт близких отношений» в адаптации Т. В. Казанцевой [1].

2. Методика «Самооценка генерализованного типа привязанности» («RQ») К. Бартоломью, Л. Хоровиц (K. Bartholomew и L. Horowitz) в адаптации Т. В. Казанцевой [2]. С помощью четырех шкал измеряется выраженность четырех типов привязанности: тип А – «надежный» или «безопасный», тип В – «тревожно-противоречивый»; тип С – «отстраненно-избегающий»; тип D – «боязливо-осторожный».

3. С целью определения отношения к ВО в близких, романтических отношениях диагностировались:

- самооценки привлекательности ВО для партнера противоположного пола, использовалась 10-бальная шкала,

входящая в методику «Оценочно-содержательная интерпретация своего ВО» [3].

- значимость ВО.

- выраженность переживаний, возникающих в результате предъявления ВО партнеру.

- мера зависимости отношений с партнером от ВО измерялись на основе пяти шкал [4]: 1. «Насколько вы уверены в том, что от вашего ВО зависят ваши отношения с партнером?»; 2. «Насколько для вас важны оценки вашего ВО партнером?»; 3. «Как часто вы испытываете чувство неловкости, когда партнер рассматривает ваш ВО?»; 4. «Часто ли возникают ситуации, в которых вы себя чувствуете скованно из-за вашего ВО в присутствии партнера?»; 5. «Насколько часто вы смущаетесь из-за вашего ВО в присутствии партнера?». Шкалы (3-5) измеряют выраженность переживаний, возникающих в результате предъявления ВО партнеру. В целом, на основе ответов участников исследования определяются три показателя: значимость ВО в близких отношениях; мера зависимости отношений с партнером от ВО; выраженность переживаний (неловкость, скованность, смущение), возникающих в результате предъявления ВО партнеру.

Математические процедуры:

1. С помощью процедуры рангового преобразования определялись уровни выраженности выше перечисленных переменных (низкий, средний; высокий), характерные для выборки участников исследования.

2. Критерий Н-Краскела-Уоллиса, позволяющий установить меру значимости различий между группами участников исследования, отличающихся уровнями выраженности вышеперечисленных показателей.

3. Частотный анализ, направленный на определение объема групп, отличающихся уровнем выраженности вышеперечисленных показателей.

4. Критерий U-Манна-Уитни, использованный с целью определения различий между группами, отличающихся уровнем выраженности того или иного показателя с учетом их принадлежности к определенной стратегии поведения в близких отношениях.

5. Корреляционный анализ по критерию Спирмена.

Результаты и их обсуждение

Распределения уровней выраженности изучаемых переменных представлены на рисунках 1-6.

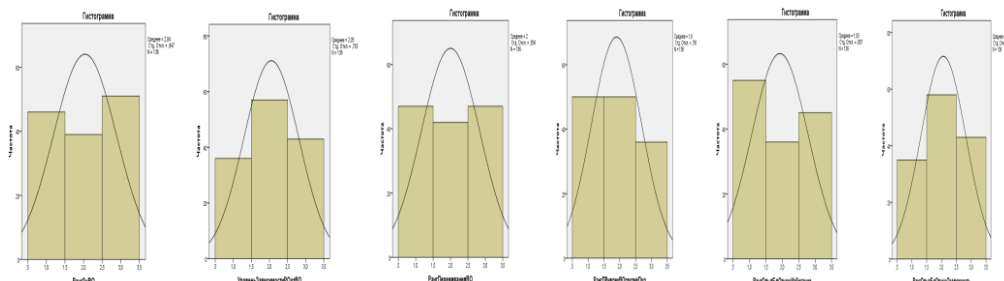


Рис.1. Рис.2. Рис.3. Рис.4. Рис.5. Рис.6.

Рисунок 1. Уровни оценок зависимости отношений с партнером от ВО

Рисунок 2. Уровни значимости ВО

Рисунок 3. Уровни выраженности переживаний (смущения, скованности, неловкости) в ситуации предъявления ВО партнеру

Рисунок 4. Уровни самооценок привлекательности ВО для партнера противоположного пола

Рисунок 5. Уровни выраженности тревожной стратегии поведения в близких отношениях

Рисунок 6. Уровни выраженности стратегии избегания в близких отношениях

У 25,7% участников исследования низкий уровень выраженности тревожной стратегии поведения в близких отношениях; у 31,6% – высокий уровень выраженности тревожной стратегии поведения в близких отношениях; у 40,4% – низкий уровень выраженности стратегии избегания в близких отношениях; у 33,1% – высокий уровень выраженности стратегии избегания в близких отношениях.

Различия в уровнях выраженности переменных, приведенных на рисунках 1-6, подтверждают значения критерия Краскела-Уоллиса. О различиях между уровнями значимости ВО свидетельствует $\chi^2=121,525$ ($p=0,000$); на различия в уровнях выраженности переживания, связанного с предъявлением ВО партнеру, указывает $\chi^2=121,612$ ($p=0,000$). Различия в уровнях оценки воздействия ВО на отношения с партнером также являются значимыми ($\chi^2=130,868$, $p=0,000$), как и различия в уровнях самооценок привлекательности ВО для

противоположного пола ($\chi^2=119,913$, $p=0,000$). Различия в уровнях выраженности тревожной стратегии поведения в близких отношениях ($\chi^2=120,0,85$, $p=0,000$), стратегии избегания в близких отношениях ($\chi^2=121,478$, $p=0,000$) подтверждает Н-критерий.

Отсутствуют значимые половые и возрастные различия в выраженности компонентов отношения к ВО, в выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях (Табл. 1).

Таблица 1

Половые и возрастные различия в выраженности комплекса компонентов отношения к ВО, в выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях, в выраженности типов привязанности (А, Б, С, Д)

Переменные	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Критерий	Группирующая переменная: пол									
U Манна-Уитни	1514,	1622,	1582,	1783,	1762,	1705,	1746,	1701,	1699,	1673,
					500			500	500	500
P	0,157	0,378	0,273	0,935	0,851	0,636	0,789	0,622	0,602	0,529
Критерий	Группирующая переменная: возрастная группа									
U Манна-Уитни	1950,	1911,	1952,	2100,	2161,	2173,	2094,	2214,0	2226,0	2026,
					500					000
P	0,199	0,144	0,194	0,535	0,725	0,765	0,515	0,907	0,948	0,340

Примечания. Переменные: 1. Самооценка привлекательности ВО для партнера противоположного пола; 2. Тип привязанности А; 3. Тип привязанности Б; 4. Тип привязанности С; 5. Тип привязанности Д; 6. Тревожная стратегия в близких отношениях; 7. Стратегия избегания в близких отношениях; 8. Значимость ВО; 9. Зависимость отношений с партнером от ВО; 10. Переживания, связанные с предъявлением ВО партнеру

В таблице 2 приводятся значения U-критерия, указывающие на различия в выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях, типов привязанности (А, Б, С, Д) между группами, имеющими низкий и

высокий уровни значимости ВО, самооценок привлекательности ВО для противоположного пола, переживаний, связанных с предъявлением ВО партнеру, оценок зависимости отношений с партнером от ВО.

Таблица 2

Различия в выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях, типов привязанности (А, Б, С, Д) между группами, имеющими низкий и высокий уровни выраженности компонентов отношения к ВО

Переменные	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Критерий	Группирующая переменная: Низкий и высокий уровни значимости отношений с партнером от ВО									
U Манна-Уитни	770,000	677,000	577,500	653,500	638,000	628,000	763,500	0,000	0,000	295,500
P	0,969	0,336	0,049	0,233	0,174	0,147	0,917	0,000	0,000	0,000
Критерий	Группирующая переменная: Низкий и высокий уровни переживаний, связанных с предъявлением ВО партнеру									
U Манна-Уитни	948,500	930,500	1033,000	979,500	999,500	1015,500	751,500	582,500	577,000	,000
P	0,237	0,185	0,580	0,342	0,419	0,497	0,007	0,000	0,000	0,000
Критерий	Группирующая переменная: Низкий и высокий уровни привязанности ВО									
U Манна-Уитни	1132,500	1015,500	884,000	1014,500	980,500	965,000	1102,500	,000	45,000	617,000
P	0,769	0,251	0,033	0,249	0,158	0,130	0,606	0,000	0,000	0,000
Критерий	Самооценка привлекательности ВО для партнера противоположного пола									
U Манна-Уитни	0,000	565,500	620,000	842,000	634,000	758,500	726,500	872,500	892,500	777,500
P	0,000	0,003	0,013	0,609	0,019	0,211	0,125	0,807	0,945	0,279

Примечание: название переменных 1-10 смотри под таблицей 1

Отличается выраженность привязанности типа Б между группами с низким и высоким уровнями оценок зависимости отношений с партнером от ВО (U=577,000, p=0,049), между

группами с низким и высокими уровнями значимости ВО (U=884,000, p=0,033), между группами с низкими и высокими оценками привлекательности ВО для партнера противоположного пола (U=620,000, p=0,013).

Уровни выраженности таких типов привязанности, как А (U=656,500; p=0,003), Д (U=620,000; p=0,013) отличаются между группами с низкой и высокой самооценкой привлекательности ВО для партнера противоположного пола.

Выраженность тревожной стратегии (U=751,500; p=0,007) и стратегии избегания (U=582,500; p=0,000) в близких отношениях отличается в группах с низким и высоким уровнями переживаний, связанных с предъявлением ВО партнеру.

Исходя из показателей U и P (Табл. 3), среднего ранга каждой переменной в группах с низким и высоким уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях, можно констатировать, что

- типы привязанности Б (U=447,000, p=0,002) и Д (U=525,500, p=0,021) значимо выше выражены в группе с высоким уровнем тревожной стратегии поведения в близких отношениях. Для этой группы участников исследования является характерной более высокая оценка значимости ВО (U=532,500, p=0,025), зависимости отношений с партнером от ВО (U=564,000, p=0,046) [8].

Таблица 3

Различия в выраженности компонентов отношения к ВО между группами с низким и высоким уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях

Показатели	1	2	3	4	5	6	7	8
Критерий	Различия между подгруппами, отличающимися выраженностью тревожной стратегии в близких отношениях							
U Манна-Уитни	627,500	564,000	447,000	437,000	525,500	532,500	564,000	606,000
P	0,206	0,057	0,002	0,001	0,021	0,025	0,046	0,137
Критерий	Различия между подгруппами 1 и 3, отличающихся выраженностью стратегии избегания в близких отношениях							

U Манна-Уитни	947,000	737,500	878,000	1028,500	865,500	1208,500	1237,500	862,000
P	0,043	0,000	0,011	0,145	0,009	0,838	1,000	0,009

Примечания. Переменные: 1. Самооценка привлекательности ВО для партнера противоположного пола; 2. Тип привязанности А; 3. Тип привязанности Б; 4. Тип привязанности С; 5. Тип привязанности Д; 6. Значимость ВО; 7. Зависимость отношений с партнером от ВО; 8. Переживания, связанные с предъявлением ВО партнеру

- типы привязанности А ($U=564,000$, $p=0,057$) и С ($U=437,000$, $p=0,001$) выше выражены в группе с низким уровнем тревожной стратегии поведения в близких отношениях [8].

- различия между подгруппами, отличающихся выраженностью стратегии избегания в близких отношениях, заключаются в том, что такие компоненты отношения к ВО, как переживания, связанные с ВО в ситуации предъявления ВО партнеру ($U=862,000$, $p=0,009$), значимо выше в группе с высоким уровнем выраженности стратегии избегания в близких отношениях. Такие типы привязанности, как Б ($U=878,000$, $p=0,011$), Д ($U=865,500$, $p=0,009$) также значимо выше выражены в группе с высоким уровнем стратегии избегания в близких отношениях [8].

- в группе с низким уровнем выраженности стратегии избегания в близких отношениях более высокие самооценки привлекательности ВО для партнера противоположного пола ($U=947,000$, $p=0,043$), также, как и тип А привязанности ($U=737,500$, $p=0,000$) [8].

На завершающем этапе данного исследования была создана иерархия значимости различий в уровнях выраженности компонентов отношения к ВО в группах, отличающихся уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях, а также иерархия значимости различий в выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях в группах, отличающихся уровнями выраженности компонентов отношения к ВО [8].

Иерархия значимости различий в уровнях выраженности компонентов отношения к ВО в группах, отличающихся уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях, не совпадает (Табл.3) [8].

На первом месте в группах с низкой и высокой выраженностью тревожной стратегии поведения находятся показатели различий в значимости ВО ($p=0,025$), затем следуют различия в мерах зависимости отношений с партнером от ВО ($p=0,046$).

Группы, характеризующиеся низким и высоким уровнями выраженности стратегии избегания в близких отношениях, отличаются сильнее всего в выраженности переживаний, возникающих в ситуации предъявления своего ВО партнеру ($p=0,009$), затем в степени позитивности самооценок привлекательности ВО для партнера противоположного пола ($p=0,046$).

Учитывая то, что между низкой выраженностью тревожной стратегии и стратегии избегания отсутствуют значимые взаимосвязи ($r=0,028$, $p=0,839$), как и между показателями, указывающими на высокий уровень выраженности тревожной стратегии поведения и стратегии избегания ($r=0,069$, $p=0,651$), можно заключить, что:

- выраженность тревожной стратегии поведения и стратегии избегания обуславливают уровни выраженности различных компонентов отношения к ВО.

- высокий уровень тревожной стратегии поведения в близких отношениях обуславливает высокий уровень значимости ВО, высокую оценку зависимости отношений с партнером от ВО.

- высокий уровень выраженности стратегии избегания в близких отношениях приводит к высокому уровню выраженности переживаний, возникающих в ситуации предъявления своего ВО партнеру, и снижает уровень самооценки привлекательности ВО для партнера противоположного пола.

Выводы

Характерным для участников исследования является различная выраженность тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях, которые формируются в процессе взаимодействия с другими людьми на различных этапах жизненного пути и которые актуализируются в значимых

отношениях, к которым, безусловно, относятся близкие отношения.

В данном исследовании был реализован сравнительно-иерархический подход к изучению выраженности комплекса компонентов отношения к ВО и предпринята попытка создать иерархию значимости различий в зависимости от уровня выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях. В эмпирической части исследования были получены данные, которые указывают на то, что уровни выраженности самооценок привлекательности ВО для партнера противоположного пола, значимости ВО, оценок зависимости отношений с партнером от ВО, выраженности переживаний (смущение, скованность, неловкость) в ситуации предъявления ВО партнеру обусловлены уровнями выраженности тревожной стратегии и стратегии избегания в близких отношениях. Такие типы привязанности, как Б («тревожно-противоречивый», для которого является характерным негативное восприятие себя, но позитивное других людей) и Д («боязливо-осторожный», представители которого негативно воспринимают как себя, так и Других), значимо выше выражены в группе с высоким уровнем тревожной стратегии поведения в близких отношениях. Как отмечает Т.В. Казанцева, человек, с выраженным типом привязанности Б и Д, признает факт зависимости в близких отношениях, но демонстрирует негативную установку на взаимозависимость. В целом, отношения носят пассивно-беспомощный характер. Поэтому неслучайно, что для этой группы участников исследования является характерной более высокая оценка значимости ВО в близких отношениях, зависимости отношений с партнером от ВО. Молодые люди с высоким уровнем выраженности тревожной стратегии поведения и стратегии избегания в близких отношениях переносят «ответственность» за развитие отношений на ВО и его оценку партнером, считают, что развитие их отношений зависит от ВО и от отношения к нему партнера [8].

Молодые люди, независимо от принадлежности к определенному полу, но имеющие низкий уровень выраженности тревожной стратегии поведения и стратегии избегания в близких отношениях, более высокий уровень выраженности

привязанности типа А (позитивные восприятие, оценка себя и Других), будут придавать меньшее значение ВО для развития близких отношений, силе его воздействия на отношения с партнером, в меньшей мере будут испытывать чувства смущения в ситуации предъявления своего ВО партнеру. Если выражены типы привязанности Б и Д, стратегия избегания и тревожного поведения в близких отношениях, то будет повышаться зависимость отношений от ВО и от отношения к нему партнеров [8]. Эти выводы согласуются с выводами группы авторов P. W. Eastwick, L. V. Luchies, E. J. Finkel, L. L. Hunt, которые получили данные о том, что мужчины и женщины практически одинаково оценивают физическую привлекательность в качестве характеристики образа идеального романтического партнера [54]. На основе анализа большого количества работ M. F. Laus, S. Sebastião, S. S. Almeida, L. A. Klos пришли к выводу об универсальной значимости привлекательного ВО в партнерских отношениях мужчин и женщин [43]. Следовательно, не столько пол определяет отношение к компонентам ВО, сколько опыт близких отношений.

Полагаем, что требуют проверки данные о влиянии стратегий поведения в близких отношениях на компоненты отношения к ВО. Возможно выдвижение гипотезы о влиянии отношения к ВО на выбор стратегий поведения в близких отношениях. С целью проверки данной гипотезы необходимо увеличить возрастные показатели участников исследования, обратиться к анализу накопившегося опыта близких отношений, к рассмотрению жизненной динамики удовлетворенности ВО и его ценности.

Практическая направленность выполненного исследования заключается в привлечении специалистов к разработке образовательных и практико-ориентированных программ, направленных на формирование более позитивного отношения к ВО и снижения зависимости от него в близких отношениях.

Работа выполнена при финансовой поддержке Российского научного фонда, проект № 22-28-01641 «Детерминанты влияния оценок внешнего облика на межличностные отношения и субъективное благополучие».

Список источников

1. Казанцева Т. В. Адаптация модифицированной методики “Опыт близких отношений” К. Бреннан и Р.К. Фрейли // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2008. № 34 (74). С. 139–143.

2. Казанцева Т. В. Социально-психологические детерминанты межличностной привязанности // Автореф.... канд. психол. наук. Санкт-Петербург; 2011.

3. Социальная психология внешнего облика: теоретические подходы и эмпирические исследования. Коллективная монография / Под науч. редакцией проф. В.А. Лабунской, доц. Г.В. Серикова, доц. Т.А. Шкурко. Ростов-на-Дону: Изд-во «Мини-Тайп»; 2019.

4. Гура О.Р. Влияние стратегии избегания близости на степень значимости внешнего облика в отношениях с романтическим партнером В сб.: Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография / отв. редактор А.Г. Фаустова; ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. Рязань: ОТСиОП. 2022.

5. Григорова Т. П. Продуктивность и субъективная оценка совладания со стрессом разрыва близких отношений у девушек // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. Т.23, № 3. С. 115–121.

6. Крюкова Т. Л. Совладание с жизненными стрессами у партнеров близких отношений: что способствует позитивным последствиям? // Вестник Костромского государственного университета. Сер.: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. Т.23, № 4. С.70-76.

7. Смирнова Н. С., Екимчик О. А., Григорова Т. П. Динамические аспекты близких (романтических) отношений и совладающего поведения партнеров // Вестник Костромского государственного университета имени Н.А. Некрасова. 2014. Т. 20, № 6. С.278-284.

8. Лабунская В. А. Стили привязанности в близких отношениях и их влияние на отношение к внешнему облику //

Психологический журнал. 2023. Т. 44, № 3. С. 26-35. doi: 10.31857/S020595920026154-5.

9. Гарвард О.О., Сабельникова Н.В. Привязанность к романтическому партнеру юношей и девушек с разными особенностями взаимоотношений с родителями // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. 2017. № 1. С. 27–35.

10. Екимчик О.А. Близкие отношения мужчины и женщины как контекст диадического стресса и копинга // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. Т. 23, № 4. С. 77–82.

11. Чистопольская К.А., Митина О.В., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Семикин Г.И., Чубина С.А., Озоль С.Н., Дровосеков С.Э. Адаптация краткой версии «Переработанного опросника – Опыт близких отношений» (ECR-R) на русскоязычной выборке // Психологический журнал. 2018. Т.39, № 5. С. 87-98. doi: 10.31857/S020595920000838-7

12. Сабельникова Н.В., Каширский Д.В. Опросник привязанности к близким людям // Психологический журнал. 2015. Т.36, № 4. С. 84–97.

13. Borawski D, Nowak A. As long as you are self-compassionate, you will never walk alone. The interplay between self-compassion and rejection sensitivity in predicting loneliness // J. Psychol. 2022. № 57(5). P.621-628. doi: 10.1002/ijop.12850

14. Сабельникова Н.В., Каширский Д.В., Мошкина В.В. Роль качества привязанности к близким людям в развитии творческих способностей студентов художественного колледжа // Вестник Владимирского государственного университета им. Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых. Серия: Педагогические и психологические науки. 2020. Т.43, №62. С.135-148.

15. Карабанова О.А., Шевлякова Е.В. Тип привязанности как фактор психологической адаптации семьи в условиях глобальных вызовов // Международный научно-исследовательский журнал. 2022. №11 (125). doi: <https://doi.org/10.23670/IRJ.2022.125.108>

16. Жихарева Л.В. Особенности эмоциональной привязанности у подростков, склонных к девиантной виктимности // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2018. Т. 4, № 4. С. 96-106. doi: 10.18413/2313-8971-2018-4-4-0-9

17. Калмыкова Е.С., Гагарина, М.А., Падун, М.А. Роль типа привязанности в генезе и динамике аддиктивного поведения. Часть II // Психологический журнал. 2007. Т. 28. №1. С. 107–144.

18. Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н., Дровосеков С.Э. Взрослая романтическая привязанность у молодых людей в повседневности и при суицидальных переживаниях // Суицидология. 2021. Т.12, № 1. С. 109–125. doi.org/10.32878/suiciderus.21-12-01(42)-109-125.

19. Зиновьева Д. М. Межпоколенческая передача «надежной привязанности» как ресурс психологического благополучия // Известия Саратовского университета. Новая серия. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2017. Т. 6, Вып. 4. С. 361-366. doi: 10.18500/2304-9790-2017-6-4-361-366

20. Куфтяк Е.В. Отношение привязанности в трех поколениях женщин и межпоколенная травма // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. 2014. № 4. С. 159-165.

21. Мельникова О. Т., Тычинина М. И. Модели романтических отношений и нарративная идентичность представительниц поколений X, Y, Z // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2022. № 2. С. 47–69. doi: 10.28995/2073-6398-2022-2-47-69

22. Клейн К., Костенко В. Самодетерминация в романтических отношениях: адаптации опросника и уточнение конструкта // Психологические исследования. 2021. № 14(78). <https://doi.org/10.54359/ps.v14i78.126>.

23. Гвоздева Д.И. Взаимосвязь компонентов романтической привязанности к партнеру с актуальными потребностями и личностными чертами у мужчин и женщин // Психолог. 2018. № 6. С. 80–87. doi: 10.25136/2409-8701.2018.6.28220

24. Когель Д.Д., Рикель А.М. Представления о взаимосвязи успешности карьеры и романтических отношений // Национальный психологический журнал. 2015. №1(17). С.111-118. doi: 10.11621/npj.2015.0113

25. Фурманов И.А. Взаимосвязь стиля привязанности и коммуникационных реакций на ревность: половые сходства и различия // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10. № 1. С. 115–133. doi: 10.17759/sps.2019100107

26. Жамьяндабаева Е. А. Взаимосвязь между типом психологической привязанности и уровнем конфликтоустойчивости у студентов // Наука, образование сегодня. 2021. №2(61). С.108-11.

27. Краси́ло Т.А., Кежватова Е.А. Взаимосвязь между типом привязанности и уровнем конфликтности у студентов // Социальная психология и общество. 2017. Т. 8, № 2. С. 85-100. doi: 10.17759/sps.2017080206.

28. Murray CV, Jacobs JJ, Rock AJ, Clark GI. Attachment style, thought suppression, self-compassion and depression: Testing a serial mediation model // PLoS One. 2021. № 14. doi: 10.1371/journal.pone.0245056.

29. Brophy K, Brähler E, Hinz A, Schmidt S, Körner A. The role of self-compassion in the relationship between attachment, depression, and quality of life // J. Affect Disord. 2020. № 1. P.260-268. doi: 10.1016/j.jad.2019.08.066.

30. Cortés-García L, Takkouche B, Rodriguez-Cano R, Senra C. Mediation mechanisms involved in the relation between attachment insecurity and depression: A meta-analysis // J. Affect Disord. 2020. № 1. P.706-726. doi: 10.1016/j.jad.2020.08.082.

31. Raque-Bogdan TL, Piontkowski S, Hui K, Ziemer KS, Garriott PO. Self-compassion as a mediator between attachment anxiety and body appreciation: An exploratory model // Body Image. 2016. № 19. P.28-36. doi: 10.1016/j.bodyim.2016.08.001.

32. Chi X, Jiang W, Guo T, Hall DL, Luberto CM, Zou L. Relationship between adverse childhood experiences and anxiety

symptoms among Chinese adolescents: The role of self-compassion and social support // *Curr Psychol.* 2022. № 8. P.1-13. doi: 10.1007/s12144-021-02534-5.

33.Davis A.C., Arnocky S. An Evolutionary Perspective on Appearance Enhancement Behavior // *Archives of sexual behavior.* 2022. № 51(1). P.3-37. doi: 10.1007/s10508-020-01745-4.

34.Осьминина А.А., Крюкова Т.Л. Факторы отношения женщин средней взрослости к собственному внешнему облику // *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика.* 2020. Т. 26, № 2. С. 56–62. doi: 10.34216/2073-1426-2020-26-2-56-62.

35.Шнаккенберг Н. Мнимые тела, подлинные сущности: Преодоление конфликтов идентичности с внешностью и возвращение к подлинному Я / Пер. с англ. 3-е изд. Калининград: Изд-во Phoca Books; 2019.

36.Swami V, Robinson C, Furnham A. Associations between body image, social physique anxiety, and dating anxiety in heterosexual emerging adults // *Body Image.* 2021. № 39. P.305-312. doi: 10.1016/j.bodyim.2021.10.004..

37.Rodgers RF, Franko DL, Donovan E, Cousineau T, Yates K, McGowan K, Cook E, Lowy AS. Body image in emerging adults: The protective role of self-compassion // *Body Image.* 2017. № 22. P.148-155. doi: 10.1016/j.bodyim.2017.07.003.

38.Барышева Н. А., Ожигова Л.Н. Личностные детерминанты удовлетворенности телом у девушек // *Южно-российский журнал социальных наук.* 2021. Т.22. № 2. С. 143–158.

39.Pritchard M, Brasil K, McDermott R, Holdiman A. Untangling the associations between generalized anxiety and body dissatisfaction: The mediating effects of social physique anxiety among collegiate men and women // *Body Image.* 2021. № 39. P. 266-275. doi: 10.1016/j.bodyim.2021.10.002.

40.Ениколопов, С., Медведева, Т., Воронцова, О., Бойко, О., Жабина Д. Аутоагрессия и психологические аспекты

восприятия тела при депрессии // Психологические исследования. 2022. № 15(81). С. 4-8.

41. McKinley, N. M., & Randa, L. A. Adult attachment and body satisfaction an exploration of general and specific relationship differences // *Body Image*. 2005. 2(3). P.209–218.

42. Weller Ja. E. Dziegielewski S. F. The Relationship Between Romantic Partner Support Styles and Body Image Disturbance // *Social Journal of Human Behavior in the Social Environment*. 2005. V.10, Is. 2. P. 71-92.

43. Laus M.F., Sebastião S. Almeida S.S. Klos L.A. Body image and the role of romantic relationships // *Cogent Psychology*. 2018. V.5, Is. 1. Article 1496986.

44. Fornaini, E., Matera, C., Nerini, A., Policardo, G. R., & Di Gesto, C. The Power of Words: Appearance Comments from One's Partner Can Affect Men's Body Image and Women's Couple Relationship // *International journal of environmental research and public health*. 2021. 18(17). 9319. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph18179319>.

45. Клева В.Н., Чернявская В.С. Факторы самооотношения лиц с разным отношением к физическому «Я» // *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*. 2021. Т. 27, № 2. С. 88–96. doi: <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-2-88-96>.

46. Уварова, М. И. Образ тела у девушек из полных и неполных семей с разными типами привязанности к матери // *Молодой ученый*. 2022. № 44 (439). С. 314-315.

47. Шкурко Т.А. Предикторы и корреляты эмоционального отношения к своему внешнему облику и внешнему облику партнера у супругов, состоящих в зарегистрированном и незарегистрированном браке // *Южно-Российский журнал социальных наук*. 2019. Т. 20, № 3. С. 167-186. doi: [10.31429/26190567-20-3-167-186](https://doi.org/10.31429/26190567-20-3-167-186).

48. Цуркин В.А. Образ физического "Я" у лиц с разными типами эмоциональной привязанности к матери. Автореф....

канд. дисс. ФГБОУ ВПО «Ярославский государственный педагогический университет им. К. Д. Ушинского»; 2015.

49.Ерохина Е. А., Филиппова Е. В. Образ тела и отношение к своему телу у подростков: семейные и социокультурные факторы влияния (по материалам зарубежных исследований) [Электронный ресурс]// Современная зарубежная психология. 2019. Т. 8, № 4. С. 57-68. doi: 10.17759/jmfr.2019080406.

50.Дроздова И. И., Сериков Г. В. Представления о родительских оценках внешнего облика в связи с обеспокоенностью им у старшеклассников // Экспериментальная психология. 2020. Т. 13. № 4. С. 151162. doi: <https://doi.org/10.17759/exppsy.2020130411>.

51.Фассахова Т. А., Добрынин И. М., Взаимосвязь уровня удовлетворенности внешностью с ценностно- смысловыми ориентациями и самоотношением в период молодости//Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 28, № 3. С. 108–117. doi: <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-3-108-117>.

52.Лабунская В.А. Тренды изучения отношения к внешнему облику с позиций прикладной социальной психологии // Социальная психология и общество. 2021. Т. 12, № 3. С. 128–150.

53.Лабунская В.А. Иерархия интенсивности воздействия гендерно-возрастных факторов, самооценок внешнего облика на субъективное благополучие // «Институт психологии РАН. Социальная и экономическая психология». 2022. Т.7, №4 (28). С.29-53. doi: 10.38098/ipran.sep_2022_23_4_02.

54.Eastwick P. W., Luchies L. B., Finkel E. J. The predictive validity of ideal partner preferences: A review and meta-analysis // Psychological Bulletin. 2014. №140(3). P.623–665. doi:10.1037/a0032432.

Автор, ответственный за переписку: В.А. Лабунская, vlab@sfedu.ru

СУБЪЕКТИВНАЯ ОЦЕНКА УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ ПО ФОТОГРАФИИ ЛИЦА ЧЕЛОВЕКА

Яковлева Н.В., Гуськова Н.В.

*Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И.П. Павлова, Рязань, Россия*

Аннотация. В работе представлен обзор психологических исследований восприятия лица человека по предъявленной фотографии. Вопросы оценки личностных особенностей человека по изображению лица активно исследуется в психологической науке. Объект нашего исследования – процесс оценки уровня здоровья при восприятии фотографии с изображением лица человека. Был создан экспериментальный материал для оценки уровня здоровья по фотографиям, включающий 51 фотографическое изображение мужчин и женщин разных возрастных групп в разных позах и с разными выражениями лица. Были выявлены особенности изображения лиц, которые подавляющим большинством испытуемых воспринимаются как здоровые и нездоровые.

Ключевые слова: психология восприятия лица; визуальные индикаторы здоровья; структурированный стимульный материал

Еще с древних времен лицо человека привлекало внимание мыслителей, ученых и исследователей. Физиогномикой занимались греческий философ Пифагор, выдающиеся врачи Древней Греции и Древнего Рима Гален и Цельс, мыслитель Цицерон и др. Один из самых известных трудов, который был посвящен изучению человеческого лица, принадлежит Аристотелю. Он считается одним из создателей учения о физиогномике. Аристотель применял данное направление для распознавания душевных качеств людей по их внешности. Положения Аристотеля долгое время служили основой для наблюдений исследователей [1].

Русским последователем физиогномики считается профессор И. А. Сикорский. В 1861 г. он написал книгу

«Всеобщая психология с физиогномикой», в которой широко использовал литературные примеры и копии художественных картин. В другой своей книге, «Физиогномика в иллюстрированном изложении», профессор описал черты, которые отличают здорового человека от больного: напряжение, бодрость, мимика радости, свежесть, прямолинейность бровей. В свою очередь, противоположные черты свидетельствуют о слабости, усталости, болезненности человека [2].

В работах З. П. Лемешевской говорится, что под физиогномикой понимают выражение лица человека и его характерные черты. Лицо можно поделить на три зоны – верхнюю, среднюю и нижнюю [3].

Верхняя часть – «интеллектуальная», она начинается у линии волос и заканчивается линией бровей. Считается, что форма лба и его величина определяют реальное понимание жизни и мыслительную деятельность. Средняя часть лба – «эмоциональная», она начинается с нижней части бровей и заканчивается у самого кончика носа (равна длине носа). Данная часть отражает душевную глубину, степень чувствительности и внутреннее содержание. Нижняя часть лица – «витальная», она включает в себя линии ноздрей, губы, подбородок. Витальная часть даёт представление о наслаждении, любви, низменных инстинктах человека [3].

Большое внимание при изучении физического облика человека уделяли мимике лица и эмоциональным состояниям человека по проявлениям экспрессии.

В 1971 г. был выпущен атлас «Лицо больного», авторами которого являются В. В. Куприянов, Л. М. Сухаревский, Г. Д. Новинский. Авторы изучали внешнюю картину болезни по выражению лица у здоровых и больных людей. Советский анатом В. В. Куприянов критиковал физиогномистов и писал: «Физиогномисты верили в абсурдные предположения, будто форма носа предопределяется темпераментом» [4].

В. В. Куприянов считал, что у здоровых людей естественные мимические реакции могут быть изменены из-за условностей или под влиянием воспитания, а на лицах больных людей их психические реакции и физическое состояние выражаются в мимике в непосредственном, натуральном виде.

Именно поэтому физическое и эмоциональное состояния больного можно считать за истину [4].

В книге «Лицо больного» в главе «Лицо в патологии» Л. М. Сухаревский, ссылаясь на работы К. Клемперера, описывал «нормальное выражение лица как фактор соматической полноценности». Также были выделены понятия «гармоничное лицо» как живая, обычная для каждого человека мимика, здоровое выражение лица; «дисгармоничное лицо» как адинамичное, малоподвижное, тускнеющее лицо умирающего. В данной главе были описаны выражения лиц при разных заболеваниях, таких как холера, базедовизм, микседема, опухоли, менингиты, энцефалиты и т.д. [4].

К характеристикам лица с патологией относятся: истощение, слишком выдающиеся скуловые кости, бледность кожных покровов, их желтизна, яркие пунцовые «розы» на щеках, морщины, дряблая кожа, отеки лица, потливая, блестящая кожа, значительные мешки под глазами, сглаженные носо-губные складки, изменение формы носа, поднимающееся верхнее веко, суженные глазные щели либо широко раскрытые, выступающие глаза, блестящие, неподвижно устремлённые глаза, усиление или угнетение мимической деятельности, парезы мышц, асимметрия, сонное, усталое выражение лица, напряжённое, настороженное лицо, страдальческое выражение лица, выражение тревоги на лице, ранее поседение [4].

Е. А. Никитина в статье «Восприятие здоровья по изображениям лиц», ссылаясь на работы многих исследователей, выделила три типа параметров, которые коррелируют со здоровьем человека и его красотой. Данные параметры – усредненность и выраженность половых черт, симметричность лица [5]. В своей работе Е. А. Никитина исследовала состояние здоровья человека, которое отражается на его лице, использование лица как носителя информации о состоянии здоровья при диагностике в медицине, использование черт лиц, отражающих состояние здоровья героев, в произведениях искусства. Проведя исследование, автор сделала следующие выводы: наиболее часто используемыми характеристиками, которые отражают здоровье/болезнь человека, в практике врачей и деятелей искусств являются – выраженность жировой ткани в

диапазоне от крайней худобы до полноты, цвет лица, блеск или тусклость взгляда, эмоциональное выражение лица. Отмечено, что отрицательные эмоции выступают как признак болезни изображённого человека [5].

В психологической науке наблюдается тенденция в исследовании взаимосвязи привлекательности и здоровья человека. В своей работе V. A. Reis, D. W. Zaidel пишут: «В биологической и эволюционной теории привлекательность и здоровье – почти синонимы». В исследовании авторы доказали данную связь, исследуя лево-правую организацию проявления здоровья на лице и сопоставив данные результаты с ранее полученными авторами суждениями о привлекательности [6].

D. W. Zaidel, S. M. Aarde, K. Baig для того, чтобы определить взаимосвязь между симметрией лица и внешним видом привлекательности лица, провели исследование, в котором сравнивались привлекательность с внешним видом здоровья, а также с симметрией. Исследователи провели три эксперимента, в которых измерялись оценки симметрии, здоровья и привлекательности на лицах, которые были изображены на фотографиях без цифровых вмешательств. Авторы экспериментально доказали достаточно сильную связь между здоровьем и симметрией, но слабую связь между привлекательностью и симметрией [7]. Можно сделать вывод, что отклонения от симметрии являются критическими единицами восприятия при определении здоровья человека.

В нашей работе мы основываемся на концепции системогенеза чувственного восприятия, созданной В. А. Барабанчиковым. Данная концепция базируется на том, что восприятие – это событие в жизни человека, которое имеет прошлые предпосылки и влияет на настоящее и будущее. Оно позволяет человеку ориентироваться в окружающем мире и реализуется в изменяющихся взаимоотношениях между человеком и миром. Восприятие требует специальных средств и условий. Основным системообразующим фактором восприятия является адекватное отражение действительности [8].

В работе рассматривались три составные части межличностного восприятия: субъект – воспринимающая личность, объект – ситуация с другим человеком, взаимодействие

между ними – восприятие человека человеком в определенных условиях. В невербальном общении люди выступают как субъекты и объекты восприятия друг для друга [8].

В своей работе С. М. Федосееенкова описывает три уровня межличностной перцепции, которые включают в себя простейший контакт между людьми, систему взаимодействия людей и образование эталонов восприятия других людей на протяжении всей жизни [9].

В процессе восприятия человек старается распознать невербальные проявления другого человека, сравнивает их между собой и делает выводы о личностных особенностях человека. Это же происходит и в виртуальной среде, когда реальный человек заменяется его фотографией [8].

Проблема исследования в том, что в настоящее время в отечественной психологии активно исследуются вопросы оценки личностных особенностей человека по его изображению. Однако наш интерес лежит в плоскости изучения оценки уровня здоровья при восприятии фотографии с изображением лица человека. Количество исследований, в которых содержится попытка экспериментально изучить данную проблему, сравнительно невелико. Также еще не решена проблема изучения визуальных критериев здоровья при восприятии человека.

Цель исследования – изучение субъективной оценки уровня здоровья человека по фотографии лица.

Задачи исследования:

- 1) провести изучение научной литературы, посвященной особенностям восприятия лица человека по фотографии;
- 2) создать экспериментальный материал для методики «Лицо здорового человека»;
- 3) набрать выборку для проведения исследования;
- 4) исследовать с помощью методики оценку уровня здоровья человека по фотографии лица;
- 5) провести анализ результатов исследования с помощью контент-анализа и метода математической статистики;
- 6) сделать выводы относительно полученных результатов.

Объект исследования: субъективная оценка уровня здоровья человека.

Предмет исследования: субъективная оценки уровня здоровья человека по фотографии лица.

Материалы и методы

При проведении исследования мы использовали экспериментальную методику «Лицо здорового человека», целью которой является выбрать лица, которые кажутся здоровыми и нездоровыми.

В качестве стимульного материала для экспериментальной методики «Лицо здорового человека» использовалась 51 фотография формата 9*9 см. На фотографиях изображены: 24 мужских лиц и 27 женских лиц трех возрастных групп (ранняя зрелость, зрелость, поздняя зрелость) без фона, в черно-белых тонах. Фотографии были заимствованы с сайта StockSnap.io с лицензией CC0. Фотографии были обработаны на сайтах PhotoRoom и Fotor.

Проведя анализ литературы, мы выделили несколько критериев, по которым были отобраны фотографии для эксперимента: улыбка на лице; асимметрия изображения лица; состояние кожи лица.

Инструкция, предъявляемая респондентам: «Посмотрите внимательно фотографии и оцените, какие люди, по Вашему мнению, здоровы, а какие – не здоровы. Выберете до 5 фотографий в каждую группу и опишите данные фотографии».

Фотографии предъявлялись респондентам с задачей оценить и выбрать из них до 5 изображений здоровых лиц и до 5 изображений нездоровых лиц, по их мнению. Далее респонденты давали объяснения, почему они выбрали данные фотографии.

Обработка данных осуществлялась контент-анализом.

В исследовании приняли участие 54 респондента: 30 женщин в возрасте 18-84 года, 24 мужчины в возрасте 20-70 лет.

Результаты и их обсуждение

Опрос респондентов позволил выявить эталоны здоровья и нездоровья при выборе фотографий с изображением лиц.

Наиболее популярными изображениями здоровых людей были следующие фотографии (Рис. 1).



Рисунок 1. Наиболее популярные изображения здоровых

В качестве изображений нездоровых людей были выбраны следующие фотографии (Рис. 2).



Рисунок 2. Наиболее популярные изображения нездоровых

Чаще эталоном здорового человека респонденты выбирали фотографии женщин, чем мужчин (Рис.3).

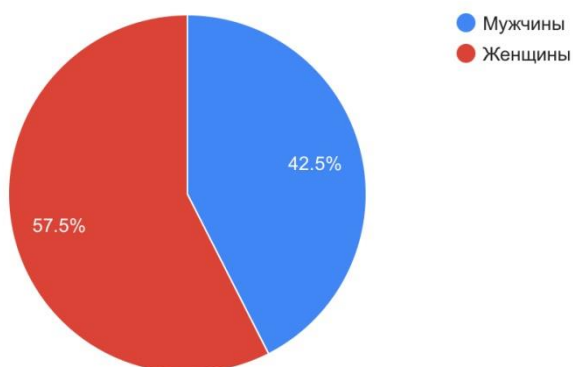


Рисунок 3. Распределение выбора мужских и женских изображений в оценке здоровья

Мы решили проверить дополнительную гипотезу гендерного ингруппового фаворитизма: преимущественного выбора людей своего пола на положительно оцениваемую позицию. Мы оценили, людей какого пола выбирали женщины и мужчины в качестве эталона здорового лица. Анализ показал, что и женщины, и мужчины чаще выбирают в качестве здорового изображение женского лица. Результаты показали, что мужчины выбирают 56,8% женщин и 43,2% мужчин в качестве эталона здоровья. Женщины в качестве здорового человека выбрали 57,9% человек своего пола и 42,1% мужчин.

Проверка результатов осуществлялась с помощью ϕ -критерия Фишера. Результаты показали, что женщины в качестве здорового человека выбирают фотографии с изображением своего пола с достоверностью $\phi_{эмп}=1,8$, что соответствует зоне неопределенности. Мужчины в качестве эталона здорового человека выбирают изображения женского лица с достоверностью $\phi_{эмп}=1,2$ (зона незначимости).

В дальнейшей работе мы планируем расширять выборку для получения более достоверных результатов.

Следующим важным выводом исследования было то, что преимущественно эталоном здоровья респонденты выбирают фотографии с изображением молодых людей (Рис. 4).

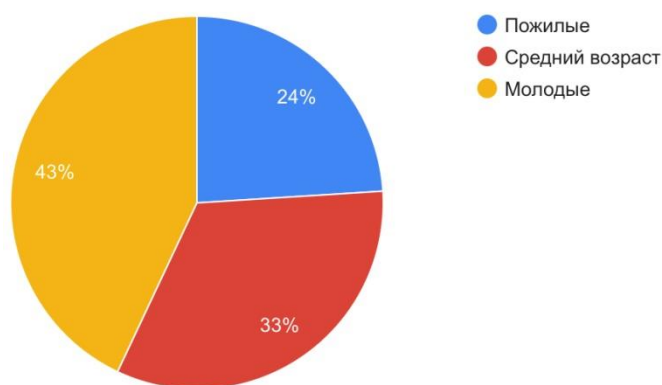


Рисунок 4. Распределение выбора возрастных изображений в оценке здоровья

Исследование ингруппового фаворитизма внутри возрастных групп дало следующие результаты (Табл. 1).

Частота выбора здорового лица по возрастным группам испытуемых

	Выбор лица по фото, %		
	Молодые	Средний возраст	Пожилые
Молодые	45,1*	23,2	31,7
Средний возраст	40,7*	38,3	21
Пожилые	43,1*	39,7	17,2

*Примечание: *Ранг выбора по ингруппе*

Люди молодого, среднего и пожилого возраста чаще всего здоровыми выбирают молодых, что подтверждает основную гипотезу по общей выборке. По ингруппам мы получили дополнительный результат: реже всего в качестве здорового человека люди среднего и пожилого возраста считают пожилых. Интересно, что молодые люди реже всего в качестве здорового человека выбирают фотографии с изображением людей среднего возраста (23,2%).

В качестве содержательных признаков респонденты наиболее часто выбирают следующие признаки:

- 1) Улыбка – 18%;
- 2) Ухоженность (признаки внимания человека к внешности, дорогие атрибуты, общий вид) – 8,16%;
- 3) Красивые зубы – 5,21%;
- 4) Красивые волосы – 4,98%;
- 5) Атлетическая фигура (плечи, осанка) – 4,98%.

Таким образом, фотография улыбающейся молодой женщины с красивыми зубами и волосами, с хорошей осанкой будет олицетворять хорошее здоровье.

При анализе выбора нездоровых лиц гендерных различий не было выявлено. Как нездоровые были выбраны 51% женщин и 49% мужчин. При оценке нездоровья преимущественно выбираются изображения пожилых людей, но присутствуют фото и среднего, и молодого возраста (Рис. 5).

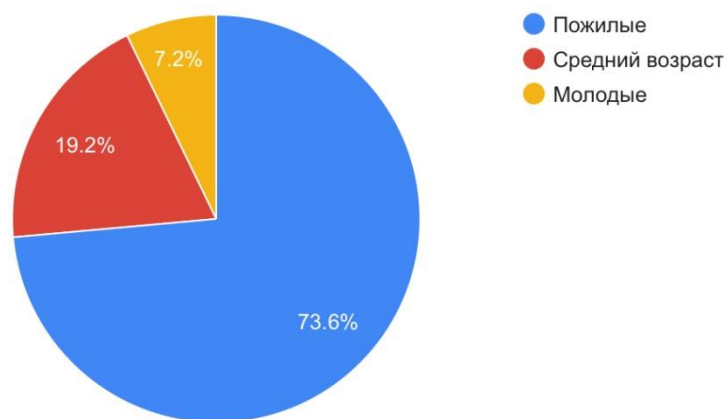


Рисунок 5. Распределение выбора возрастных изображений в оценке нездоровья

При этом, чаще других в качестве нездоровых испытуемые выбирают свою возрастную группу. Так, молодые люди чаще выбирают изображения молодых в качестве нездоровых в сравнении с выбором испытуемых среднего и пожилого возраста (13,5%); люди среднего возраста выбирают 23,4% изображения своих ровесников, в то время как молодые и пожилые выбирают изображения людей среднего возраста лишь в 18,9% и 14% случаев (Табл. 2).

Таблица 2

Частота выбора нездорового лица по возрастным группам испытуемых

	Выбор лица по фото, %		
	Молодые	Средний возраст	Пожилые
Молодые	13,5*	18,9	67,6
Средний возраст	5,2	23,4*	71,4
Пожилые	1,8	14	84,2*

*Примечание: *Ранг выбора по ингруппе*

Интересно, что люди среднего и пожилого возраста практически не выбирают в качестве нездоровых изображения молодых людей. На наш взгляд, здесь могут «срабатывать» детско-родительские отношения.

В качестве содержательных признаков нездорового изображения респонденты наиболее часто выбрали:

- 1) Пустой взгляд – 10,77%;
- 2) Старость – 8,1%;
- 3) Морщины – 7,18%;
- 4) Нездоровая кожа (пигментация, акне) – 4,14%;
- 5) Печальный взгляд – 3,59%;
- 6) Неухоженность – 3,59%.

Таким образом, изображение нездорового человека – это чаще всего изображение человека с «потухшим», «пустым» или печальным взглядом, с морщинами, с неухоженной кожей.

Выводы

1. Методика доказала свою состоятельность. Изучая выборы фотографий по нашей инструкции, мы получаем переменчивый разброс, который отражает как специфические особенности изображений, так и социально-психологические характеристики испытуемых, которые можно анализировать далее.

2. Есть специфические характеристики выбора для гендерных и возрастных ингррупп.

3. Существуют признаки, которыми люди объясняют свой выбор фотографий здорового и нездорового человека.

Также исследование показало, что не все фотографии активно используются для действий по инструкции. В дальнейшем мы предполагаем отобрать стимульный материал уже не по структурному признаку, а по диагностической ценности.

Результаты выбора по группе испытуемых в целом, могут быть полезны в маркетинговой сфере, например, для рекламы здорового образа жизни, лекарственных препаратов, медицинских центров, клиник. Также для создания программ визуальной диагностики изображений человека.

Список источников

1. Лосев А.Ф. История античной эстетики. Т.4. Аристотель и поздняя классика. М.: АСТ; 2000.
2. Сикорский И.А. Всеобщая психология с физиогномикой. М.: Академический проект; 2022.

3. Лемешевская З. П. Диагностика психического состояния человека по мимике лица // Журнал ГрГМУ. 2010. №1 (29). С. 62-68.

4. Куприянов В.В. Лицо больного : Атлас. М.: Изд. бюро респ. объединения «Медучпособие»; 1971.

5. Никитина Е.А. Восприятие здоровья по изображениям лиц // Лицо человека в науке, искусстве и практике. 2015. - С. 253-267.

6. Reis VA, Zaidel DW. Functional asymmetry in the human face: perception of health in the left and right sides of the face. *Laterality*. 2001 № 6(3). P. 225-231. doi: 10.1080/713754415. PMID: 15513171.

7. Zaidel DW, Aarde SM, Baig K. Appearance of symmetry, beauty, and health in human faces // *Brain Cogn*. 2005. № 57(3). P. 261-263. doi: 10.1016/j.bandc.2004.08.056. PMID: 15780460.

8. Барабанщиков В.А. Восприятие и событие. СПб.: Алетейя; 2002.

9. Федосеевкова С.М. Восприятие индивидуально-психологических особенностей человека по фотоизображению его лица : Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Москва; 2003.

Автор, ответственный за переписку: Н.В. Гуськова, natasha.guskova112002@mail.ru

ВЗАИМОСВЯЗЬ СОМАТОТИПИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Котова Е.В.

*Академия гражданской защиты МЧС России, Химки,
Россия*

Аннотация. Каждому человеку свойственен свой, индивидуальный способ преодоления стрессовых ситуаций, кто-то не справляется с возникшими трудностями и переживает сложные эмоциональные симптомокомплексы, кто-то берет ситуацию под контроль, успешно реализуя эффективный копинг. В рамках концепции личности В. С. Мерлина и его подхода к пониманию человека как интегральной индивидуальности мы проанализировали взаимосвязи ряда свойств, относящихся к нескольким иерархическим уровням, подчиненным различным закономерностям. В частности, представлен анализ взаимосвязей соматотипических и психофизиологических характеристик (свойства темперамента, изменений ЭЭГ) с выбором копинг-стратегий. На основе полученных результатов составлен психологический портрет лиц юношеского возраста с разными типами копинг-стратегий в стрессовой ситуации.

Ключевые слова: соматотип; копинг-стратегии; взаимосвязи; психофизиологические характеристики; юношеский возраст

Современные данные, полученные психофизиологами, психологами и клиницистами, свидетельствуют о том, что каждое из свойств нервной системы имеет как отрицательные, так и положительные стороны. Так, например, положительной стороной слабой нервной системы является ее высокая чувствительность, высокая устойчивость к монотонии, более высокое проявление скоростных качеств. Положительной стороной инертности нервных процессов является установление более прочных условно-рефлекторных связей, лучшая произвольная память, большая глубина проникновения в

изучаемый материал, большая терпеливость к испытываемым затруднениям.

Советский психофизиолог В. М. Русалов предложил иную концепцию свойств темперамента. Исходя из теории функциональных систем П. К. Анохина, В. М. Русалов выделил четыре связанные с ними свойства темперамента, отвечающие за широту или узость афферентного синтеза (степень напряженности взаимодействия организма со средой), легкость переключения с одной программы поведения на другую, скорость исполнения текущей программы поведения и чувствительность к несовпадению реального результата действия с его акцептором [1].

В соответствии с этим, традиционная психофизиологическая оценка темперамента изменяется и вместо двух параметров – активности и чувствительности – включает уже четыре компонента: эргичность (выносливость), пластичность, скорость и эмоциональность (чувствительность). Все эти компоненты темперамента, по мнению В. М. Русалова, биологически и генетически обусловлены. Темперамент зависит от свойств нервной системы, а они, в свою очередь, понимаются как основные характеристики функциональных систем, обеспечивающих интегративную, аналитическую и синтетическую деятельность мозга, всей нервной системы в целом. В соответствии с двумя основными видами человеческой деятельности – предметной деятельностью и общением – каждое из выделенных свойств темперамента должно рассматриваться отдельно, поскольку предполагается, что в деятельности и общении они проявляются по-разному. Еще на одно обстоятельство, характеризующее связь темперамента со свойствами нервной системы, следует обратить внимание. Психологической характеристикой темперамента являются не сами по себе свойства нервной системы или их сочетание, а типичные особенности протекания психических процессов и поведения, которые данные свойства порождают.

Данные свойства нервной системы можно определить с помощью электроэнцефалографического исследования. Такое изучение свойств нервной системы разрабатывалось отечественной школой Б. М. Теплова и В. Д. Небылицына в

рамках нового научного направления, получившего название дифференциальной психофизиологии [2]. В отличие от тестов, эти методики имеют ясное теоретическое обоснование: психофизиологическую концепцию индивидуальных различий, свойств нервной системы и их проявлений. В многочисленных физиологических, психологических и клинических исследованиях электроэнцефалография привлекалась для решения широкого круга вопросов, связанных с исследованием функционального состояния мозга человека в норме и патологии. Электроэнцефалография используется для изучения динамики созревания мозга, для раскрытия корково-подкорковых взаимодействий, изучения ориентировочных и условных рефлексов, механизмов кратковременной и долговременной памяти, анализа сложных интегративных процессов.

В литературе представлено большое число исследований, в которых фоновая и вызванная электрическая активность используется для анализа сложных интегративных процессов ЦНС. Многие исследователи пытаются найти прямую связь между изменениями психики и ЭЭГ. Действительно, при регистрации электрической активности мозга у умственно отсталых детей отмечается наличие изменений в виде билатеральных вспышек тета-активности, замедления и дезорганизации фонового ритма. Г. Гасто обнаружил плохую выраженность и замедление альфа-ритма у лиц с умственной отсталостью [3]. Вместе с тем, эти изменения не являются специфическими и, скорее, свидетельствуют о патологии коры и подкорковых структур.

В СССР проводились обширные исследования корреляционных связей между ЭЭГ и состоянием психической напряженности при разных видах деятельности (операторской, летной, при приеме радиотелеграфных сигналов и т.п.). Было показано, что при затруднении в работе на ЭЭГ преобладает тета-ритм, а при эффективной работе – высокочастотный бета-ритм, что связывается с эмоциональной напряженностью. Люди со спокойным характером, легко приспосабливающиеся к окружающей обстановке отличаются четко выраженным альфа-ритмом с минимально выраженными тета-колебаниями. В литературе описаны данные о том, что ряд показателей фоновой

ритмики, выраженность и частота альфа-, тета- и дельта-ритмов, а также характер изменений ЭЭГ при афферентных раздражениях коррелируют с типологическими особенностями личности, с динамичностью нервных процессов. Сейчас ученые проверяют предсказание с помощью электроэнцефалографии результатов теста ММРІ. Это один из самых популярных в мире тестов, который очень часто применяют при приеме на работу. Испытуемого просят подтвердить или опровергнуть пятьсот с лишним утверждений. На основании результатов теста ММРІ можно сделать большое количество выводов о личности соискателя. Ученые попробовали получить эти данные, не задавая испытуемому вопросы, а замерив показатели работы его мозга. Метод, разработанный профессором А. Н. Лебедевым и его коллегами, позволяет данные ЭЭГ-исследования переработать в шкалы, выражающие личностные характеристики человека.

Вопросу соотношения физического и психологического в личности были посвящены многочисленные теоретические работы. Представители психосоматического подхода считали, что психологический компонент личности оказывает влияние на физическое состояние личности. Приверженцы конституционального подхода считали, что наибольшее влияние на психологическое состояние, развитие личности оказывают ее физические характеристики, поскольку личность – это сложная высокоорганизованная структура, в которую входят как физические, так и психологические составляющие.

Цель исследования – анализ взаимосвязи соматических психофизиологических особенностей и копинг-стратегий, характерных для юношеского возраста.

Гипотеза исследования – соматотипические и психофизиологические характеристики взаимосвязаны с выбором копинг-стратегии у лиц юношеского возраста.

Материалы и методы

Исследование проводилось на базе Красноярского государственного медицинского университета и Сибирского

института бизнеса, управления и психологии. В исследовании приняли участие 50 студентов в возрасте 17-23 лет.

В ходе исследования применялись следующие методы и методики:

1. Соматотипологическая диагностика испытуемых.

- антропометрическое обследование. Теоретическую базу антропометрии составляет антропологическая морфология. Основной задачей антропометрических измерений является установление для индивида или группы лиц уровня физического развития, запаса физических сил. Физическое развитие – это комплекс морфофункциональных свойств организма, который определяет запас его физических сил [4].

- определение соматотипа. Проводилось по схеме соматотипирования Л. Rees, Н. J. Eisenck, она не имеет возрастных ограничений. Для диагностики соматотипа требуются величины двух параметров: длины тела и поперечного диаметра грудной клетки. Соматотип устанавливается на основании величины индекса, вычисляемого по формуле: $ИНДЕКС\ REES-EISENCK = ДТ \times 100 / (ПДГК \times 6)$, где ДТ – длина тела, см; ПДГК – поперечный диаметр грудной клетки, см. У лиц, имеющих величину индекса до 96, соматотип определяется как пикнический. Величина индекса от 96 до 106 характерна для нормостенического типа. Значение индекса свыше 106 позволяют отнести обследуемого к астеническому типу [5].

2. Психофизиологическое тестирование, основой которого является связь данных электроэнцефалограммы с психологическими характеристиками личности. Психофизиологическое тестирование проходило в два этапа:

а) получение электроэнцефалограммы. В норме на ЭЭГ взрослого здорового человека выделяют два основных ритма электрической активности – альфа- и бета-ритм.

б) обработка данных электроэнцефалограммы с помощью компьютерной программы, разработанной А. Н. Лебедевым. Данная программа позволяет определить наличие таких характеристик, как упорство, надежность, природный оптимизм, замкнутость, зависимость от мнения большинства, законопослушность, аналитический склад мышления, уступчивость/решительность, стремление выделиться,

дисциплинированность, импульсивность, усердие, стремление приукрасить себя, напускной оптимизм.

3. Опросник формально-динамических свойств индивидуальности В. М. Русалова. Используется для диагностики свойств «предметно-деятельностного» (психомоторная и интеллектуальная сферы) и «коммуникативного» аспектов темперамента.

4. Методика оценки способов копинг-поведения Р. Лазаруса и С. Фолкмана, адаптирована Т. Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М. С. Замышляевой. Дополнительно стандартизирована в НИПНИ им. В. М. Бехтерева [6]. Данная методика определяет предпочитаемый стиль совладения со стрессовой ситуацией.

Результаты и их обсуждение

После проведения первичной диагностики мы определили, какие типы копинг-поведения достигают наиболее высоких результатов у представителей астенического, нормостенического и пикнического соматотипов. Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1
Показатели оценки копинг-поведения (по Р. Лазарусу)

	Астенический соматотип, %	Нормостенический соматотип, %	Пикнический соматотип, %
Конфронтационный копинг	4	4,3	5,8
Дистанцирование	4	8,7	5,8
Самоконтроль	17	19,5	11,7
Поиск социальной поддержки	15	13	11,7
Бегство-избегание	16,2	11	5,8
Планирование решения проблемы	20,2	21,7	29,4
Положительная переоценка	22,9	21,7	29,4

У представителей астенического соматотипа в стрессовых

ситуациях актуализируются такие копинг-стратегии, как самоконтроль (17%), поиск социальной поддержки (15%), бегство-избегание (16,2%), планирование решения проблемы (20,2%) и положительная переоценка (22,9%) (Рис. 1).

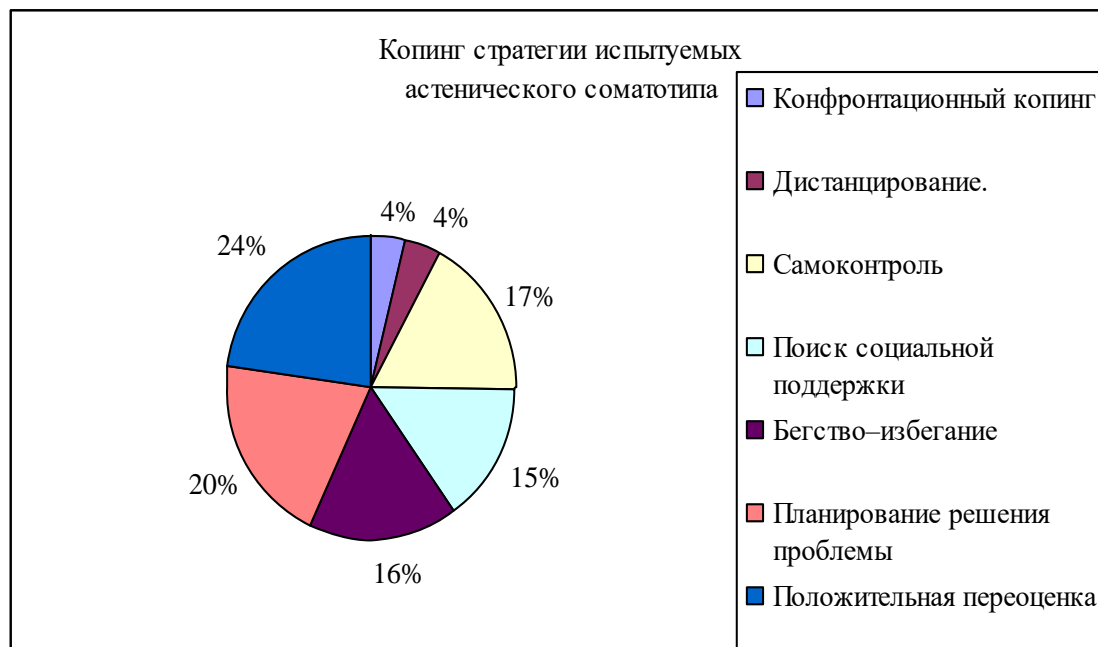


Рисунок 1. Копинг-стратегии испытуемых астенического соматотипа

У представителей нормостенического соматотипа в стрессовых ситуациях актуализируются следующие копинг-стратегии: самоконтроль (19,5%), планирование решения проблемы (21,7%) и положительная переоценка (21,7%) (Рис. 2).

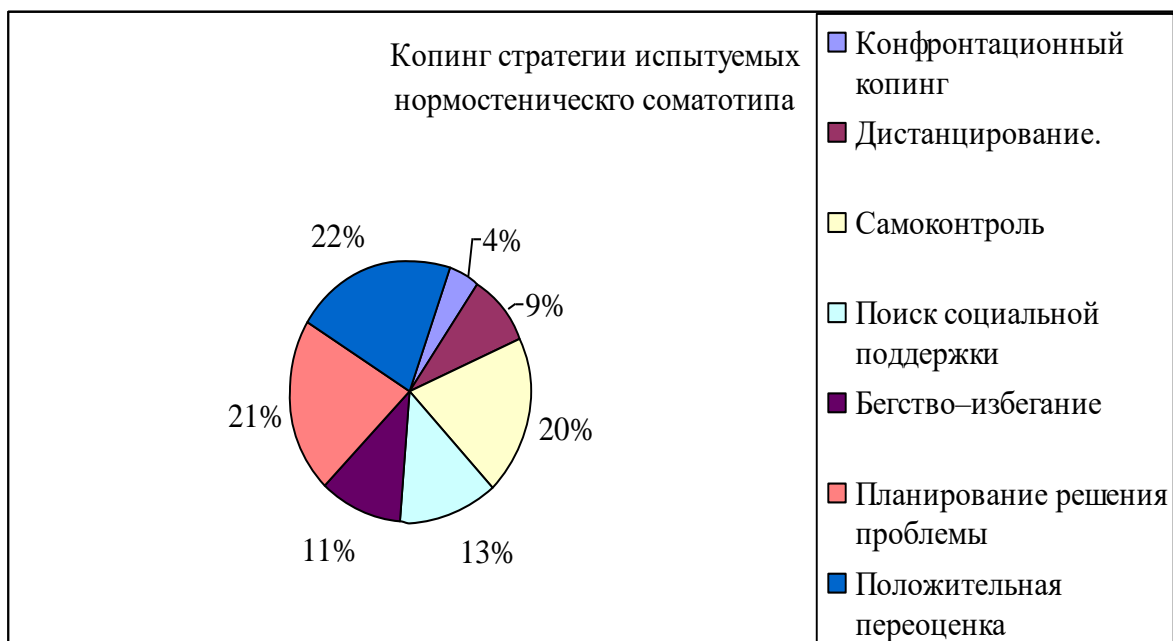


Рисунок 2. Копинг-стратегии респондентов нормостенического соматотипа

У представителей пикнического соматотипа в стрессовых ситуациях высокую степень выраженности имеют такие копинг-стратегии, как планирование решения проблемы (29,4%) и положительная переоценка (29,4%).

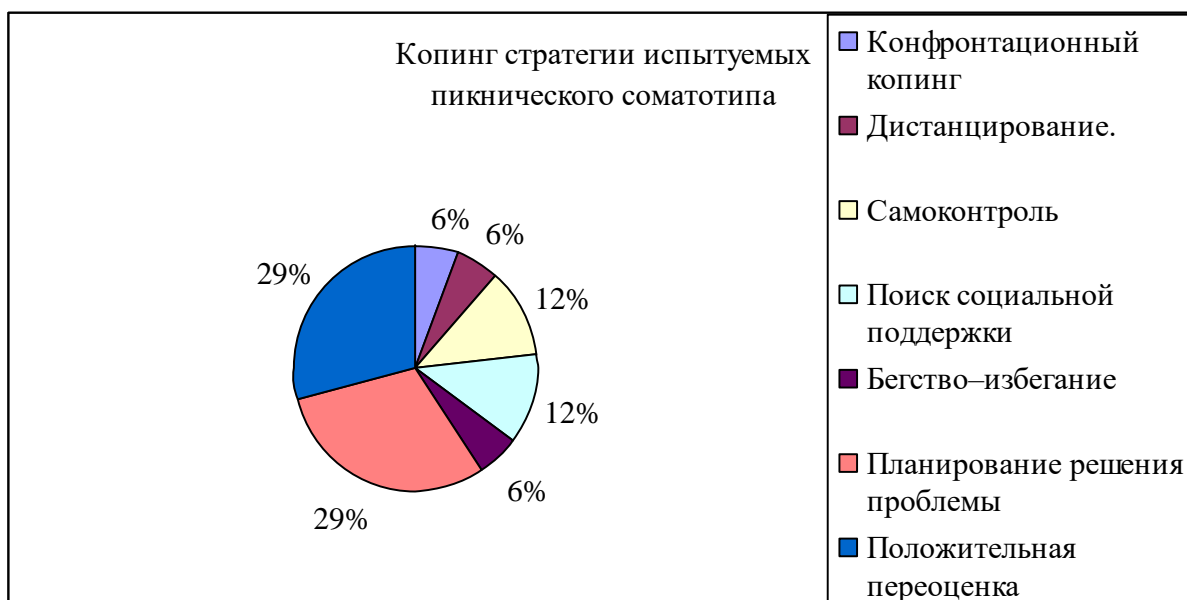


Рисунок 3. Копинг-стратегии испытуемых пикнического соматотипа

У респондентов разных соматотипов наблюдаются как сходства, так и различия в выборе копинг-стратегии в стрессовых

ситуациях. Так, сходства заключаются в том, что представители всех трех соматотипов выбирают такие копинг-стратегии, как планирование решения проблемы и положительная переоценка. Различия заключаются в том, что представителям астенического и нормостенического соматотипов, в отличие от представителей пикнического соматотипа, в стрессовой ситуации свойственно использовать копинг-стратегию, связанную с повышенным самоконтролем. Представителям астенического соматотипа, в отличие от представителей нормостенического и пикнического соматотипов, свойственно применять такие копинг-стратегии, как поиск социальной поддержки и бегство-избегание. Данные результаты позволяют сделать нам выводы о том, что существует взаимосвязь между соматотипом лиц юношеского возраста и выбором копинг-стратегии в стрессовой ситуации.

Проведен корреляционный анализ между копинг-стратегиями и психофизиологическими характеристиками у представителей астенического, нормостенического и пикнического соматотипов. Результаты корреляционного исследования астенического соматотипа представлены в таблице 2.

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа копинг-стратегий и психофизиологических характеристик среди респондентов нормостенического соматотипа

	Самоконтроль	Поиск социальной поддержки	Бегство-избегание	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
Эмоциональность моторная					0,46
Эмоциональность интеллектуальная	0,37				
Аналитический склад мышления			-0,42	0,42	

Стремление выделиться		0,40			
Дисциплинированность		0,38			
Импульсивность				-0,46	

Результаты корреляционного исследования между копинг-стратегиями и психофизиологическими характеристиками у представителей нормостенического соматотипа представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты корреляционного анализа копинг-стратегий и психофизиологических характеристик среди респондентов нормостенического соматотипа

	Самоконтроль	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
Эргичность интеллектуальная			-0,43
Пластичность интеллектуальная	-0,39		
Скорость моторная			0,47
Эмоциональность интеллектуальная		-0,37	
Законопослушность			-0,65
Усердие			-0,43
Напускной оптимизм		-0,37	-0,48

У представителей нормостенического соматотипа копинг-стратегия самоконтроль взаимосвязана с интеллектуальной пластичностью ($r=-0,39$). Копинг-стратегия «планирование решения проблемы» акцентируется при понижении уровня интеллектуальной эмоциональности ($r=-0,37$) и напускного оптимизма ($r=-0,37$). Копинг-стратегия «положительная

переоценка» взаимосвязана с такими характеристиками, как интеллектуальная эргичность ($r=-0,43$), моторная скорость ($r=0,47$), законопослушность ($r=-0,65$), усердие ($r=-0,43$), напускной оптимизм ($r=-0,48$).

Корреляционные связи астенического соматотипа представлены в виде корреляционных плеяд на рисунке 4.



Рисунок 4. Корреляционные плеяды копинг-стратегий и психофизиологических характеристик у респондентов нормостенического соматотипа

Результаты корреляционного анализа исследованных характеристик среди респондентов пикнического соматотипа представлены в таблице 4.

Таблица 4

Результаты корреляционного анализа копинг-стратегий и психофизиологических характеристик у респондентов пикнического соматотипа

	Планирование решения проблемы	Положительная переоценка
Эргичность моторная	0,86	0,54
Эргичность коммуникативная		0,59
Пластичность интеллектуальная	-0,62	
Скорость моторная		0,97
Скорость коммуникативная		0,57
Скорость интеллектуальная		0,5
Эмоциональность моторная	-0,52	-0,74
Эмоциональность интеллектуальная	0,52	
Природный оптимизм		-0,63
Законопослушность	-0,53	
Аналитический склад мышления		-0,88
Стремление выделиться		0,63
Дисциплинированность		0,70
Импульсивность		0,59
Усердие		0,86
Напускной оптимизм		0,70

Копинг-стратегия «планирование решения проблемы» взаимосвязана с такими характеристиками, как моторная эргичность ($r=0,86$), интеллектуальная пластичность ($r=-0,62$), моторная эмоциональность ($r=-0,52$), интеллектуальная эмоциональность ($r=0,52$), законопослушность ($r=-0,53$). Копинг-стратегия «положительная переоценка» взаимосвязана с такими характеристиками, как моторная эргичность ($r=0,54$), коммуникативная эргичность ($r=0,59$), моторная скорость ($r=0,97$), коммуникативная скорость ($r=0,57$), интеллектуальная скорость ($r=0,50$), моторная эмоциональность ($r=-0,74$), оптимизм природный ($r=-0,63$), аналитический склад мышления ($r=-0,88$), стремление выделиться ($r=0,63$), дисциплинированность ($r=0,70$),

импульсивность ($r=0,59$), усердие ($r=0,86$), напускной оптимизм ($r=0,7$).

Корреляционные связи между копинг-стратегиями и психофизиологическими характеристиками внутри группы пикнического соматотипа представлены в виде корреляционных плеяд на рисунке 5.



Рисунок 5. Корреляционные плеяды копинг-стратегий «планирование решения проблемы», «положительная переоценка» и некоторых психофизиологических характеристик у респондентов пикнического соматотипа

Результаты исследования послужили основой для составления психологических портретов лиц юношеского возраста астенического, нормостенического и пикнического соматотипов в стрессовой ситуации.

Представители астенического соматотипа характеризуются

потребностью в ощущении причастности к интересам группы, стремлением нравиться окружающим, соблюдением правил и законов, установленных в обществе. В стрессовой ситуации им свойственно прилагать усилия в поиске информационной, действенной и эмоциональной поддержки. Также астеники, которые в стрессовой ситуации регулируют свои чувства и действия, характеризуются высокой чувствительностью к неудачам, связанным с интеллектуальной деятельностью, постоянным ощущением неполноценности продукта интеллектуальной деятельности.

Астеникам, которым характерно контролировать свои эмоциональные проявления, анализировать ситуацию, перед тем, как действовать в стрессовой ситуации свойственно признавать свою роль в наличии проблемы и предпринимать попытки ее решить. Также представители астенического соматотипа, которые характеризуются высокой чувствительностью к расхождениям между ожидаемым и реальным результатом своего физического труда, ощущают неполноценность продукта своей физической деятельности, в стрессовой ситуации им свойственно прилагать усилия по созданию положительного значения с фокусированием на значимости собственной личности.

Респондентам пикнического соматотипа характерна высокая потребность в движении, постоянное стремление к физическому труду, который они выполняют с ощущением спокойствия. Возникшие проблемы они мало осознают и решают их стереотипно или же переходят к произвольному решению проблемы. Также «пикники» склонны действовать необдуманно в стрессовой ситуации, им свойственно создавать положительное значение данной ситуации.

Испытуемые нормостенического соматотипа, предпринимающие усилия для урегулирования своих чувств и действий, характеризуются стереотипным подходом к решению проблем, ригидностью в решении абстрактных задач. Также им свойственно отсутствие чувства беспокойства при выполнении интеллектуальной деятельности. Если же эта деятельность плохо выполнена или же совсем не выполнена, это не вызывает беспокойство, во время стрессовой ситуации они произвольно пытаются изменить ее.

Нормостеники, которые пытаются найти положительное значение стрессовой ситуации, характеризуются нежеланием умственного напряжения, узким кругом интеллектуальных интересов, низким уровнем осознания имеющихся проблем и отсутствием старания решать их.

Выводы

1. В юношеском возрасте постепенно завершается процесс роста и формирования организма; все основные размерные признаки достигают окончательной величины; центральная нервная система достигает уровня развития взрослого человека. В психологическом развитии отмечается смена отношения к будущему, развиваются самосознание, мировоззрение, общее эмоциональное самочувствие становится более ровным, меняется отношение к трудностям, способы решения возникших проблем зависят от формирующихся копинг-стратегий.

2. На выбор той или иной копинг-стратегии влияют индивидуальные особенности личности. У испытуемых юношеского возраста были выявлены различия в выборе типа копинг-стратегии в зависимости от соматотипа. Так, у представителей астенического соматотипа в стрессовых ситуациях актуализируются такие копинг-стратегии как, самоконтроль, поиск социальной поддержки, бегство-избегание, планирование решения проблемы и положительная переоценка. У представителей нормостенического соматотипа в стрессовых ситуациях актуализируются следующие копинг-стратегии: самоконтроль, планирование решения проблемы и положительная переоценка. У представителей пикнического соматотипа в стрессовых ситуациях высокую степень выраженности имеют такие стратегии, как планирование решения проблемы и положительная переоценка.

3. По результатам исследования был составлен психологический портрет испытуемых с различными соматотипами в стрессовой ситуации. При дальнейшем увеличении выборки данная типология может использоваться при профессиональном отборе в тех сферах деятельности, где акцент делается на физическом состоянии сотрудников, а также

где деятельность, детерминирована большим количеством стрессовых воздействий.

Список источников

1. Козлова, В. Н. Темперамент и коммуникативная активность // Инновационные процессы в системе образования : Сборник материалов XIV итоговой научно-практической конференции, Ижевск, 2020 г. / Под редакцией С.Л. Скопкарёвой, И.А. Гришановой. Глазов: Глазовский государственный педагогический институт имени В.Г. Короленко, 2020. С. 49-53.

2. Небылицын В.Д. Психофизиологические исследования индивидуальных различий. М.: Наука; 1976.

3. Мухин К.Ю. Клинико-электроэнцефалографические изменения при синдроме Леннокса-Гасто // Русский журнал детской неврологии: научно-практический ежеквартальный рецензируемый журнал / Ин-т дет. неврологии и эпилепсии им. Святителя Луки. 2015. Т. 10, № 2. С. 19-31.

4. Башкиров П.Н. Учение о физическом развитии человека. М.: Изд-во Моск. ун-та; 1962.

5. Методы оценки индивидуально-типологических особенностей физического развития человека: Учеб.-метод. пособие для студентов. Красноярск: КрасГМА; 2005.

6. Вассерман Л.И. Психологическая диагностика и коррекция в соматической клинике: научно-практическое руководство. СПб: Речь; 2011.

Автор, ответственный за переписку: Е.В. Котова,
kotova.elena2014@mail.ru

ВЫРАЖЕННОСТЬ ПОТРЕБНОСТИ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОЖЕ СВОИХ ЛЕТ: ГЕНДЕРНО-ВОЗРАСТНОЙ АНАЛИЗ

Воронцова Т.А.

*Южный Федеральный университет, Ростов-на-Дону,
Россия*

Аннотация. В работе впервые проанализирована выраженность потребности выглядеть моложе своих лет на различных гендерно-возрастных группах. Исследователями фиксируется значительное увеличение стремления современного человека выглядеть моложе своего возраста – как следствие внедрения концепции активной старости и культивируемого, по меньшей мере, в течение последних ста лет «культы молодости». Возникают многочисленные практики омоложения, основной задачей которых выступает трансформация внешнего облика человека в сторону большей молоджавости. Особое значение при этом приобретает то, как будет выглядеть человек в глазах других людей. Восприятие человеком возраста другого в современной науке рассматривается как новая проблема социальной психологии, как частный случай социальной перцепции. На сегодняшний момент существует значительное количество исследований, посвященных восприятию возраста другого человека, при этом в отечественной психологии явно недостаточно работ, посвященных выявлению уровня выраженности стремления современного человека выглядеть моложе своих лет и социально-психологических коррелятов такого стремления. Проведенное нами исследование позволило зафиксировать выраженность потребности выглядеть моложе своих лет в различных гендерно-возрастных группах, а также ее социально-психологические корреляты.

Ключевые слова: возраст; восприятие возраста; воспринимаемый возраст; внешний облик; потребность выглядеть моложе своих лет

В последние десятилетия исследователями фиксируется значительное увеличение стремления современного человека выглядеть моложе своего возраста. Возникают многочисленные практики омоложения, основной задачей которых выступает трансформация внешнего облика человека в сторону большей молоджавости [1]. Особое значение при этом приобретает то, на сколько лет моложе своих лет позволит выглядеть та или иная технология. Восприятие человеком возраста другого в современной науке рассматривается как новая проблема социальной психологии, как частный случай социальной перцепции [2], а воспринимаемый возраст (ВВ) трактуется как «результат социального восприятия одного человека другим» [3]; как «возраст, приписанный человеку (объекту восприятия) другим человеком (субъектом восприятия, оценщиком) в результате восприятия его внешнего облика» [4]. На сегодняшний момент существует значительное количество зарубежных [5-7] и отечественных [8-10] исследований, посвященных восприятию возраста другого человека. При этом в психологии явно недостаточно работ, посвященных выявлению выраженности стремления современного человека выглядеть моложе своих лет и социально-психологических коррелятов такого стремления.

Обратимся к возможным причинам стремления современного человека выглядеть моложе. Анализ современных исследований позволяет выделить ряд таких причин.

Во-первых, актуализация потребности выглядеть моложе своих лет представляет собой способ совладания со «стрессом старения». Так, в исследовании О. В. Курышевой, С. В. Тарасовой описаны три главных аспекта переживаний пожилых людей – это внешность, здоровье и общее отношение к жизни [12]. Т. Л. Крюковой, А. А. Осьминой показано, что естественные возрастные изменения во внешнем облике человека, сопровождающие старение, являются стрессогенным фактором, который наиболее остро проявляется в период середины жизни [12]. Авторы пишут: «Средний возраст – сложный промежуточный временной период, своеобразная линия с единственным вектором, стремящимся вперед, к старости. Человек, достигший средних лет, чувствует свою обособленность

и от молодежной группы, и от людей поздней взрослости» [12, с. 880]. Современный французский философ П. Брюкнер считает, что возраст 50-59 лет необходимо рассматривать как «новую возрастную категорию» [13, с. 21], которая находится между зрелыми и пожилыми людьми: «эти люди хотели удалиться на покой, а им приходится оставаться в строю» [13, с. 26], их «ожидает еще около тридцати лет активной жизни, что соответствует всей продолжительности жизни европейца тремя веками ранее» [13, с. 40]. Эти дополнительные годы П. Брюкнер называет «отсрочкой», которая диктует пересмотр всех ключевых оснований жизни человека. На наш взгляд, в этом возрасте повышается значимость и ценность внешнего облика, который, по причине активной социальной востребованности людей в возрасте 50-59 лет, не теряет своей инвестиционной силы (имеется в виду понимание внешнего облика как инвестиции, вклада в благополучие, карьеру и т.п.) [14]. **То есть, в качестве второй причины мы рассматриваем осознание современным человеком инвестиционной силы внешнего облика.**

В-третьих, стремление выглядеть моложе обусловлено возрастным стереотипом «молодые люди предпочтительнее пожилых людей», обнаруженным в зарубежных исследованиях [15], а также в отечественных работах [16], анализирующих пословицы и поговорки, касающиеся возраста. Обнаружено, что как в русском, так и в английском языках имеются фразеологизмы, презрительно или пренебрежительно характеризующие пожилых людей. В работе А. Gewirtz-Meydan и L. Ayalon, изучавших визуальные презентации возраста и пола на сайтах знакомств для пожилых людей зафиксировано, что воспринимаемый возраст представленных там мужчин и женщин моложе 60 лет (при том, что их реальный возраст выше этой цифры), что, по мнению авторов, представляет собой визуальное «антивозрастное послание» изображенных на фотографиях людей, их запрос на любовь, интимность и близость, которые предназначены только для тех, кто «вечно молод» [14,17]. В одной из наших работ также зафиксирована динамика отношений к пожилым людям, имеющим явные возрастные изменения внешнего облика: снижение симпатии (враждебный эйджизм) и увеличение уважения (доброжелательный эйджизм) [9].

В-четвертых, ученые фиксируют так называемый «двойной стандарт старения» (к женщинам предъявляются более высокие стандарты относительно старения, чем к мужчинам), который, по-видимому, и толкает женщин на постоянные трансформации и практики ухода за своей внешностью, целью которых является более молодой внешний облик [18-20]. И. С. Клецина подчеркивает, что статус стареющей женщины в традиционном обществе значительно ниже, чем стареющего мужчины [19,22]. И. С. Клецина, Е. В. Иоффе пишут, что забота о своей внешности является нормативно-предписанной для женского ролевого поведения [21]. И. А. Григорьева, анализируя особенности «предписанных» сценариев старения женщин в современной России, говорит о том, что «пожилые женщины подвергаются двойной стигматизации – как женщины и как пожилые» [20, с. 5]. П. Брюкнер [13] описывает гендерно-возрастной стереотип «женщина стареет, мужчина мужает», или «женщина дурнеет с возрастом, а мужчина становится прекраснее», действие которого мы обнаруживаем и в наших данных [22]. Так, при достаточно высоких позитивных оценках своего внешнего облика женщины, в сравнении с мужчинами, имеют более низкую оценку возрастной привлекательности своего внешнего облика: их в большей степени, чем мужчин, беспокоит появление внешних признаков старения, они считают, что с возрастом становятся внешне менее привлекательными; мужчины, напротив, считают, что с возрастом не теряют своей внешней привлекательности [22].

В-пятых, стремление пожилых людей выглядеть моложе обусловлено широко распространенной в наше время концепцией активной старости, в рамках которой «моложавость» внешнего облика является своеобразным эталоном старения и ухода за собой. В цикле работ А. В. Юревича, посвященном психологическим факторам старения, отмечается, что в психологии отсутствует удовлетворительная концепция старения [22-24]. А. В. Юревич подчеркивает, что основой жизненной философии XX в. стал «культ молодости», при этом «уважение к старости ослабевает даже в традиционных обществах, доминируют негативные стереотипы старости, но вместе с тем наблюдается ее «омоложение» – изменение

традиционных представлений об этом возрасте в связи с возрастанием средней продолжительности жизни» [24, с. 5]. В. А. Буряковская также подчеркивает, что культ молодости является одной из мифологем массового сознания [26]. К. Шемет, Е. Н. Маковецкая считают, что страх старения и культ вечной молодости составляют основу новой философии возраста современного человека [27]. Авторы пишут, что современное общество навязывает человеку культурные стереотипы, дискредитирующие статус взрослого человека, который всеми силами оттягивает наступление старости и старается сохранить молодость (мужчина – через союз с более молодой женщиной, женщина – через обращение к хирургическим и косметическим технологиям).

При этом, как подчеркивают ученые, концепция активной старости «заставляет человека жить в погоне за ускользающей красотой и молодостью» [27, с. 253], лишает современных пожилых людей собственной возрастной идентификации [28, 29], заставляет их возвращаться на предыдущий этап своего развития, конкурировать с молодыми за ресурсы и, в том числе, за молодой внешний облик [14]. Эта конкуренция заведомо неравная и обречена на поражение, что еще больше углубляет «стресс старения».

В-шестых, ученые фиксируют разрыв между хронологическим и субъективным возрастом зрелых и пожилых людей. В работе Е. А. Сергиенко приведены результаты исследования субъективного возраста людей от 20 до 70 лет, результаты которого показали, что имеется возрастная динамика разницы между субъективным и хронологическим возрастом, которое автором названо «когнитивная иллюзия возраста» [30]. Она с возрастом увеличивается: то есть люди с возрастом чувствуют себя все более моложе своих лет.

На наш взгляд, человек, который чувствует себя моложе своего возраста, испытывает когнитивный диссонанс в процессе своего старения: это противоречие между субъективным самоощущением возраста (он чувствует и ведет себя как человек более молодой возрастной группы) и поведением / отношением других людей, которые опираются на воспринимаемый возраст (то есть на тот возраст, который они приписывают этому

человеку). Этот возраст, как показано в ряде наших работ, подвержен влиянию гендерно-возрастных, этно-культурных, профессионально-ролевых ожиданий и стереотипов [8-10]. Это противоречие еще больше усугубляет «стресс старения». Для минимизации когнитивного диссонанса человек будет либо стареть внутренне (соотнести свой субъективный возраст с отношением / обращением / восприятием других людей), либо активно преобразовывать свой внешний облик в соответствии со своим самоощущением возраста. В данной работе мы обратились к изучению выраженности потребности выглядеть моложе своих лет в различных гендерно-возрастных группах, а также поиску ее психологических коррелятов.

Теоретико-методологические основы исследования: методология отечественной психологии социального познания [29-31]; социально-психологический подход к внешнему облику (ВО) В. А. Лабунской [34-36] – «многофакторная модель отношения к ВО», в которой «его оценки и самооценки предстают в качестве когнитивно-эмоционального компонента отношения; удовлетворенность и обеспокоенность являются эмоционально-мотивационным компонентом, стремление к преобразованию ВО, сопряженное с перфекционистскими реакциями на ВО, отнесено к поведенческому компоненту отношения к нему» [37, с. 85]; понимание ВО как феномена, отражающего «различные этапы жизненного пути на основе динамичных, вариабельных взаимосвязей трех компонентов: 1) физического, 2) социального облика, 3) экспрессивного поведения» [22, 34, с. 202]; гендерная методология и идеи гендерного подхода [19-21, 38].

Целью исследования выступило выявление влияния факторов гендера, пола и отношения к внешнему облику на выраженность потребности выглядеть моложе своих лет у взрослых в возрасте 21-75 лет.

Материалы и методы

1. Процедура «Фотовидеопрезентация ВО» Т. А. Воронцовой использовалась для определения ВВ участников исследования, которые были сфотографированы (портрет /

полный рост) и представлены для оценки возраста «оценщикам» (обычным людям, не-экспертам, не менее 20 человек в одной серии предъявления фотографий для оценки возраста) [39]. Воспринимаемый возраст представляет собой среднее арифметическое всех оценок возраста, которые приписаны объекту восприятия «оценщиками». На основании данной процедуры для каждого участника исследования подсчитана разница между его хронологическим возрастом и ВВ (ХВ-ВВ, или так называемые «спасенные годы» [40]). Этот показатель представляет собой возрастной отрезок, на который человек выглядит старше (если принимает отрицательные значения) или моложе (если принимает положительные значения) своего хронологического возраста [22].

2. Анкета «Самооценка возраста» Т. А. Воронцовой использована для фиксации хронологического возраста (ХВ), субъективного возраста (СВ) (ответ на вопрос – «на сколько лет Вы себя ощущаете»), самооценки ВВ (СВВ) (ответ на вопрос «на сколько лет, как Вы считаете, Вы выглядите»), желаемого ВВ (ЖВВ) (ответ на вопрос – «на сколько лет хотели бы выглядеть»), представлений об оценках возраста другими людьми (ОВВ) (ответ на вопрос – «на сколько лет, по мнению других людей, Вы выглядите»), планируемой продолжительности жизни (ППЖ) (ответ на вопрос – «до какого возраста планируете прожить?») [14, 39].

Далее была подсчитана разница между хронологическим и другими видами возраста, которая отражает, на сколько лет участники исследования чувствуют себя (ХВ-СВ); считают, что выглядят (ХВ-СВВ); хотят выглядеть (ХВ-ЖВВ); сообщают о том, что другие люди считают их выглядящими (ХВ-ОВВ) моложе или старше своих лет. Показатель ХВ-ЖВВ трактуется нами как выраженность потребности выглядеть моложе своих лет [1].

3. Комплекс методик, разработанных В. А. Лабунской для диагностики отношения к своему ВО [37]:

3.1. Анкета «Отношение к своему ВО: удовлетворенность и беспокойность» В. А. Лабунской и Е. В. Капитановой использована для определения степени удовлетворенности своим

ВО (УдВО); степени обеспокоенности своим ВО (ОбВО); выраженности стремления к совершенствованию своего ВО (СС).

3.2. «Шкалы диагностики представлений об оценках ВО родителями и друзьями, приятелями и преподавателями» В. А. Лабунской использована для диагностики представлений об оценке ВО друзьями-мужчинами (ОЦВОдрмуж); подругами-женщинами (ОЦВОдржен); родителями (ОЦВОмать, ОЦВОотец); руководителем (ОЦВОрук). На основании данных методики была посчитана средняя оценка ВО значимыми другими (срОЦВО).

3.3. Методика «Ценности и значимости ВО в различных сферах жизнедеятельности» В. А. Лабунской использована для определения ценности, значимости ВО в сферах: общение / дружба (Общ/друж); академическая успеваемость (Акадусп); карьера (Карьера); семья / романтические отношения (Семья); образ жизни (ОЖ); счастье (Счастье). На основании данных методики была посчитана средняя значимость ВО (срзначВО).

3.4. Методика «Оценочно-содержательная интерпретация своего ВО и его соответствия гендерно-возрастным конструктам» В. А. Лабунской использована для диагностики оценок компонентов своего ВО и интегральных оценок ВО: оценки лица (ОЛ); телосложения (ОТ); оформления ВО (ООВО); выразительного поведения (ОВП); степени принятия своего отраженного ВО (СПОВО); соответствия ВО возрасту (ОСВ); соответствия ВО гендеру (ОСГ); соответствия ВО гендерным ролям (ОСГР); соответствия ВО профессиональной роли (ОСПР); возрастной привлекательности ВО (ОВПВО); привлекательности ВО для партнера противоположного пола (ПВО); сексуальности ВО (ОС); удовлетворенность ВО (УВО) и интегральной оценки своего ВО (ИОВО).

3.5. Шкала appearance-перфекционизма использована для диагностики уровня выраженности перфекционизма (АП), связанного со своим ВО.

Достоверность результатов исследования обеспечивалась использованием методов математической статистики: описательных статистик, корреляционного анализа Спирмена, Т-критерия Стьюдента, критерия равенства дисперсий Ливиня, критерия Крускала-Уоллиса, U-критерия Манна-Уитни [22].

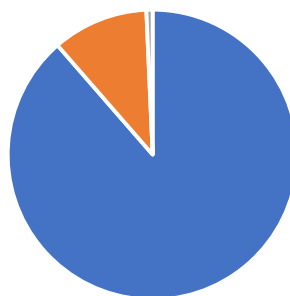
В исследовании приняли участие 637 человек (235 мужчин и 402 женщины) в возрасте от 21 до 75 лет. Выборка исследования была разделена на подгруппы по возрасту в соответствии с возрастной периодизацией Д. Б. Эльконина, в которой возрастной интервал зрелость был разделен на 2 периода в соответствии с высказанными выше соображениями о необходимости выделения отдельно возрастного этапа 50-59 лет [14,41].

В подгруппу «Молодость» вошли 114 человек от 21 до 34 лет (28 мужчин и 86 женщин, $Mx=26,48$); в подгруппу «Зрелость до 50 лет» вошли 153 человека от 35 до 49 лет (52 мужчины и 101 женщина, $Mx=42,35$); в подгруппу «Зрелость после 50 лет» вошли 215 человек от 50 до 59 лет (90 мужчин и 125 женщин, $Mx=53,93$); в подгруппу «Пожилой возраст» – 155 человек от 60 до 75 лет (65 мужчин и 90 женщин, $Mx=64,93$). Исследование проведено в период 2020-2022 годы, от всех участников исследования получено согласие на использование их фотоизображений в психологических исследованиях с последующей публикацией [22].

Результаты и их обсуждение

На первом этапе исследования мы использовали описательные статистики относительно выраженности потребности выглядеть моложе своих лет (ХВ-ЖВВ) на различных гендерно-возрастных подвыборках (Табл. 1). Показатель ХВ-ЖВВ по общей выборке исследования принимает значения от -7 до 55 лет, $M=9,85$, ст.откл.=7,67. Отрицательные значения (респонденты хотят выглядеть старше своего возраста) показателя ХВ-ЖВВ обнаружены только у 5 человек (0,8%), нулевые значения (респондент хочет выглядеть на свой возраст, что говорит об отсутствии у него потребности выглядеть моложе) обнаружены у 68 человек (10,7%), у 564 (88,5%) респондентов обнаружены положительные значения показателя ХВ-ЖВВ, что говорит о наличии потребности выглядеть моложе своих лет (Рис. 1).

Показатель ХВ-ЖВВ (разница между хронологическим и
желаемым воспринимаемым возрастом)



- Принимает положительные значения (есть потребность выглядеть моложе)
- Принимает нулевые значения
- Принимает отрицательные значения

Рисунок 1. Распределение показателя ХВ-ЖВВ на общей выборке
(в %)

Подавляющее большинство респондентов (88,5%) имеют актуальную потребность выглядеть моложе своего хронологического возраста. Учитывая большой размер выборки и возрастной размах, целесообразнее проанализировать данный показатель отдельно в возрастных подгруппах, а также внутри каждой из подгрупп – по мужчинам и женщинам.

Таблица 1

**Описательные статистики показателя ХВ-ЖВВ в
гендерно-возрастных подгруппах**

Минимум	Максимум	Среднее арифметическое	Станд. отклонение
МОЛОДЫЕ (21-34 года, N=114)			
-7	10	2,67	2,94
<i>Мужчины (N=28)</i>			
-7	5	0,57	2,52
<i>Женщины (N=86)</i>			
-2	10	3,36	2,74
ЗРЕЛЫЕ ДО 50 (25-49, N=153)			
0	26	8,59	5,08
<i>Мужчины (N=52)</i>			
0	22	7,77	6,08
<i>Женщины (N=101)</i>			
0	26	9,01	4,45
ЗРЕЛЫЕ СТАРШЕ 50 (50-59, N=215)			
0	35	11,77	6,73

<i>Мужчины (N=90)</i>			
0	35	10,90	7,25
<i>Женщины (N=125)</i>			
0	33	12,39	6,29
ПОЖИЛЫЕ (60-75, N=155)			
-1	55	13,68	9,42
<i>Мужчины (N=65)</i>			
-1	55	14,89	12,25
<i>Женщины (N=90)</i>			
0	32	12,81	6,61

Проведем анализ значимости различий в изучаемых подгруппах с точки зрения возраста и гендера. В таблице 2 приведены результаты применения критерия Крускала-Уоллиса.

Таблица 2

Влияние фактора «возрастной этап» на выраженность потребности выглядеть моложе своих лет (параметра ХВ-ЖВВ) по критерию Крускала-Уоллиса (основная выборка)

Возрастная группа	Среднее арифметическое показателя ХВ-ЖВВ	Средний ранг по группам	Статистика критерия
Молодые	2,67	113,02	$\chi^2=201,058;$ $p=0,000$
Зрелость до 50	8,59	298,28	
Зрелость после 50	11,77	378,97	
Пожилые	13,68	404,38	

Приведенные результаты показывают влияние возрастного фактора на выраженность потребности современного человека выглядеть моложе своих лет: она значимо поступательно увеличивается с возрастом. Если в молодом возрасте разница желаемого и хронологического возраста составляет всего 2,67 года, то в возрасте «зрелость до 50» она составляет уже 8,59 лет, в возрасте «зрелость после 50» – 11,77 года, а в пожилом возрасте – 13,68 лет.

Для выявления влияния фактора «гендер» применим t-критерий Стьюдента для сравнения показателя ХВ-ЖВВ в мужской и женской подвыборках отдельно по возрастным

группам (Табл. 3). Правомерность применения Т-критерия Стьюдента проверялась с помощью критерия равенства дисперсий Ливиня; в противном случае применялся критерий Манна-Уитни [22].

Таблица 3

Влияние фактора «гендер» на выраженность потребности выглядеть моложе своих лет (параметра ХВ-ЖВВ) по t-критерию Стьюдента (по возрастным подвыборкам)

Возрастная группа	М муж.	М жен.	t	p
Молодые	0,57	3,37	-4,767	0,00 0
Зрелость до 50	7,77	9,01	* Использован критерий Манна-Уитни: Ср. ранг 1 гр.=69,57, ср. ранг 2 гр.=80,83, Z=-1,493 при p=0,136	
Зрелость после 50	10,90	12,39	-1,609	0,10 9
Пожилые	14,89	12,81	* Использован критерий Манна-Уитни: Ср. ранг 1 гр.=79,28, ср. ранг 2 гр.=77,08, Z=-0,302 при p=0,763	

Влияние гендерного фактора обнаружено на подвыборке «Молодые» – среди молодых людей в возрасте от 21 до 34 лет. Женщины ориентированы на более молодой воспринимаемый возраст, чем мужчины, хотя выглядят моложе своих лет (в среднем, на 3,4 года), в сравнении с мужчинами, которые хотя выглядят моложе в среднем на 0,6 года, то есть их желаемый воспринимаемый возраст приближен к хронологическому. В подгруппах «Зрелость до 50» и «Зрелость после 50» среднее арифметическое показателя ХВ-ЖВВ у женщин больше, чем у мужчин, но разница не значима с точки зрения пожилых. Показатель ХВ-ЖВВ у мужчин даже превышает аналогичный показатель у женщин, но разница также не значима, с точки зрения математической статистики, что не позволяет нам сделать вывод

о влиянии гендерного фактора на выраженность потребности выглядеть моложе своих лет в возрасте 35-75 лет.

На следующем этапе обработки данных для выявления психологических коррелятов показателя ХВ-ЖВВ мы провели корреляционный анализ Спирмена данного показателя и изученных нами параметров отношения к своему внешнему облику, самооценки возраста, а также реального воспринимаемого возраста (показатель ХВ-ВВ). В таблице 4 представлены значимые на уровне 0,05 и 0,01 корреляции [22].

Таблица 4

Результаты корреляционного анализа Спирмена разницы между хронологическим и желаемым воспринимаемым возрастом взрослых (ХВ-ЖВВ) с показателями самооценки возраста и отношения к своему ВО (коэффициент корреляции / уровень значимости; ** корреляция значима на уровне 0,01; * корреляция значима на уровне 0,05)

Показатель	Коэффициент корреляции	Уровень значимости
ХВ-СВ	0,521**	0,000
ХВ-СВВ	0,513**	0,000
ХВ-ОВВ	0,495**	0,000
ХВ-ВВ	0,363**	0,000
ППЖ	0,139**	0,002
АП	0,155**	0,000
Акусп	0,164**	0,000
Карьера	0,099*	0,021
ОЖ	0,123**	0,004
ОСВ	-0,099*	0,013

Наиболее высокие коэффициенты корреляции показателя ХВ-ЖВВ обнаружены с другими показателями самооценки возраста (ХВ-СВ, ХВ-СВВ, ХВ-ОВВ), а также с реальным воспринимаемым возрастом респондентов, измеренным с помощью «Процедуры фотовидеопрезентации внешнего облика» (ХВ-ВВ). Участники исследования с выраженной потребностью выглядеть моложе своих лет имеют молодой субъективных

возраст (показатель ХВ-СВ); они считают, что выглядят значительно моложе своих лет (показатель ХВ-СВВ); сообщают о том, что другие люди считают их выглядящими (ХВ-ОВВ) моложе или старше своих лет, а также реально выглядят моложе своих лет (показатель «спасенные годы», или ХВ-ВВ). Также обнаружены связи с когнитивными и поведенческими компонентами отношения к своему внешнему облику: с арреарансе-перфекционизмом, со значимостью внешнего облика для академической успеваемости, карьеры и образа жизни, а также с оценкой соответствия своего внешнего облика возрасту. Люди с выраженной потребностью выглядеть моложе своих лет фиксируют на уровне самооценок несоответствие своего внешнего облика возрасту [14]. Также интерес вызывает обнаруженная нами взаимосвязь показателя ППЖ (планируемой продолжительности жизни) и ХВ-ЖВВ: чем выше потребность выглядеть моложе своих лет, тем более длительную жизненную перспективу определяет для себя человек.

Выводы

1) Разница между хронологическим и воспринимаемым возрастом, которая рассматривается нами как наличие (в случае положительных значений) или отсутствие (в случае нулевых или отрицательных значений) потребности выглядеть моложе своих лет на общей выборке взрослых в возрасте 21-75 лет имеет размах от -7 до 55 лет при среднем значении 10 лет. У подавляющего большинства выборки (88,5%) зафиксированы положительные значения показателя, или наличие потребности выглядеть моложе своих лет.

2) Обнаружено влияние фактора «возрастной этап» на выраженность потребности современного человека выглядеть моложе своих лет: она значимо поступательно увеличивается с возрастом. На возрастном этапе «молодость» (21-34 года) разница между хронологическим и желаемым возрастом составляет полгода; на этапе «зрелость до 50» (35-49 лет) – уже 8 лет; на этапе «зрелость после 50» (50-59 лет) – 11 лет; на этапе «пожилой возраст» (60-75 лет) – 15 лет.

3) Влияние фактора пола обнаружено в подгруппе молодых людей в возрасте 21-34 года; в других возрастных группах

значимых различий между мужчинами и женщинами не было обнаружено – эта потребность актуальна как для женщин, так и для мужчин.

4) Обнаружены психологические корреляты стремления выглядеть моложе своих лет: это субъективный возраст; самооценка воспринимаемого возраста и представление об оценках воспринимаемого возраста другими людьми; арреансеперфекционизм; значимость внешнего облика (в сферах академической успеваемости / карьеры / образа жизни); оценка соответствия своего внешнего облика возрасту.

5) Обнаружена взаимосвязь планируемой продолжительности жизни и потребности выглядеть моложе своих лет: чем выше потребность выглядеть моложе своих лет, тем более длительную жизненную перспективу определяет для себя человек.

Проведенное нами исследование позволило зафиксировать выраженность потребности выглядеть моложе своих лет в различных гендерно-возрастных группах и ее социально-психологические корреляты. В соответствии с фундаментальными представлениями о социальных потребностях как ведущем факторе социального поведения, потребность выглядеть моложе своих лет запускает комплекс взаимосвязанных форм поведения и когнитивно-эмоциональных его компонентов, что приводит к реальному омоложению человека в глазах других людей.

Исследование выполнено за счет гранта Российского научного фонда № 22-28-01763 в Южном федеральном университете.

Список источников

1. Артамонова А. Г., Воронцова Т. А. Особенности конструирования воспринимаемого возраста у представителей этнокультурных групп, отличающихся типом внешнего облика // Психология и психотехника. 2023. № 3. С. 108-132. doi: 10.7256/2454-0722.2023.3.43902.

2. Шкурко Т. А. Восприятие возраста как частный случай социальной перцепции // Прикладная психология общения и

межличностного познания: коллективная монография. М.: Издательство «Кредо»; 2015.

3. Шкурко Т.А., Николаева Е.Г. Компоненты внешнего облика в структуре восприятия визуальных презентаций возраста // Социальная психология и общество. 2015. Том 6, № 4. С. 78–90. doi:10.17759/sps.2015060406

4. Шкурко Т.А., Лабунская В.А. Почему мы выглядим моложе или старше своих лет: поиск психологических детерминант // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2018. Т. 18, Вып. 4. С. 450-457 doi: <https://doi.org/10.18500/1819-7671-2018-18-4-450-456>

5. Christensen K., Thinggaard M., McGue M., Rexbye H., Hjelmborg J. V. B., Aviv A., Gunn D., van der Ouderaa F., Vaupel J. W. Perceived age as clinically useful biomarker of ageing: Cohort study // BMJ (Online). 2009. V. 339, Issue 7735. b5262. P. 1433.

6. Ganel T., Goodale M. A. Smiling makes you look older, even when you wear a mask: the effect of face masks on age perception // Cognitive Research: Principles and Implications. 2022. Vol. 7, Issue 84.

7. Uotinen V., Rantanen T., Suutama T. Perceived age as a predictor of old age mortality: A 13-year prospective study // Age and Ageing. 2005. V. 34. Issue 4. P. 368–372.

8. Воронцова Т.А. Мужчины VS женщин: гендерная асимметрия при восприятии возраста мужчин и женщин-ровесников // Социальная психология и общество. 2022. Том 13, № 4. С. 47–67. doi: <https://doi.org/10.17759/sps.20221304>.

9. Воронцова Т.А. Отношение к незнакомому человеку и оценка его возраста по фотоизображению лица, трансформированного в приложении FaceApp // Экспериментальная психология. 2022. Том 15, № 3. С. 3149. doi: <https://doi.org/10.17759/exppsy.2022150303>.

10. Воронцова Т.А., Артамонова А.Г. Гендерные особенности конструирования воспринимаемого возраста незнакомому человеку // Южно-Российский журнал социальных наук. 2022. № 3. С. 80-99.

11. Курышева О.В., Тарасова С.В. Взаимосвязь отношения к собственному возрасту и стратегий совладания со старостью у

пожилых людей // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 11: Естественные науки. 2014. № 1 (7). С. 47-55.

12. Крюкова Т.Л., Осьмина А.А. Совладание с переживанием стресса старения у женщин среднего возраста // В сборнике: Личностные и регуляторные ресурсы достижения образовательных и профессиональных целей в эпоху цифровизации. Материалы международной научно-практической онлайн-конференции. 2020. С. 877-886.

13. Брюкнер П. Недолговечная вечность: философия долголетия. Спб.: Издательство Ивана Лимбаха; 2021.

14. Воронцова Т.А. Воспринимаемый возраст и отношение к своему внешнему облику у взрослых старше 50 лет. В сб.: Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография / отв. редактор А.Г. Фаустова; ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. Рязань: ОТСиОП. 2022.

15. Folster M., Hess U., Werheid K. Facial age affects emotional expression decoding // *Frontiers in Psychology*. 2014. Vol. 5, Article 30. doi:10.3389/fpsyg.2014.00030

16. Диас Е., Арсентьева Е. Фразеологические единицы, обозначающие старый возраст человека, в английском и русском языках // *Филология и культура*. 2018. № 1 (51). С. 57-63.

17. Gewirtz-Meydan A., Ayalon L. Forever young: Visual representations of gender and age in online dating sites for older adults // *Journal of Women & Aging*. 2018. Vol. 30, Issue 6. P. 484-502. doi: 10.1080/08952841.2017.1330586

18. Berman P. W., O'Nan B. A., Floyd W. The double standard of aging and the social situation: Judgments of attractiveness of the middle-aged woman // *Sex Roles*. 1981. Vol. 7. Pp. 87–96.

19. Клецина И.С. Гендерная социализация в пожилом возрасте. Социальная психология и общество. 2020. Том 11. № 3. С. 22 - 34. doi: 10.17759/sps.2020110302

20. Григорьева И.А. Пожилые женщины: «вниз по лестнице» возраста и гендера // *Женщина в российском обществе*. 2018. № 1 (86). С. 5-18.

21. Клецина И.С., Иоффе Е.В. Нормы женского поведения: традиционная и современная модели. *Женщина в российском обществе*. 2019. № 3. С. 72-90.

22. Воронцова Т.А., Артамонова А.Г. Отношение к своему внешнему облику и конструирование воспринимаемого возраста мужчин и женщин: почему женщины выглядят моложе? // Российский психологический журнал. 2023. Том 21. № 2.

23. Юревич А.В. Психологические аспекты старения // Вопросы психологии. 2018. № 1. С. 39-48.

24. Юревич А.В. Старение как психологическая проблема // Наука. Культура. Общество. 2018. № 1. С. 5-19.

25. Юревич А.В. Старость и старение: психологические аспекты // Человеческий фактор: проблемы психологии и эргономики. 2018. № 1 (86). С. 9-16.

26. Буряковская В.А. Культ молодости в массовой культуре // Вопросы психологии. 2015. № 3. С. 66-72.

27. Шемет К., Маковецкая Е.Н. Страх старения и культ вечной молодости: новая философия возраста современного человека // В сб.: Потенциал российской экономики и инновационные пути его реализации. материалы всероссийской научно-практической конференции студентов и аспирантов, в 2-х частях. Омск, 2021. С. 251-253.

28. Кампос А.Д., Чебан А.Г. Возрастная идентичность: вызов концепции активной старости // Клиническая геронтология. 2018. № 9-10. С. 26-28.

29. Кампос А.Д., Чебан А.Г. Опыт междисциплинарного анализа феномена субкультуры старения // Клиническая геронтология. 2018. № 9-10. С. 28-29.

30. Сергиенко Е.А. Субъективный возраст себя и другого // В сборнике: Познание в деятельности и общении: от теории и практики к эксперименту. Барабанщиков В.А., Самойленко Е.С., Носуленко В.Н. Сер. "Интеграция академической и университетской психологии" Под редакцией: В. А. Барабанщикова, В. Н. Носуленко, Е. С. Самойленко. Москва, 2011. С. 311-316.

31. Андреева Г.М. Психология социального познания. М.: Аспект-Пресс; 2000.

32. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. М.: Изд-во МГУ; 1982.

33. Бодалев А.А. (ред.) Психология общения. Энциклопедический словарь. М.: Когито-Центр; 2015.

34. Лабунская В.А., Дроздова И.И. Теоретико-эмпирический анализ влияния социально-психологических факторов на оценки, самооценки молодыми людьми внешнего облика // Российский психологический журнал. 2017. Том 14. № 2. С. 202–226. doi: 10.21702/rpj.2017.2.12.

35. Лабунская В.А. Отношение к внешнему облику, его ценность и значимость как факторы субъективного благополучия молодых людей // Социальная психология и общество. 2019. Том 10. № 3. С. 51 – 66. doi:10.17759/sps.2019100304

36. Лабунская В.А. Тренды изучения отношения к внешнему облику с позиций прикладной социальной психологии // Социальная психология и общество. 2021. Том 12. № 3. С. 128–150. doi: 10.17759/sps.2021120309

37. Лабунская В. А., Сериков Г. В., Шкурко Т. А. (ред.) Социальная психология внешнего облика: теоретические подходы и эмпирические исследования. Коллективная монография. Ростов-на-Дону: Мини Тайп; 2019.

38. Семенова Л.Э., Семенова В.Э. Гендерная методология научных исследований: новые возможности в познании объективной и субъективной реальности // Гуманитарные и социальные науки. 2014. № 2. С. 239-243.

39. Шкурко Т.А. Фотовидеопрезентации внешнего облика как метод изучения воспринимаемого возраста человека // Социальная психология и общество. 2018. Том 9, № 3. С. 104–117.

40. Zimm A.J., Modabber M., Fernandes V., Karimi K. & Adamson P.A. Objective assessment of perceived age reversal and improvement in attractiveness after aging face surgery // JAMA Facial Plastic Surgery. 2013. 2019. Vol. 15, Issue 6. Pp. 405–410. doi: <https://doi.org/10.1001/jamafacial.2013.268>

41. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Вопросы психологии. 1971. № 4. С. 6–20.

Автор, ответственный за переписку: Т.А. Воронцова, shkurko@sfedu.ru

Раздел 2. ОБРАЗ ТЕЛА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ И ЮНОСТИ

МОТИВООБРАЗУЮЩИЙ ПОТЕНЦИАЛ ЦЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ

Лесин А.М.

*Рязанский государственный медицинский университет
имени академика И.П. Павлова, Рязань, Россия*

Аннотация. Статья посвящена эмпирическому исследованию взаимосвязей уровня конфликта между значимостью и осуществлением ценности физической привлекательности с выраженностью направленности личности, ценностных карьерных ориентаций, психологических переменных инициативности и подобных конфликтов других ценностей для выявления особенностей мотивационного потенциала и смыслопорождающей функции исследуемой ценности молодых людей. Было установлено, что мотивационный потенциал данной ценности взаимосвязан с направленностью на себя, но не связан или отрицательно связан с выраженностью ценностных карьерных ориентаций. Умеренная мотивированность молодых людей ценностью физической привлекательности может быть взаимосвязана с возможностью постановки реалистичных целей с учетом баланса общественных и личных интересов, в то время как чрезмерная – со стремлением реализации лишь лично значимых, иногда нереализуемых, целей. Делается вывод о значимости визуального сопровождения, связанного с физической привлекательностью и демонстрацией знаков материального и социального успеха, получаемого информационного контента, что указывает на важное место исследуемой ценности в структуре ценностной картины мира молодежи.

Ключевые слова: личность; ценности; физическая привлекательность; мотивообразование; молодые люди

Современный мир постоянно формирует новые вызовы перед всем научным сообществом и ставит перед психологической наукой вопросы, связанные с формированием, с одной стороны, личностной стабильности, жизнестойкости, которая позволяет человеку справляться со сложными периодами и повседневностью [1], а с другой – гибкости в ситуациях неопределенности для поддержания здоровья, субъективного ощущения благополучия и высокого уровня самореализации личности [2]. Одними из основных компонентов направленности личности являются ценности, которые представляют собой важные жизненные цели и морально разрешенные способы их достижения и повседневной жизни и при этом могут выполнять стабилизирующую функцию, способствовать возможному отношению к изменяющимся условиям жизни [3], участвуя в процессах мотивообразования и смыслопорождения. Хорошо известны трудности, связанные с изучением ценностной сферы, в силу сложности ее самооценки с точки зрения глубокой личностной или декларативной значимости тех или иных ценностей, оценки их вклада в мотивацию личности и влияния на жизнедеятельность в целом [4]. Учитывая, что ценности, в отличие от потребностей, отличается то, что их реализация не снимает ощущения внутреннего дефицита [5], то оценивать мотивирующий потенциал ценностей можно с помощью уровня конфликта между их значимостью и осуществлением [4].

Процессы, связанные с возрастающей цифровизацией и приобретением особой важности так называемого визуального потребления [6], указывают на важность исследования ценности физической привлекательности, поскольку помимо того, что она может быть свидетельством внимательного отношения к себе, здорового образа жизни [7], она так же приобретает характер маркера социальной успешности, который сопровождает важный контент и является зачастую необходимым атрибутом различных значимых медийных персонажей [8], в особенности для молодых людей, находящихся в процессе формирования самоотношения и которые сами скоро будут определять все социальные процессы и ценностную структуру как отдельных людей, так и общества в целом [9]. Очевидно, что в таких условиях представляет особую

актуальность определение функции и вклада ценности физической привлекательности не просто на декларативном, но и на более глубоком личностном уровне в мотивационную структуру личности молодых людей и ее влияния на их активность и субъективное ощущение благополучия в целом [10].

Цели и задачи исследования

Исходя из описанной актуальности нами было проведено исследование особенностей взаимосвязей уровня конфликта между значимостью и осуществлением ценности физической привлекательности молодых людей в возрасте от 17 до 23 лет обоих полов с выраженностью таких конфликтов других ценностей, а также психологических переменных инициативности, ценностных карьерных ориентаций и направленности личности с целью установления особенностей мотивообразующего потенциала данной ценности и ее смыслопорождающей функции.

Материалы и методы

Исследование проводилось с помощью методик: «Ценностные ориентации» О. И. Моткова и Т. А. Огневой, «Якоря карьеры» Э. Шейна (адаптация: В. А. Чикер, В. Э. Винокурова), ориентационная анкета Б. Басса, бланковый тест «Инициативность» А. И. Крупнова.

Результаты и их обсуждение

Уровень конфликта между значимостью и осуществлением ценности физической привлекательности, который может указывать на мотивационный потенциал ценности, имел только две отрицательные взаимосвязи с выраженностью ценностных карьерных ориентаций на вызов и предпринимательство. Чем более молодые люди мотивируются необходимостью реализации ценности внешности и физической привлекательности, тем менее они ориентированы на реализацию себя в карьерной сфере, в особенности в такой работе, которая связана с необходимостью проявлять все свои таланты и умения в условиях конкуренции, решать сложные задачи, а также которая подразумевает управление людьми, проектами, бизнес-процессами, где

требуются серьезные усилия по координации своей и коллективной активности. Если молодые люди на более глубинном уровне мотивированы ценностью внешности, то они в меньшей степени стремятся к приложению собственных усилий для достижения карьерных высот, очевидно, воспринимая ценность внешней привлекательности как ресурс, который может им позволить меньше задумываться о деятельной реализации себя.

Этот факт подтверждается и отрицательными взаимосвязями исследуемого уровня конфликта между значимостью и осуществлением ценности физической привлекательности с выраженностью продуктивных компонентов инициативности: субъектности и предметности. Чем выше мотивационный потенциал ценности физической красоты, тем меньше молодые люди считают важным реализовывать свое инициативное поведение как на благо общества в условиях сотрудничества, так и в личных целях для повышения самоуважения, уверенности в себе, развития новых интересов и склонностей.

Интересно, что мы обнаружили две отрицательные взаимосвязи выраженности мотивационного потенциала ценности красоты с убежденностью в том, что значимость ценностей саморазвития и материальной обеспеченности в большей степени зависят от внешних обстоятельств. То есть, чем больше молодые люди склонны регулироваться в своей деятельности мотивами, связанными с ценностью физической привлекательности, тем меньше они склонны полагать, что получение материальных благ и развитие их личности зависят от сторонних условий, в то время как не было обнаружено корреляций, что этому процессу могут способствовать их природные данные или собственные усилия. Другими словами, молодые люди, для которых на глубинном личностном уровне значима ценность внешности, не считают, что их материальный достаток и образ развитой личности зависят от случайного стечения обстоятельств, а, видимо, является результатом их осознанного «вложения» в свою привлекательность как в ресурс для достижения успеха. Это подтверждается и отрицательной взаимосвязью выраженности конфликта между значимостью и

осуществлением ценности физической привлекательности с убежденностью, что реализации этой ценности способствуют их природные данные. Молодые люди, для которых исследуемая ценность обладает существенным мотивационным потенциалом, воспринимают ее именно как ресурс, требующий формирования, который в меньшей степени зависит от врожденных внешних качеств и является плодом их усилий.

Также представляет интерес и наличие положительной взаимосвязи выраженности конфликта между значимостью и осуществлением ценности физической привлекательности с уровнем декларативной значимости изучаемой ценности. Это означает, что молодые люди, для которых физическая привлекательность является важным движущим мотивом, не скрывают это, свободно декларируют ее важность и не считают данный факт социально неодобряемым. Они считают вполне закономерным выразить важность фактора физической привлекательности как ценности окружающим и публично стремиться к ее осуществлению различными способами, включая занятие спортом и коррекцию своей внешности другими способами.

Были обнаружены только отрицательные взаимосвязи выраженности конфликта между значимостью и осуществлением ценности физической привлекательности и субъективным уровнем осуществления этой и других ценностей: хорошего материального благополучия, саморазвития, творчества, высокого социального положения, роскошной жизни. Чем выше мотивационный потенциал ценности внешности, тем меньшей удовлетворенностью обладают молодые люди относительно наличного уровня реализации ценностей. Те, для кого собственная внешность является важным ресурсом и источником мотивов, считают повышение своей привлекательности достоинством и результатом процесса развития, проявления креативности, и что эти плоды заслуживают признания со стороны других людей. Кроме того, таким людям кажется, что недостаточно реализованы их ценности, связанные с социальным статусом, что они недооценены со стороны окружающих. Также, чем выше для молодежи личностная значимость исследуемой ценности, тем меньше они удовлетворены реализацией

материальной стороны своей жизни, они полагают, что нуждаются в большем, чем имеют, и стремятся к обретению более чем комфортных условий жизни, связанных с роскошью.

Уровень конфликта значимости и осуществления ценности физической привлекательности положительно коррелировал с выраженностью направленности на себя. Данная закономерность указывает на то, что чем большим мотивационным потенциалом для молодых людей обладает внешность, тем более они ориентированы на свою личность, прямое вознаграждение, материальное поощрение. Для тех молодых людей, для кого данная ценность имеет высокий энергетический ресурс, более характерны завышенные требования к себе и окружающим, они склонны ставить перед собой иногда недостижимые цели, фрустрироваться при их недостижении. Вероятно, чрезмерное стремление к идеальному, на их взгляд, внешнему виду с одной стороны может быть причиной негибкого отношения к себе, а с другой – нарциссического отношения к своей персоне. В то же время умеренная мотивация, связанная с приятным внешним видом, может способствовать внимательному отношению к себе и своим интересам, стремлению ориентироваться в своей деятельности не только на общественные, но и на личные интересы.

Интересным является тот факт, что уровень конфликта между значимостью и осуществлением ценности физической привлекательности имел положительные корреляции с такими конфликтами почти всех других ценностей: хорошее материальное благополучие; саморазвитие личности; теплые, заботливые отношения с людьми; высокое социальное положение; творчество; роскошная жизнь; любовь к природе и бережное отношение к ней; за исключением таких ценностей, как известность, популярность, уважение и помощь людям, отзывчивость. Это может указывать на высокую потенциальную смыслопорождающую составляющую ценности физической привлекательности. При чрезмерном включении данной ценности в мотивационную структуру личности молодых людей ценностное смысловое поле, связанное с ней, наращивается за счет включения в него отношений к другим ценностям, устанавливается большое количество активных элементов

направленности личности, взаимосвязанных с внешним видом. Очевидно, это может быть отражением некоторых тенденций в современном обществе, связанных с особенностями визуального потребления. В социальных сетях, в медиапространстве, учитывая специфику модальности обмена информацией, зачастую транслируемые значения и ценности маркированы положительными визуальными образами, которые могут быть представлены внешней привлекательностью персон – блогеров, артистов, наставников – проводников социального интереса для большого числа современной молодежи. Эти часто внешне привлекательные люди с демонстрацией элементов роскоши могут быть олицетворением успеха, социального статуса, материальной обеспеченности, творческой самореализации, уникальности, развитой личности и даже заботливости по отношению к другим людям и природе.

Выводы

Таким образом, в ходе исследования было выявлено, что ценность физической привлекательности может обладать для молодых людей существенным мотивообразующим и смыслопорождающим потенциалом. При этом он не связан со стремлением молодежи к реализации себя в будущем на профессиональном поприще, однако при этом в смысловом поле объединяется с возможностью и необходимостью достижения материальной выгоды и даже более чем комфортных условий жизни. Молодые люди склонны оценивать привлекательную внешность как ресурс, который позволяет в какой-то мере освободиться от необходимости инициативного поведения на благо общества и своей личности, чрезмерной профессиональной реализации, особенно в области управления сложными проектами, коллективами, связанной с необходимостью постоянного проявления своих умений и талантов для решения сложных задач. Также те молодые люди, у которых высок мотивационный потенциал ценности внешней привлекательности, не скрывают и декларативно одобряют ее необходимость и важность; воспринимают ее как собственный вклад в будущее; рассматривают ее как результат своей деятельности; ресурс, который обладает определенной пользой

для настоящей и будущей жизни. Также таких людей отличает низкая удовлетворенность реализацией всех ценностей, как внутренних, так и внешних. Чем выше мотивационный потенциал исследуемой ценности, тем более им кажется, что они могут заслуживать большего социального статуса, материально обеспеченной жизни с элементами роскоши, стороннего признания их уникальности с точки зрения креативности и личностного роста. Излишняя мотивированность ценностью физической привлекательности может быть связана с эгоистичной направленностью на себя, чрезмерным стремлением к реализации лишь собственных интересов без оглядки на окружающих людей, что, в свою очередь, может быть сопряжено с подверженностью постановке нереальных завышенных целей и фрустрации при их недостижении. Однако, умеренная подобная мотивация может быть связана со сбалансированностью личных и общественных устремлений в структуре направленности личности молодых людей и достижением реалистичных целей с учетом своих и общественных интересов. Чем более молодые люди регулируются в своей активности мотивами, связанными с внешней привлекательностью, тем большее количество связей имеет данная ценность со всеми другими ценностями и тем больше это способствует активизации их мотивационного потенциала. Цифровизация социальной сферы, при которой проводники медиа среды, транслирующие ценности на своем примере, часто сопровождают это демонстрацией различных внешних ценностей, в первую очередь своей физической привлекательности и атрибутов социального статуса и материальных достижений, что выстраивает еще более устойчивые их связи как в личной, так и в общественной ценностной сферах, указывает на необходимость учета этих неизбежных особенностей современности, а результаты данного исследования могут быть полезны при выстраивании социальной, воспитательной, образовательной и психологической работы с молодыми людьми.

Список источников

1. Кузнецова Л.М., Лесин А.М. Взаимосвязь жизнестойкости и ценностных ориентаций молодых людей. В сб.: VIII международная конференция студентов и молодых ученых «Психология и медицина: пути поиска оптимального взаимодействия»; 25-26 ноября 2021. Рязань; 2021.
2. Демин А.Н., Киреева О.В. Соотношение психологического благополучия и гибкости личности в разных видах занятости // Человеческий капитал. 2022. № 10 (166). С. 173–179. doi: 10.25629/НС.2022.10.18. – EDN KZYBGS.
3. Леонтьев Д.А. К психологии возможного: антропологический, детерминистский, аксиологический и экзистенциальный контексты // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2022. Т. 12, № 2. С. 111–121. doi: 10.21638/spbu16.2022.201EDN.
4. Лесин А.М. Определение личностной значимости и содержания ценностей // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2020. Т. 8, № 4 (31). С. 445–455. doi: 10.23888/humJ20204445-455. – EDN DGVIVV.
5. Леонтьев Д.А. От социальных ценностей к личностным: социогенез и феноменология ценностной регуляции деятельности // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 1996. № 4. С. 35–44.
6. Новак М.В., Игнатов М.А. Субкультуры в современной России и визуальное потребление: региональный аспект // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия: Философия. Социология. Право. 2014. № 9 (180). С. 144–152.
7. Лесин А.М. Ценность внешней привлекательности молодых женщин // Вестник РГГУ. Серия: Философия. Социология. Искусствоведение. 2021. № 1-2 (25). С. 231–237. doi: 10.28995/2073-6401-2021-1-231-237.
8. Кам Ваво С.А. Медиатехнологии привлечения внимания интернет-аудитории и сохранение ценностных приоритетов традиционных СМИ // Гуманитарный вектор. 2022. Т. 17, № 1. С. 126–137. doi 10.21209/1996-7853-2022-17-1-126-137.

9. Леонова Т.И. Особенности самоотношения девушек / Т. И. Леонова // Вестник РГГУ. Серия: Философия. Социология. Искусствоведение. 2022. № 1-2. С. 297–304. doi: 10.28995/2073-6401-2022-1-297-304.

10. Лабунская В.А. Полидетерминация отношения к внешнему облику и его влияния на субъективное благополучие человека: социально-психологический гендерно-возрастной подход // Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография. Рязань: ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России; ОТСиОП; 2022.

*Автор, ответственный за переписку: А.М. Лесин,
am170911@mail.ru*

ВЗАИМОСВЯЗИ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ОБРАЗОМ ТЕЛА, Я-ФУНКЦИЙ И ВОСПРИНИМАЕМОГО ФАББИНГА У ЛИЦ МОЛОДОГО ВОЗРАСТА

Рагозинская В.Г.

*Челябинский государственный университет, Челябинск,
Россия*

Аннотация. В статье представлены результаты исследования взаимосвязи удовлетворенности образом тела, Я-функций и воспринимаемого фаббинга у лиц молодого возраста. В исследовании приняли участие 154 человека в возрасте 20-29 лет. Применялись стандартизированные опросники «Идеальное представление образа тела» Т. Кэша, «Инвентаризация случаев дисфории образа тела в зависимости от ситуаций» Т. Кэша, «Инвентаризация мыслей о внешности» Т. Кэша, «Я-структурный тест» Г. Аммона, «Общая шкала переживаемого фаббинга» В. Чотпитаясунонда и К. М. Дугласа, «Партнерский фаббинг» Дж. А. Робертса и М. Дэвида. Согласно полученным результатам, выраженная неудовлетворенность своей внешностью тесно связана с деструктивной тревожностью, деструктивной и дефицитарной агрессией, деструктивным и дефицитарным нарциссизмом, дефицитарной сексуальностью, деструктивными и дефицитарными внешними Я-отграничениями, с дефицитарными внутренними Я-отграничениями, с болезненной чувствительностью к отвлечениям собеседника на смартфон и склонностью воспринимать такое поведение как пренебрежение собой.

Ключевые слова: образ тела; молодой возраст; неудовлетворенность своей внешностью; фаббинг; Я-функции

Интерес к проблеме взаимосвязей между удовлетворенностью образом тела, Я-функциями и воспринимаемым фаббингом обусловлен тем, что образ тела является важной составной частью процессов, связанных с идентичностью и самооценкой, опосредует и во многом определяет возникновение и развитие межличностных отношений [1-3]. Об актуальности данного исследования

свидетельствует широкое распространение среди населения неудовлетворенности собственным внешним обликом, достигающее эпидемического масштаба [4].

Образ тела – это «сложное комплексное единство восприятия, установок, оценок, представлений, связанных с телесной внешностью и с функциями тела» [5, с. 22], которое не сводится лишь к субъективной оценке себя, основывающейся на когнитивном, перцептивном и эмоциональном компонентах, но, прежде всего, отражает личностное мироощущение [6].

Образ тела представляет собой динамическое образование, формирующееся под влиянием физиологических, психологических и социокультурных факторов [5,7-9]. Несмотря на то, что восприятие собственной телесности и отношение к собственному телу у каждого человека носит индивидуальный характер, особая роль в этом процессе отводится телесному канону, включающему закрепленные в культуре социально-нормативные представления о том, каким является и каким должно быть человеческое тело [10]. Характерная для данной культуры и отраженная в моде, искусстве, литературе, СМИ система установок и представлений относительно тела и внешности преломляется через призму межличностных отношений в семье, референтных группах, субкультурах и пр. Затем значительная часть этих установок и представлений, интернализированных и закрепленных в индивидуальном сознании, участвует в конструировании индивидуального образа тела и определяет особенности отношения к нему путем постоянного сличения реального внешнего облика с идеальным образом тела, отражающим особенности телесного канона.

Пристальное внимание современного человека к внешнему облику и физической привлекательности связано с «телоцентризмом» современной культуры и ее телесно-визуалистской ориентацией [11].

Господствующий в последние десятилетия культ идеального тела диктует труднодостижимые эталоны мужской и – особенно – женской красоты. Давление идеального образа настолько велико, что многие люди, несмотря на труднодостижимость подобных эталонов, стремятся им соответствовать, стремятся создать внешность, востребованную

обществом, работодателями, ближайшим окружением, прибегая к различным усилиям по ее «улучшению». Во многом это обусловлено склонностью современного человека к объективному отношению к собственному телу и тенденцией использовать свою телесность в качестве инструмента для реализации целого ряда социокультурных потребностей: молодое, стройное, подтянутое тело во многом является критерием успешности человека в личной, профессиональной и общественной жизни [12,13], подчеркивает социальный статус его владельца и/или его супруга(и) [14], рассматривается как товар, который должен иметь привлекательный вид [15], становится своеобразным механизмом получения выгоды, достижения карьерных и личностных целей [2,16].

Современные СМИ и социальные сети тиражируют визуализированные медиа-образы идеального человеческого тела и транслируют прямые и косвенные призывы к улучшению внешности для соответствия единым для всех стандартам красоты [17,18]. Сравнение себя с подобными идеализированными изображениями, как правило, происходит не в свою пользу. Интернализации экстремальных телесных идеалов и ориентация на идеальный образ тела, мало согласующийся с индивидуальными и социально-психологическими характеристиками человека, нередко способствуют возникновению недовольства собственным «несовершенным» телом [19], которое настолько широко распространено в современном мире, что стало считаться нормативным [1]. Феномен «нормативной неудовлетворенности» своей внешностью описывается по отношению к людям, не имеющим физических дефектов и/или психических заболеваний, но при этом довольно критически относящихся к собственной внешности и негативно оценивающих свой образ тела [20].

Отсутствие физических дефектов, нормотипичное телосложение не являются гарантией принятия себя и не означают репрезентацию позитивного образа тела [21]. Это объясняется тем, что оценка собственной внешности отражает наши представления о степени нашей привлекательности в глазах других людей, при этом самооценка собственной привлекательности не обнаруживает высоких корреляций с

объективными оценками внешнего вида [22]. Страх негативной оценки внешности связан с самообъективацией и самостигматизацией, которые ведут к усиленному вниманию к телу и постоянным проверкам и сравнениям своего тела с другими [23]. Таким образом, оценка себя как физически непривлекательного человека основывается не столько на объективных данных, сколько на субъективных представлениях о красоте, личностных установках и требованиях к своему внешнему виду [24,25]. Также причинами недовольства собственной внешностью могут выступать особенности мотивационно-личностной и аффективной сфер, приводящие к искажению образа тела [40].

Неудовлетворенность собственной внешностью может иметь разную степень выраженности – от умеренного переживания своей непривлекательности и сниженной самооценки до внутриличностных конфликтов, дезадаптации, отчуждения от телесного «Я», выраженной одержимости физической внешностью, дисморфических расстройств и пр. [12,26]. Нередко это влечет за собой различные расстройства пищевого поведения и рискованные телесные практики с целью «создания» желаемой внешности [1,27,28,40].

Неудовлетворенность собственной внешностью особенно остро переживается в молодом возрасте, поскольку с этим возрастом связывают становление интимности, то есть достижение близости в отношениях, слияние с идентичностью другого человека без опасения потерять самого себя [29]. Важными условиями становления интимности является устойчивое обретение собственной идентичности и понимание идентичности Другого. Первое условие предполагает конструирование целостного представления о самом себе, отношения к своему Я, к своей телесности, а также понимание и управление своими психологическими границами, тогда как второе условие позволяет в каждом случае определять, какой линии поведения и степени близости следует придерживаться по отношению к Другому [29]. В этих процессах значительная роль отводится телесной чувствительности и телесной репрезентации. Телесная чувствительность лежит в основе чувства индивидуальности, понимания и управления своими

психологическими границами [30]. Телесная репрезентация в среде современной молодежи имеет существенное (а подчас и решающее) значение в оценке личных качеств и психологических особенностей индивида и в его признании или исключении из социальной группы [31,32]. Потребность каждого человека быть принятым другими людьми ориентирует его на действия, позволяющие создать такую внешность, которая соответствует ожиданиям общества и/или социальной группы [14]. Неспособность создать внешность, востребованную обществом, и восприятие себя как человека физически непривлекательного, сопровождающееся деструктивными чувствами вины, неадекватности и малоценности для окружающих, в юношеском и молодом возрасте могут неблагоприятным образом сказываться на межличностных отношениях [33-37]. Это во многом обусловлено переходным характером данного возрастного периода, связанного со значительными изменениями в социальном, биологическом и психологическом статусах личности [40]. В такие переходные периоды социальная феноменальность тела становится наиболее явленной, и тело оказывается тем локусом, через который осуществляется новый этап социального конструирования личности. Онтологическое самоопределение реализуется сквозь призму телесного [21]. Таким образом, тело задает дискурс нормативности; быть нормальным – значит, соответствовать социальным ожиданиям, предъявляемым к телу и физической привлекательности [21,38].

Переживание собственной непривлекательности повышает социальную тревожность [39]; межличностную сензитивность, ранимость, обидчивость, подозрительность, враждебность [40]; тревожное ожидание отвержения на основании внешнего вида [22,33,41] и проявлений агрессии [42,43]. Подобные неконструктивные способы регуляции отношений с окружающими людьми препятствуют формированию способности к близким отношениям и могут приводить к усилению недовольства своим телом [44].

Особую разновидность социальных ситуаций, содержащих реальную/воображаемую угрозу отвержения, представляет собой такое распространенное в нашем «оцифрованном» мире явление, как фэббинг. Под фэббингом понимается акт

пренебрежительного отношения к собеседнику-визави во время общения с ним посредством отвлечения на смартфон [45]. С точки зрения фаббируемого собеседника, такое поведение свидетельствует о невнимании и неуважительном отношении [46]. Фаббинг рассматривается как особая форма социальной изоляции (или остракизма), которая угрожает фундаментальным человеческим потребностям (потребности в принадлежности, в самооценке, в признании и в контроле) и приводит к негативным эмоциональным состояниям, таким как агрессия, тревога, депрессия и одиночество [47,48]. Восприятие людьми фаббинг-поведения со стороны своего собеседника может быть обусловлено их чувствительностью к отвержению: люди, отличающиеся низкой чувствительностью к отвержению, спокойнее воспринимают отвлечения своего визави на смартфон и менее склонны испытывать негативные переживания по этому поводу, чем высокочувствительные к отвержению люди [48].

В психодинамической концепции Г. Аммона установки, отношения и варианты поведения индивида рассматриваются как феноменологическое выражение структуры его личности, которая, в свою очередь, определяется набором выраженных в той или иной степени Я-функций. К центральным Я-функциям автор относит агрессию, страх, нарциссизм, сексуальность, внутреннее и внешнее Я-отграничения, которые вместе составляют идентичность личности [49]. Каждая из перечисленных Я-функций может иметь конструктивную, деструктивную или дефицитарную выраженность. Наличие конструктивных Я-функций связано с психическим здоровьем и успешной социальной адаптацией индивида, тогда как с деструктивными и дефицитарными Я-функциями связано развитие соответствующих психопатологических проявлений, психических расстройств и девиаций поведения [56].

В современных исследованиях дефицит конструктивных Я-функций и доминирование деструктивных и дефицитарных Я-функций рассматриваются в связи с негативным образом собственного тела и нанесением татуировок [50], неадекватным стилем переживания беременности [51], психогенным бесплодием [52], нарушениями пищевого поведения [53,54], совершением преступлений против половой неприкосновенности

и половой свободы личности [55]. Также Я-функции рассматриваются в контексте склонности к фаббинг-поведению и в контексте уязвимости в отношении отвлечений собеседника на смартфон [56].

В связи с вышеизложенным представляется актуальным выявление взаимосвязей между удовлетворенностью образом собственного тела, Я-функций и воспринимаемого фаббинга у лиц молодого возраста.

Цель исследования – выявление взаимосвязи между удовлетворенностью образом тела, Я-функциями и воспринимаемым фаббингом у лиц молодого возраста.

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 154 человека, 87 женщин и 67 мужчин в возрасте от 20 до 29 лет (средний возраст – 25,8 лет).

Группа испытуемых формировалась на основе следующих критериев отбора: испытуемый является пользователем смартфона; состоит в браке (зарегистрированном или фактическом) или в близких романтических отношениях не менее 6 месяцев на момент проведения исследования; у него отсутствуют острые и тяжелые хронические соматические и нервно-психические расстройства на момент проведения исследования и, по меньшей мере, в течение одного месяца до и после исследования; для женщин: отсутствие беременности на любых сроках на момент проведения исследования[40].

Среди обследованных 93 человека – работающие, 24 человека совмещают работу и обучение в вузе, 37 человек – неработающие студенты. На момент проведения исследования в зарегистрированном браке состояли 51 человек, в незарегистрированном браке (с совместным проживанием и ведением общего хозяйства) – 57 человек, в близких романтических отношениях (без совместного проживания и ведения общего хозяйства) – 46 человек.

От всех испытуемых получено добровольное информированное согласие на участие в исследовании.

В исследовании применялись специально разработанная анкета для сбора биографических данных об испытуемом, опросники «Идеальное представление образа тела» (BIQ) Т. Кэша, «Инвентаризация случаев дисфории образа тела в зависимости от ситуаций» (SIBID) Т. Кэша, «Инвентаризация мыслей о внешности» (ASI) Т. Кэша, «Я-структурный тест» (ISTA; Ich-Struktur-Test nach Ammon) Г. Аммона [49,57], «Общая шкала переживаемого фаббинга» (GSBP; Generic Scale of Being Phubbing) В. Чотпитаясунонда и К. М. Дугласа [58], «Партнерский фаббинг» (Pph; Partner phubbing) Дж. А. Робертса и М. Дэвида [59].

Математические методы: описательная статистика; корреляционный анализ (критерий ранговой корреляции r -Спирмена).

Результаты и их обсуждение

Большинство обследованных молодых мужчин и женщин в целом относительно удовлетворены своей внешностью, принимают свое тело и не испытывают выраженных негативных эмоций из-за невозможности соответствовать идеалам и стандартам, хотя и отмечают некоторое несовпадение собственного физического облика с имеющимся у них идеальным образом тела (по результатам методики BIQ). При этом обследованные мужчины более уверены в своей привлекательности и в большей степени удовлетворены собственным телом в сравнении с обследованными женщинами.

Негативные эмоции, связанные с собственной внешностью, у подавляющего большинства испытуемых либо отсутствуют, либо проявляются в легкой или умеренной степени и лишь в отдельных ситуациях (по результатам методики SIBID). Согласно ответам испытуемых, типовыми ситуациями, в которых большинство опрошенных женщин и часть опрошенных мужчин могут испытывать некоторое смущение, чувство неловкости и скованности, являются ситуации, требующие обнажения перед малознакомыми и незнакомыми людьми, особенно в тех случаях, когда внешность выступает объектом пристального внимания. Некоторые из опрошенных при этом уточнили, что смущение в подобных ситуациях у них возникает лишь тогда, когда они

только что плотно поели, или когда они набрали лишний вес и находятся «не в лучшей физической форме». Некоторые опрошенные женщины также отметили, что испытывают некоторую неловкость в ситуациях, связанных с самопрезентацией, если они при этом не накрашены, или если у них не в порядке прическа и/или макияж.

Практически у всех опрошенных мужчин и женщин выявлены те или иные дисфункциональные убеждения и стереотипы по поводу внешности, но у большинства респондентов они выражены в легкой или умеренной степени (по результатам методики ASI). При этом обследованные женщины обнаружили более высокий уровень интернализации дисфункциональных убеждений и стереотипов по поводу внешности в сравнении с обследованными мужчинами.

Средние показатели различных проявлений воспринимаемого фаббинга представлены в таблице 1.

Таблица 1

Средние значения показателей воспринимаемого фаббинга

Параметры	Среднее значение ± стандартное отклонение	Эмпирические нормы разработчиков методики
Воспринимаемая норма (GSBP)	31,65 ± 5,83	41,79 ± 10,25
Чувство игнорирования (GSBP)	12,82 ± 5,57	28,69 ± 9,35
Межличностные конфликты (GSBP)	8,18 ± 3,88	16,05 ± 6,68
Общий показатель воспринимаемого фаббинга (GSBP)	57,90 ± 14,17	86,54 ± 24,09
Общий показатель воспринимаемого фаббинга со стороны партнера (Pph)	4,21 ± 1,75	2,64 ± 0,68

Большинство обследованных молодых мужчин и женщин не видят для себя слишком большой проблемы в том, что их собеседник во время общения с ними периодически отвлекается на свой смартфон (по результатам методики GSBP). Многие отметили такое поведение собеседника как не слишком вежливое и внимательное по отношению к ним, и порой оно даже может

раздражать их, но в большинстве случаев оно не является слишком критичным для отношений в целом.

При этом подавляющее большинство обследованных молодых мужчин и женщин в целом не склонны рассматривать такие отвлечения своих собеседников как нормативное и приемлемое поведение. Лишь немногие из обследованных молодых людей (преимущественно мужчин) считают фаббинг новой социальной нормой и не видят в этом нарушения каких-либо социальных норм, потому что «сейчас все так делают».

Большинству обследованных людей свойственно терпимое отношение к отвлечениям собеседника на свой телефон во время общения с испытуемым. Лишь небольшая часть опрошенных мужчин и женщин отметили, что испытывают в таких ситуациях чувство игнорирования. Еще меньшее количество респондентов признались, что склонны конфликтовать и ссориться с собеседником по поводу его отвлечений на свой телефон.

Иная ситуация складывается, если речь идет о фаббинге со стороны супруг(и) или романтического партнера (по результатам методики Pph). Не так много мужчин и женщин признались, что готовы мириться с отвлечениями партнера на свой гаджет в ситуациях совместного времяпрепровождения. Большинство обследованных ответили, что проявляют толерантность к подобному поведению лишь в тех случаях, когда оно возникает в ответ на уведомление. В тех же ситуациях, когда фаббинг-поведение является самопроизвольным, респонденты нередко испытывают недоумение и раздражение. Незначительное количество обследованных отметили, что расценивают такое поведение, как пренебрежение собой, и испытывают по этому поводу выраженные негативные эмоции (обиду, негодование, злость, ревность, разочарование в отношениях).

Средние показатели показателей Я-функций (по методике ISTA) отражены в таблице 2.

Таблица 2

Средние значения показателей Я-функций

Я-функции	Среднее значение ± стандартное отклонение		
	Конструктивные проявления	Деструктивные проявления	Дефицитарные проявления

Агрессивность	7,76 ± 2,61	6,06 ± 3,65	3,76 ± 2,66
Тревожность	8,06 ± 2,49	3,82 ± 2,40	3,41 ± 2,50
Внешнее Я-отграничение	7,71 ± 1,90	3,29 ± 1,93	5,94 ± 2,99
Внутреннее Я-отграничение	9,53 ± 1,87	3,35 ± 1,97	5,47 ± 3,50
Нарциссизм	9,06 ± 1,89	3,29 ± 2,66	2,47 ± 2,65
Сексуальность	8,59 ± 2,67	3,94 ± 1,78	2,47 ± 2,58
Блок	50,71 ± 8,97	23,71 ± 11,39	23,53 ± 13,31

У большинства молодых мужчин и женщин конструктивные Я-функции преобладают над деструктивными и дефицитарными. Это свидетельствует о том, что в целом большинству испытуемых свойственны коммуникабельность, деятельный подход к жизни, позитивное представление о самих себе, базирующееся на ощущении собственной значимости и опирающееся на положительный опыт межличностных контактов, способность формировать свои собственные жизненные цели и задачи и реализовывать их даже в неблагоприятных жизненных обстоятельствах, способность устанавливать продуктивные межличностные контакты и поддерживать их, несмотря на возможные противоречия, способность к конструктивному преодолению трудностей и межличностных конфликтов, зрелость эмоциональных переживаний, возможность рационального распределения своего времени и усилий [56], выбор адекватной стратегии поведения в соответствии с меняющейся актуальной ситуацией и собственными жизненными планами, способность действовать в реальном мире, ощущая его действительные опасности, случайности и непредсказуемость и возможность неблагоприятных стечений обстоятельств, способность дифференцировать реальные угрозы и «объективно» необоснованные опасения и страхи, способность получать взаимное удовольствие от физического, телесного сексуального взаимодействия, которое переживается как свободное от страхов и чувства вины, способность вступать в сексуальный контакт, ощущая живую реальность данного неповторимого партнера и сохраняя чувство внутренней аутентичности.

С помощью критерия Спирмена выявлены корреляционные связи между показателями удовлетворенности образом тела, Я-функциями и воспринимаемым фэббингом. Неудовлетворенность собственной внешностью образует прямые взаимосвязи с чувством игнорирования при отвлечениях собеседника на свой смартфон, с деструктивными и дефицитарными Я-функциями, с дисфорией по поводу внешности, с интернализацией дисфункциональных стереотипов и убеждений о важности внешних данных и влиянии внешности на жизнь. При этом неудовлетворенность собственной внешностью отрицательно коррелирует с конструктивной сексуальностью и конструктивными внешними и внутренними Я-отграничениями (Рис. 1).



Условные обозначения:

————— – значимые прямые корреляции при $p \leq 0.01$

- - - - - – значимые обратные корреляции при $p \leq 0.01$

————— – значимые прямые корреляции при $p \leq 0.05$

- - - - - – значимые обратные корреляции при $p \leq 0.05$

Рисунок 1. Значимые корреляционные связи неудовлетворенности своим телом, чувства игнорирования и Я-функций

Полученные результаты свидетельствуют о том, что люди, отличающиеся выраженной неудовлетворенностью своим внешним обликом, чрезмерно зависимы от мнений, суждений и оценок других людей, склонны к интернализации стандартов «идеальной внешности» и подвержены влиянию различных социальных стереотипов о важности внешних данных в жизни и судьбе человека, склонны испытывать дисфорию и другие негативные эмоции по поводу собственного образа тела в различных социальных ситуациях, связанных с самопрезентацией и предъявлением внешности, особенно в тех случаях, когда тело

и внешность выступают объектом пристального внимания (пляж, бассейн, фитнес-клубы, спа-салоны, медицинские учреждения, танцпол, сайты знакомств и пр.)[59].

Таким людям свойственна выраженная чувствительность в отношении фаббинг-поведения со стороны собеседника (в том числе, со стороны супруга(и) или романтического партнера). Отвлечения собеседника на смартфон такие люди склонны воспринимать как пренебрежение собой. При этом они, как правило, чувствуют себя малоценными, игнорируемыми и отвергаемыми, могут инициировать ссоры и конфликты по этому поводу. Такое отношение к чужому фаббингу в отношении себя парадоксально сочетается у них с общей оценкой фаббинг-поведения как нормативного явления в социуме («в отношении других людей фаббинговать допустимо и даже нормально, но со мной так поступать нельзя, меня это возмущает и ранит»). Некоторые из респондентов с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью отмечали, что даже простое присутствие смартфона партнера в поле зрения во время романтического свидания или семейного ужина способно вызвать у них ревность, раздражение, разочарование, привести к снижению настроения и/или и доверия к партнеру. Среди респондентов, удовлетворенных своей внешностью, подобных ответов не встречалось.

В структуре личности людей, недовольных своей внешностью, деструктивные и дефицитарные Я-функции преобладают над конструктивными, и чем интенсивнее выражено недовольством своим внешним обликом, тем в большей степени свойственны:

1. Деструктивная тревожность. К ее проявлениям относятся склонность переоценивать имеющиеся трудности и чрезмерно тревожиться по разным поводам, боязнь любых неожиданностей, боязнь устанавливать новые контакты и близкие, доверительные отношения, страх перед собственным будущим, при этом состояние тревоги и другие эмоциональные состояния нередко сопровождаются выраженными соматовегетативными реакциями [49,57].

2. Деструктивная и дефицитарная агрессия. К проявлениям деструктивной агрессии относятся неспособность к поддержанию

длительных дружеских отношений, чрезмерная требовательность, вспыльчивость, конфликтность, склонность к вербальному выражению гнева, мстительность, злопамятность, ироничность, саркастичность, склонность к эмоциональному и мыслительному обесцениванию других людей и межличностных отношений [49,57]. К проявлениям дефицитарной агрессии относятся сужение круга интересов, отчуждение собственных планов, интересов и потребностей, неспособность к установлению теплых отношений, ощущение внутренней пустоты, одиночества, ненужности, покинутости и скуки, ощущение бесперспективности существования и непреодолимости жизненных трудностей [49,57].

3. Деструктивный и дефицитарный нарциссизм. К проявлениям дефицитарного нарциссизма относятся низкая самооценка, бедность эмоциональных переживаний с преобладанием скуки и ощущения пустоты, выраженная зависимость от окружающих, невозможность устанавливать и поддерживать полноценные межличностные контакты и отношения без ущерба своим интересам, потребностям, жизненным планам, трудности выделения собственных мотивов и желаний, взглядов и принципов и связанная с этим чрезмерная идентификация с нормами, ценностями, потребностями и целями ближайшего окружения, непереносимость одиночества и выраженное неосознанное стремление к симбиотическим контактам, в которых можно полностью «раствориться», укрыв тем самым себя от невыносимых страхов реальной жизни, личной ответственности и собственной идентичности [49,57]. Проявлениями деструктивного нарциссизма являются выраженная противоречивость самооценки, несогласованность отдельных ее компонентов, нестабильность отношения к себе, высокая потребность в признании и внимании окружающих, непереносимость критики, склонность избегать ситуаций, в которых может происходить реальная внешняя оценка собственных свойств, трудности в межличностных контактах, крайняя обидчивость, чрезмерная осторожность, закрытость в общении, сдержанность, подозрительность, тенденция к гиперконтролю собственной эмоциональной экспрессии, чрезмерная требовательность к недостаткам и слабостям других,

неполноценность межличностного общения компенсируется выраженной тенденцией к манипулированию [49,57].

4. Дефицитарная сексуальность. К проявлениям дефицитарной сексуальности относятся низкая сексуальная активность, неспособность к близким отношениям, недостаточная эмоциональная наполненность даже значимых межличностных отношений, бедность эротического фантазирования, восприятие сексуальных отношений как «грязных», греховных, недостойных человека и заслуживающих отвращения, восприятие сексуальных желаний других людей как угрожающих собственной идентичности, избегание телесных контактов вплоть до полного отказа от них, тенденция заменять реальные сексуальные отношения фантазиями, тайные ожидания «сказочного принца» или «женщины своей мечты», обесценивание всех реальных возможных партнеров [49,57].

5. Деструктивные и дефицитарные внешние Я-отграничения. Деструктивные внешние Я-отграничения проявляются в виде пассивной жизненной позиции, эмоциональной скованности и закрытости, ощущения эмоциональной пустоты, гиперконтроля проявлений собственных чувств и переживаний, неспособности принимать помощь, неспособности устанавливать оптимальные межличностные отношения и гибко регулировать их, неспособности ставить и отстаивать лично значимые цели и задачи, согласующиеся с наличным контекстом межличностных отношений [49,57]. К проявлениям дефицитарных внешних Я-отграничений относятся зависимость, конформность, несамостоятельность, постоянный поиск поддержки, одобрения, защиты и признания, неспособность устанавливать и контролировать межличностную дистанцию, жесткая ориентация на групповые нормы, ценности, критерии и оценки, «хамелеоноподобный» жизненный стиль, неспособность в достаточной степени рефлексировать, отслеживать и отстаивать собственные интересы, потребности, цели, идентификация себя с групповыми интересами и потребностями, а потому неспособность сформировать собственную, отличную от других точку зрения, неспособность четко отделять свои чувства и переживания от чувств и

переживаний других, сомнения в правильности самостоятельно принимаемых решений и предпринимаемых действий [49,57].

6. Дефицитарные внутренние Я-отграничения, к проявлением которых относятся импульсивность, склонность к экзальтированным состояниям, слабость эмоционального контроля, недостаточная взвешенность поступков и принимаемых решений, плохая регуляция телесных процессов, «переполненность» разрозненными, разнообразными чувствами, образами или мыслями, крайняя непоследовательность в межличностных отношениях, неспособность к достаточной концентрации усилий, рассогласованность эмоционального опыта, неспособность гибко контролировать эмоциональные и телесные процессы, дисбаланс внутреннего и внешнего, мыслей и чувств, эмоций и действий, неспособность последовательно артикулировать собственные потребности [49,57].

Эти результаты подтверждают отмеченные выше данные о тесных связях переживания собственной непривлекательности с социальной тревожностью [39]; межличностной сензитивностью, ранимостью, обидчивостью, подозрительностью, враждебностью [40]; страхом негативной оценки внешности [23]; тревожным ожиданием отвержения на основании внешнего вида, бдительностью к возможным знакам отвержения из-за внешности и готовностью к его обнаружению в будущих межличностных отношениях, склонностью к негативным эмоциональным откликам на ситуации, содержащие реальную или воображаемую угрозу отвержения [22,33,41], и к агрессивным проявлениям, деструктивно защищающим самость [42,43].

Также полученные результаты согласуются с данными литературы о тесных связях неудовлетворенности собственным телом с нарциссическими проявлениями, выраженной уязвимостью самоуважения перед внешними обстоятельствами и трудностями его поддержания за счет внутренних ресурсов личности [61]; с пограничной личностной организацией, выраженной в нарциссическом или пограничном личностном расстройстве [62]; с установками в отношении своей сексуальности [63] и со стратегией избегания близости в отношениях с романтическим партнером и переживаниях смущения, неловкости, скованности при предъявлении ему

внешнего облика [3]. В частности, О. Р. Гура приводит данные о том, что люди с выраженной стратегией избегания близости в романтических отношениях наделяют внешний облик функциональной значимостью, считают для себя важными оценки своего внешнего облика романтическим партнером, при этом ощущают себя более уязвимыми при рассмотрении их внешнего облика романтическим партнером. Таким людям свойственны нейротизм, нарциссизм и дисбаланс в транслируемой и внутренней самооценке, поэтому, чтобы поддержать позитивный образ себя (включая позитивные самооценки «физического Я») люди с избеганием привязанности боятся вступать в романтические отношения (то есть избегают их) [3]. Е. С. Набойченко и В. И. Гисцев отмечают у лиц с выраженной неудовлетворенностью образом тела высокую выраженность нарциссической динамики и неспособность поддерживать самоуважение за счет внутренних ресурсов личности. Возможные причины эмоциональных и физических трудностей, свойственные этим людям в интимной сфере, авторы видят в том, что такие индивиды нуждаются в «селф-объектах» (то есть в людях, подпитывающих их чувство идентичности и самоуважения через восхищение и одобрение). Для нарциссической личности «селф-объекты» выступают в качестве основного средства поддержания целостности Эго, но не являются полноценным Другим, обладающий собственными потребностями, чувствами и переживаниями. Такая тенденция препятствует выстраиванию действительно близких отношений, поскольку такие отношения предполагают признание чувств и потребностей другого человека [61]. По мнению Р. В. Кадырова и П. А. Корнейчук, отсутствие достаточного эмоционального контакта со своим телом за счёт переоценённой значимости внешности препятствует возможности получения удовольствия от сексуальной близости и половой активности [63].

Исходя из описания указанных выше индивидуально-психологических характеристик обследованных лиц с выраженной неудовлетворенностью образом своего тела, можно сделать вывод об определенной степени личностной незрелости этих людей и, в частности, об имеющихся у них проявлениях пограничной личностной организации [62,64], для которой

характерны диффузность идентичности, зависимость самооотношения от внешних оценок, трудности установления и поддержания устойчивых межличностных отношений (с амбивалентными тенденциями: с одной стороны, потребность в симбиотическом слиянии с партнером и страх быть покинутым им, с другой стороны – избегание близости, дистанцирование, склонность прерывать отношения, обесценивать их), трудности аффективной саморегуляции, импульсивность, неразведение аффективных и когнитивных процессов.

Люди с подобной личностной организацией весьма чувствительны к отвержению, поэтому они склонны болезненно воспринимать отвращения партнера на смартфон во время личного общения с ними [56]. Это подтверждают результаты ряда исследований, свидетельствующие о том, что к факторам, повышающим уязвимость к чужому фэббингу, относятся чувствительность к отвержению и отказу [48,65]; низкая самооценка [65]; тревожный и избегающий типы привязанности [67,68]; несформированность конструктивных внутренних границ Я, деструктивные внешние Я-отграничения, дефицитарная агрессивность и дефицитарная сексуальность [56]; высокий уровень требований и ожиданий относительно приверженности и полного внимания со стороны партнера, особенно когда этот партнер является основным источником поддержки. Чувствительные к отказу люди оценивают ситуацию отвращения партнера на свой телефон как очень обидную и раздражающую и в связи с этим могут испытывать злость, тревогу, депрессию, одиночество, ощущение своей ненужности, малоценности и инициировать конфликты, связанные с фэббингом [56].

Можно предположить, что высокая уязвимость в отношении чужого фэббинга, отмечающаяся у людей с неудовлетворенностью своим телом и нарциссическими проявлениями, связана с невербальными сигналами, проявляющимися в ситуациях отвращения собеседника на свой смартфон: отведенный взгляд, отсроченные реакции, механическая интонация, неподвижное тело и пр. [65]. Для индивида с нарциссически травмированным Я отсутствие зрительного контакта и другие невербальные признаки невовлеченности собеседника в общение могут актуализировать

травматический доэдипальный опыт, связанный с неполучением достаточной отраженности совершенно естественного раннего чувства грандиозности из-за слабости материнской эмпатии [70]. В теории Х. Кохута отражение (mirroring), при котором младенец смотрит на мать и видит свое Я отраженным в ее радостном взгляде, является решающим процессом в развитии самости. Наблюдая собственные положительные качества в сиянии материнских глаз, ребенок чувствует всю свою самооценку [71].

На наш взгляд, эти данные позволяют лучше понять причины выявленной в настоящем исследовании высокой уязвимости лиц с выраженной неудовлетворенностью собственной внешностью в отношении фэббинга со стороны партнера.

Между тем, как было отмечено выше, высокая уязвимость людей, неудовлетворенных своей внешностью, в отношении чужого фэббинга сочетается с их общей оценкой фэббинг-поведения как нормативного, приемлемого явления. В целом для популяции (особенно для молодых людей) такое сочетание не слишком характерно. Люди, воспринимающие фэббинг как нормальное социальное поведение, как правило, не испытывают никаких обид, напряжения или тревожности в связи с отвлечениями собеседника на смартфон [45]. Вместе с тем, у высокочувствительных к отвержению людей (какими являются люди с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью и пограничной личностной организацией) выраженное чувство социальной изоляции, возникающее в ответ на чужое фэббинг-поведение, как это ни парадоксально, может приводить к ответному фэббингу для совладания со своим пассивным и маргинальным положением «игнорируемого» и для восстановления эмоционального баланса в отношениях [72]. При этом люди, чувствительные к чужому фэббингу, нередко склонны недооценивать последствия собственного фэббинг-поведения [73]. В исследовании Ö. Çikrikci и соавторов установлено, что нарушения образа тела, личностный тип D (его отличают негативная эмоциональность, дефицит социальных связей и отсутствие уверенности в себе) опосредуют влияния

тревожно-амбивалентного и избегающего стилей привязанности на фэббинг [74].

Выводы

Люди, отличающиеся выраженной неудовлетворенностью своим внешним обликом, чрезмерно зависимы от мнений, суждений и оценок других людей, склонны к интернализации стандартов «идеальной внешности» и подвержены влиянию различных социальных стереотипов о важности внешних данных в жизни и судьбе человека, склонны испытывать дисфорию и другие негативные эмоции по поводу собственного образа тела в различных социальных ситуациях, связанных с самопрезентацией и предъявлением внешности, особенно в тех случаях, когда тело и внешность выступают объектом пристального внимания.

Людам, отличающимся выраженной неудовлетворенностью своим внешним обликом, свойственно амбивалентное отношение к фэббингу: фэббинг как явление в социуме оценивается ими как нормативное или приемлемое поведение. Фэббинг как поведение своего собеседника или партнера расценивается ими как недопустимое, пренебрежительное поведение, вызывающее у них чувство игнорирования, и как причина для конфликта.

В структуре личности людей, отличающихся выраженной неудовлетворенностью своей внешностью, деструктивные и дефицитарные Я-функции преобладают над конструктивными. Чем интенсивнее выражено недовольство своим внешним обликом, тем в большей степени свойственны проявления деструктивной тревожности, деструктивной и дефицитарной агрессии, деструктивного и дефицитарного нарциссизма, дефицитарной сексуальности, деструктивных и дефицитарных внешних Я-отграничений, дефицитарных внутренних Я-отграничений.

Эти характеристики свидетельствуют об определенной степени личностной незрелости этих людей и, в частности, об имеющих у них проявлениях пограничной личностной организации, для которой характерны диффузность идентичности, зависимость самоотношения от внешних оценок, трудности установления и поддержания устойчивых

межличностных отношений (с амбивалентными тенденциями: с одной стороны, потребность в симбиотическом слиянии с партнером и страх быть покинутым им, с другой стороны – избегание близости, дистанцирование, склонность прерывать и обесценивать отношения), неразведение аффективных и когнитивных процессов, импульсивность, трудности аффективной саморегуляции.

Продолжение исследований в данном направлении будет способствовать совершенствованию методов психологической помощи людям с выраженной неудовлетворенностью собственной внешностью в целях повышения качества жизни этих людей.

Список источников

1. Рамси Н. Психология внешности. СПб.: Питер; 2009.
2. Муратова, И. А. Телесность как доминанта культуры постмодерна // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. Тамбов: Грамота, 2013. № 1, Ч. 1. С. 143–146.
3. Гура О. Р. Влияние стратегии избегания близости на степень значимости внешнего облика в отношениях с романтическим партнером феномен. Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография / отв. редактор А.Г. Фаустова. Рязань: ОТСиОП; 2022.
4. Sigman, A. The Body Wars: Why body dissatisfaction is at epidemic proportions and how we can fight back. London: Little, Brown Book Group UK; 2014.
5. Соколова, Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М.: Изд-во МГУ; 1989.
6. Скугаревский, О. А. Образ собственного тела: разработка инструмента для оценки // Психологический журнал. 2006. № 2. С. 40–48.
7. Thompson J. K. The media's influence on body image disturbance and eating disorders: We've reviled them, now can we rehabilitate them? // Journal of Social Issues. 1999. Vol. 55. P. 339–353.

8. Тхостов, А. Ш. Феномен телесности в контексте современного научного знания: обзор литературы // Психические расстройства в общей медицине. 2015. № 1. С. 34–39.

9. Turner, B. S. *The Body and Society: Explorations in Social Theory*. London: Thousand Oaks–New Delhi–Singapore; 2008.

10. Бахтин М. М. Творчество Франсуа Рабле и народная культура средневековья и Ренессанса. М.: Художественная литература; 1990.

11. Тульчинский Г. Л. Слово и тело постмодернизма. От феноменологии невменяемости к метафизике свободы // Вопросы философии. 1999. № 10. С. 35–53.

12. Кочеткова Т. Н. Образ тела как социально-психологический феномен. В сб.: Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография / отв. редактор А. Г. Фаустова; ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. Рязань: ОТСиОП; 2022.

13. Шишковская, А. В. Дефиниции «Я-телесного» в психологических исследованиях // Психология телесности: теоретические и практические исследования. 2011. С. 33–38.

14. Меренков А. В. Конструирование востребованного тела: до и во время пандемии // Вестник Удмуртского университета. Социология. Политология. Международные отношения. 2021. Т. 5, № 2. С. 145–154. doi: /10.35634/2587-9030-2021-5-2-145-154

15. Orbach S. *Bodies. Big ideas*. New York: Picador; 2009.

16. Hamermesh D. S. *Beauty pays: Why attractive people are more successful*. Princeton: Princeton University Press; 2013.

17. Harter S. *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guildford; 1999.

18. Фищук Ю. С. Восприятие образа своего тела у женщин с расстройствами пищевого поведения // Гуманитарные науки. 2020. № 15. С. 75–78.

19. Kilburn D. *Star power* // *Adweek* (eastern edition). 1998. Vol. 39. № 2. P. 20–21.

20. Фаустова, А. Г. Проблемы дефиниции и измерения нормативной неудовлетворенности телом в клинической психологии // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2017. Т. 5, № 3(18). С. 359–380.

21. Новикова, Т. О. Быть нормальным... Образ тела и пищевое поведение в подростковом возрасте. В сб.: Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография / отв. редактор А. Г. Фаустова; ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. Рязань: ОТСиОП; 2022.

22. Park, L. E. Appearance-based rejection sensitivity: Implications for mental and physical health, affect, and motivation // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2007. Vol. 33 (4). P. 490–504. doi: 10.1177/0146167206296301.

23. Dunaev J. L. Cosmetic surgery attitudes among midlife women: Appearance esteem, weight esteem, and fear of negative appearance evaluation // *Journal of Health Psychology*. 2018. Vol. 23 (1). P. 59–66. doi: 10.1177/1359105316642249.

24. Коркина, М. В. Сравнительный анализ отношения к своему физическому образу в норме и больных с дисморфофобически–дисморфоманическими расстройствами // *Журнал невропатологии и психиатрии им. С. С. Корсакова*. 1981. № 81 (12). С. 1822–1828.

25. Дорожевец, А. Н. Исследование образа физического Я: некоторые результаты и размышления // *Телесность человека: междисциплинарные исследования*. М.: Философское общество СССР; 1991.

26. Бухлина, Л. Ю. Социально-психологические проблемы самовосприятия телесного образа в современных условиях // *Психология телесности: теоретические и практические исследования*. Пенза: Пензенский государственный педагогический университет им. В. Г. Белинского; 2009.

27. *Handbook of eating disorders: Theory, treatment and research*. London; 1995.

28. Stice E. Role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of eating pathology: a synthesis of research findings // *Journal of Psychosomatic Research*. 2002. Vol. 53(5). P. 985–93.

29. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Флинта; 2006.

30. Леви Т. С. Психология телесности в ракурсе личностного развития В сб.: Психология телесности: между душой и телом / ред. В. П. Зинченко, Т. С. Леви. М.: АСТ, 2007.

31. Алкемейер Т. Стройные и упругие: политическая история физической культуры // Логос. 2009. № 6 (73). С. 194–213.
32. Литвина Д. А. Дискурсивное регулирование женской телесности в социальных сетях: между худобой и анорексией // Журнал исследований социальной политики. 2015. Т. 13, № 1. С. 33–48.
33. Разваляева А. Ю. Русскоязычная адаптация методик «Чувствительность к отвержению из-за внешности» и «Страх негативной оценки внешности» // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28, № 4. С. 118–143. doi: 10.17759/cpp.2020280407.
34. Лабунская В. А. Отношение к внешнему облику, его ценность и значимость как факторы субъективного благополучия молодых людей // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10, № 3. С. 51–66. doi: 10.17759/sps.2019100304.
35. Тарханова П. М. Социальные и психологические факторы физического перфекционизма и неудовлетворенности своим телом // Психологическая наука и образование. 2011. Т. 16, № 5. С. 52–60.
36. Холмогорова А. Б. Стандарты внешности и культура: роль физического перфекционизма и его последствия для здоровья подростков и молодежи // Вопросы психологии. 2014. № 2. С. 52–65.
37. Якубовская Д. К. Идеал «худого тела» и самообъективация в социальных медиа. В сб.: VII Всероссийская научно-практическая конференция по психологии развития (чтения памяти Л. Ф. Обуховой) «Возможности и риски цифровой среды»; 12-13 Декабря 2019 г. М.: Изд-во ФГБОУ ВО МГППУ; 2019.
38. Шалыгина, О. В. «Телоцентрированность» современной культуры и ее последствия для здоровья детей, подростков и молодежи // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Т. 23. № 4. С. 36–68. doi: 10.17759/cpp.2015230404
39. Bowker J. C. Examining appearance-based rejection sensitivity during early adolescence // Journal of Research on Adolescence. 2013. Vol. 23(2). P. 375–388. doi: 10.1111/jora.12003

40. Рагозинская В. Г. Взаимосвязь образа тела, индивидуально-психологических свойств личности и соматического статуса у здоровых лиц молодого возраста // Известия высших учебных заведений. Уральский регион. 2016. № 2. С. 127–142.

41. Lundgren J. D. Fear of negative appearance evaluation: Development and evaluation of a new construct for risk factor work in the field of eating disorders // *Eating Behaviors*. 2004. Vol. 5 (1). P. 75–84. doi: 10.1016/S1471-0153(03)00055-2.

42. Барышева Н. А. Личностные детерминанты удовлетворенности телом у девушек // Южно-Российский журнал социальных наук. 2021. Т. 22, № 2. С. 143–158.

43. Барышева Н. А. Взаимосвязь удовлетворенности телом с агрессией и чувством вины у девушек // *Общество: социология, психология, педагогика*. 2021. № 4 (84). С. 69–77.

44. Densham K. Early adolescents' body dysmorphic symptoms as compensatory responses to parental appearance messages and appearance-based rejection sensitivity // *Body Image*. 2017. Vol. 23. P. 162–170. doi: 10.1016/j.bodyim.2017.09.005

45. Chotpitayasunondh V. How «phubbing» becomes the norm: the antecedents and consequences of snubbing via smartphone // *Computers in Human Behavior*. 2016. Vol. 63. P. 9–18. doi: 10.1016/j.chb.2016.05.018

46. Roberts J. A. Put down your phone and listen to me: How boss phubbing undermines the psychological conditions necessary for employee engagement // *Computers in Human Behavior*. 2017. Vol. 75. P. 206–217. doi:10.1016/j.chb.2017.05.021

47. David M. E. Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media // *Journal of the Association for Consumer Research*. 2017. Vol. 2. P. 155–163. doi: 10.1086/690940

48. Chotpitayasunondh V. The effects of «phubbing» on social interaction // *Journal of Applied Social Psychology*. 2018. Vol. 48 (6). P. 304–316. doi: 10.1111/jasp.12506

49. Я-структурный тест Г. Аммона. Опросник для оценки центральных личностных функций на структурном уровне: пособие для психологов и врачей. СПб.: НИПНИ им. В.М. Бехтерева; 1998.

50. Хмелевская О. Е. Я-функции внешнего и внутреннего отграничения у девушек с татуировками с разным образом тела // Психолог. 2022. № 4. С. 71–83. doi: 10.25136/2409-8701.2022.4.37663

51. Денисова В. А. Я-функции личности женщин и стиль переживания беременности // Сибирский психологический журнал. 2011. № 41. С. 76–80.

52. Мордас Е. С. Личностные особенности женщин с психогенным бесплодием (на различных уровнях организации индивидуальности) // Психология и Психотехника. 2020. № 3. С. 69–83.

53. Каменецкая Е. В. Репрезентация телесного Я при нарушении пищевого поведения // Экспериментальная психология. 2015. Т. 8. № 3. С. 118–128. doi: 10.17759/exppsy.201508031.

54. Каменецкая Е. В. Я-функция тревоги (страха) и защита Эго у женщин с нарушением пищевого поведения // Прикладная юридическая психология. 2016. № 2. С. 70–74.

55. Труш В. М. Сравнительный анализ психологических особенностей законопослушных граждан, лиц совершивших общеуголовные преступления и осужденных за преступления в сфере половой свободы и половой неприкосновенности личности с позиции гуманструктурологии Г. Аммона // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2011. № 10. С. 233–241.

56. Рагозинская В. Г. Взаимосвязь фаббинга и Я-функций у лиц молодого возраста // Известия высших учебных заведений. Уральский регион. 2016. № 3. С. 113–133.

57. Очерки динамической психиатрии. Транскультуральное исследование / Под ред. М. М. Кабанова, Н. Г. Незнанова. – СПб.: Институт им. В. М. Бехтерева, 2003. – 438 с.

58. Chotpitayasunondh V. Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the generic scale of phubbing (GSP) and the generic scale of being phubbed (GSBP) // Computers in Human Behavior. 2018. Vol. 88. P. 5–17. doi: 10.1016/j.chb.2018.06.020

59. Roberts J. A. My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners // *Computers in Human Behavior*. 2016. Vol. 54. P. 134–141. doi: 10.1016/j.chb.2015.07.058

60. Рагозинская В.Г. Индивидуально-психологические особенности образа тела у мужчин и женщин молодого возраста // *Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн.* 2017. № 1 (15).

61. Набойченко Е. С. Особенности мотивации пациенток эстетической хирургии с позиций психодинамического подхода. В сб.: *Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография / отв. редактор А. Г. Фаустова; ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России. Рязань: ОТСиОП; 2022.*

62. Баранская Л. Т. Деформации личности как детерминанта действий, направленных на телесные изменения // В сб.: *Психологический вестник Уральского государственного университета. Екатеринбург; 2000 г.*

63. Кадыров Р. В. Телесная идентичность в контексте установок к сексу у современных молодых мужчин и женщин с различной родительской семейной системой // *Мир науки. Педагогика и психология*. 2018. № 6. С. 426-427.

64. Татаурова С. С. Пограничная личностная организация пациентов и ее учет в лечебно-реабилитационном процессе // *Интеграция медицины и психологии в XXI веке*. 2007. С. 244–253.

65. Bulut S. Phubbing Phenomenon: A wild fire, which invades our social communication and life // *Open Journal of Medical Psychology*. 2020. Vol. 9. P. 1–6. doi: 10.4236/ojmp.2020.91001.

66. Wang X. Partner phubbing and relationship satisfaction: self-esteem and marital status as moderators // *Current Psychology*. 2019. doi: 10.1007/s12144-019-00275-0

67. Roberts J. A. My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners // *Computers in Human Behavior*. 2016. Vol. 54. P. 134–141. doi: 10.1016/j.chb.2015.07.058.

68. Крюкова Т. Л. Фаббинг как угроза благополучию близких отношений // *Консультативная психология и*

психотерапия. 2019. Т. 27, № 3. С. 61–76.
doi:10.17759/cpp.2019270305.

69. Yang C. On the phone when we're hanging out: digital social multitasking (DSMT) and its socioemotional implications // Journal of Youth and Adolescence. 2020. Vol. 49. P. 1209–1224. doi: 10.1007/s10964-020-01230-0

70. Соколова, Е. Т. Психология нарциссизма. М.: Учебно-методический коллектор; 2001.

71. Фрейджер Р. Большая книга психологии. Личность. Теории, упражнения, эксперименты. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК; 2008.

72. David M. E. Developing and Testing a Scale Designed to Measure Perceived Phubbing // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2020. Vol. 17 (21). № 8152. doi: 10.3390/ijerph17218152

73. Barrick E. M. The Unexpected social consequences of diverting attention to our phones // PsyArXiv. 2020. doi: 10.31234/osf.io/7mjax

74. Çikrikci Ö. Testing the mediating role of phubbing in the relationship between the Big Five personality traits and satisfaction with life // International Journal of Mental Health and Addiction. 2019. doi: 10.1007/s11469-019-00115-z.

*Автор, ответственный за переписку: В.Г. Рагозинская,
sunny_song@mail.ru*

ОБРАЗ ТЕЛА И САМООТНОШЕНИЕ У ДЕВУШЕК С РАЗНЫМ УРОВНЕМ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В ПРОСТРАНСТВЕ ИНТЕРНЕТА

Потапова Е.А., Куливацкая М.Н.

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет, Санкт-Петербург, Россия

Аннотация. Целью данного исследования явилось выявление особенностей образа тела и самооотношения у девушек с разным уровнем социальной активности в пространстве интернета. На добровольной основе в нем приняли участие 60 девушек в возрасте от 18 до 25 лет, разделенные на 3 группы по уровню социальной активности в пространстве Интернета. С помощью опросника собственного тела О. А. Скугаревского, С. В. Сивухи, опросника исследования образа тела Д. Джейда, опросника самооотношения С. Р. Пантилеева и опросника «Чувствительность к отвержению из-за внешности» Л. Парк (в адаптации А. Ю. Разваляевой, Н. А. Польской) были выявлены статистически значимые различия по исследуемым параметрам. Также в каждой группе были установлены взаимосвязи между телесным самооотношением, чувствительностью к отвержению из-за внешности и самооотношением. В работе произведен дискриминантный анализ, в ходе которого был определен предиктор частоты самопрезентации образа тела и предикторы частоты просмотра контента, связанные с образом тела.

Ключевые слова: образ тела; телесное самооотношение; самооотношение; чувствительность к отвержению; социальные сети

Интерес к своей внешности появился еще в древние времена в различных ее представлениях в зависимости от социальных предпочтений времени и культуры. Однако лишь недавно отношение к своей внешности было рассмотрено с

точки зрения психологии. Сам феномен «отношение к внешности» начал изучаться примерно с середины XX века. Такое запоздалое изучение С. Фишер объяснял тем, что в психологической науке росли тенденции обращения к своему «духовному Я» и, следовательно, пренебрежение к своему «Я телесному», или же «Я физическому», так как гуманизировался образ человека [1].

В данном исследовании будет затронута тема самооценки внешности, поэтому мы будем использовать понятия «телесное самовосприятие», «самоотношение к внешности», «телесное самоотношение», а также «образ тела», так как они достаточно тесно связаны. Последнее понятие в психологию ввел американский психиатр Пауль Шильдер и определил как субъективное переживание человеком своего тела как психический пространственный образ, формирующийся за счет межличностного взаимодействия [2]. Самовосприятие в данном исследовании будет рассмотрено в качестве психического новообразования, которое отражает отношение человека к самому себе. Таким образом, самовосприятие тела – это психическое новообразование, которое отражает отношение человека к своему телу.

Термин «отношение» же определяется субъективным отражением действительности в результате взаимодействия со средой. С. Р. Пантилеев и В. В. Столин термин «самоотношение» рассматривают как «многомерное динамическое образование, в структуру которого входят такие компоненты, как «позитивное отношение к себе» (самоуважение и аутосимпатия) и «негативное отношение к себе» (самоуничижение)» [3]. Таким образом, «самоотношение к внешности» и «телесное самоотношение» – это субъективное отражение себя, отношение личности к своей внешности и к своему телу, в результате которого личность может принимать или отвергать себя, формирующееся в результате взаимодействия со средой. Под средой подразумевается все, чему противостоит личность в той или иной степени – другие люди, искусство, средства массовой информации, культура, религия и многое другое.

С точки зрения одного из подходов, образ тела – это «сложное комплексное единство восприятия, установок, оценок, представлений, связанных и с телесной внешностью, и с функциями тела». П. Шильдер определяет его как субъективный опыт восприятия тела, формирующийся и трансформирующийся в процессе общения с другими людьми, а также включающий в себя когнитивный, перцептивный и эмоциональный компоненты. Образ собственного тела, с точки зрения О. А. Скугаревского, представляет собой сложный конструкт, включающий восприятие человеком собственного тела, чувственную окраску этого восприятия и то, как оценивают его окружающие, по мнению самого человека. Так, он говорит, что оценка собственного тела включает два компонента: оценочный и перцептивный. Оценочный компонент основан на понимании своего тела, с точки зрения мышления, перцептивный – с точки зрения восприятия. Таким образом, перцептивный компонент больше связан с реальными ощущениями собственного тела – реальным пониманием веса, роста, фигуры тела; тогда как оценочный включает в себя субъективное представление о своей телесности, а также эмоциональные и поведенческие реакции на телесное. С точки зрения автора, именно оценочный компонент оказывает воздействие на формирование негативного образа своего тела [4].

Существует множество факторов, влияющих на становление образа тела. На основе теоретических и эмпирических исследований К. Н. Белогай предложила социокультурную модель, в которой особое значение придается становлению негативного образа тела в связи с появлением социальных сетей и телевидения. Это происходит из-за «идеального» образа тела, который ежедневно транслируется на экранах, а также пропагандируется блогерами, актерами, модой. Помимо этого, автор указывает, что в настоящее время всё чаще публикации молодых людей связаны со своим телом и лицом, то есть так или иначе влияют на становление образа тела. Среди факторов СМИ, влияющих на становление образа тела, К. Н. Белогай выделяет следующие: общение в социальных сетях; просмотр изображений, связанных с

образом тела; эталон красоты тела, который так или иначе транслируется СМИ; видеопродукция [5].

В своем исследовании К. Н. Белогай наблюдает у девушек высокую степень несогласования с внешними и внутренними стандартами, несмотря на нормальный индекс массы тела. При этом 7% опрошенных девушек выделили полное несоответствие своего тела с внешними и внутренними стандартами. В их числе были девушки, соблюдающие диету, но периодически «срывающиеся». Автор приходит к выводу, что данная группа более подвержена развитию анорексии. В группе девушек с ограничительным пищевым поведением замечена обеспокоенность формами тела, тогда как у девушек с переизбытком данный показатель низкий. Также в рамках исследования девушки выделили следующие недостатки в своем теле: как отдельные части – грудь, живот, нос, так и все тело в целом (6% опрошенных). Было отмечено, что девушки готовы изменить свое тело на идеальный для них образ с помощью жестких диет, ежедневных изнурительных занятий спортом, а также в некоторых случаях с помощью хирургического вмешательства [6].

Помимо проблемы с весом и ограничением в пище, можно выделить отдельно проблему, связанную с самовосприятием и самооценкой, а также с эмоциональной реакцией на свое негативное телесное самоотношение.

Так, А. Ю. Разваляева и Н. А. Польская, рассматривая методику, направленную на исследование чувствительности к отвержению из-за внешности, анализируют большое количество статей и приходят к выводу, что оценка собственного образа тела влияет на качество жизни девушек. Люди, считающие себя привлекательными, более успешны в межличностном взаимодействии, а также в романтических отношениях. Они более социально успешны – в получении образования, построении карьеры. Если же человек переживает собственную непривлекательность, по мнению авторов, это ведет к развитию социальной тревожности, неудовлетворенности собственной жизнью, к появлению негативных чувств по отношению к своему телу и личности,

что, несомненно, сказывается на их качестве жизни, социальном и межличностном взаимодействии, а также на психическом здоровье. Также возникает так называемая чувствительность к отвержению из-за внешности, при которой субъект взаимодействия предполагает отвержение в будущем или в настоящем из-за определенных недостатков его внешности, а также испытывает негативные чувства по поводу своей внешности и тревожность во взаимодействии с другими людьми. При повышенной чувствительности человек закрыт от других и любую критику в свой адрес воспринимает болезненно, что также влияет на самооценку [7].

В период карантинных мер, связанных с COVID-19, основным источником общения и передачи информации служил интернет, в особенности социальные сети. В социальных сетях зачастую показывают не только важную информацию, относящуюся к обучению, самопознанию, здоровью, но и связанную с представлением о себе и о своей телесности, с эмоциональным состоянием. Это может приводить к неадекватной оценке себя и своего тела, впоследствии – к нарушениям психического и физического плана [8].

Цель исследования: выявить особенности образа тела и самооотношения у девушек с разным уровнем социальной активности в пространстве Интернета.

Гипотеза: существует взаимосвязь между характером социальной активности в пространстве Интернета и особенностями образа тела и самооотношения у девушек.

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 60 студентов ФГБОУ ВО СПбГПМУ Минздрава России. Выборку составили девушки 18-25 лет, условно физически и психически здоровые. Испытуемые были поделены на 3 группы по 20 человек после анализа заполнения авторской анкеты и содержания страниц в

социальных сетях, которые участники исследования оставляли на добровольной основе. Первая группа – «активные пользователи» (часто выкладывают свое фото и просматривают контент, связанный с образом тела); вторая группа – «пассивные пользователи» (не выкладывают или редко выкладывают свои фото и просматривают контент, связанный с образом тела); третья группа – «нейтральные пользователи» (не просматривают контент, связанный с образом тела).

В качестве психодиагностических методик использовались:

- опросник собственного тела (О. А. Скугаревский, С. В. Сивуха);
- опросник исследования образа тела (Д. Джейд);
- опросник самооотношения (С. Р. Пантлеев);
- опросник «Чувствительность к отвержению из-за внешности» (Л. Парк; в адаптации А. Ю. Разваляевой, Н. А. Польской).

Для измерения статистически значимых различий использовался дисперсионный анализ по Краскелу-Уоллису. Для выявления взаимосвязи был использован корреляционный анализ по Спирмену. Также был применен дискриминантный анализ для выявления зависимости частоты просмотра контента и самопрезентации в сети Интернет от исследуемых параметров. Частота самопрезентации ранжировалась следующим образом: 1 – респондент не выкладывает фотографии, 2 – выкладывает один раз в год, 3 – выкладывает больше одного раза в год, 4 – выкладывает один раз в месяц, 5 – выкладывает один раз в неделю, 6 – выкладывает несколько раз в неделю. Частота просмотра контента, связанного с образом тела, ранжировалась по принципу: 1 – респондента не интересует данный контент / не просматривает, 2 – просматривает несколько раз за неделю, 3 – просматривает ежедневно.

Результаты и их обсуждение

В ходе исследования оценки образа тела были получены следующие результаты. По опроснику собственного тела О. А. Скугаревского, С. В. Сивухи испытуемые первой группы демонстрируют удовлетворенность собственным телом, однако данный показатель находится близко к границе, характеризующей неудовлетворенность собственным телом. Это говорит о том, что девушки, ведущие активную жизнь в сети Интернет и интересующиеся контентом, связанным с образом тела, в целом удовлетворены собственным телом, но существуют риски к появлению неудовлетворенности. Испытуемые второй группы, по сравнению с двумя другими выборками, демонстрируют высокие показатели по данной методике, что говорит о сильной выраженности неудовлетворенности собственным телом. Испытуемые третьей группы показали низкие результаты по данной методике, что говорит об удовлетворенности собственным телом и положительном отношении к нему ($p \leq 0,01$).

Опросник исследования образа тела Д. Джейд показал, что девушки из первой группы демонстрируют результаты, подтверждающие риск развития тревожности по отношению к собственному телу и возможность ее проявления уже у некоторых испытуемых. Девушки из второй группы в среднем демонстрируют самый высокий уровень неудовлетворенности своим телом. Девушки из третьей группы демонстрируют положительное отношение к собственному телу, но при различных социальных ситуациях есть риск возникновения тревожности по поводу собственного тела, что, возможно, связано с тем, что в выборке присутствуют девушки с высокой активностью в сети Интернет в виде демонстрации своего тела ($p \leq 0,001$).

По результатам анализа самоотношения были выявлены статистически достоверные различия по шкалам «Самоценность» ($p \leq 0,01$), «Самопринятие» ($p \leq 0,01$), а также «Самопривязанность» ($p \leq 0,05$).

Первая группа демонстрирует средние результаты по шкале «Самоценность», что говорит об избирательности личностных качеств – одни признаются, другие недооцениваются. Помимо этого, есть риск, что замечания окружающих могут привести к ощущению несостоятельности и малоценности себя. По шкале «Самопринятие» данная группа также показывает средние результаты, что говорит о слабой критике к некоторым своим недостаткам, а также о недооцененности своих достоинств. По шкале «Самопривязанность» демонстрируются также средние значения, что является положительной характеристикой, так как это свидетельствует о том, что девушки данной группы готовы к росту и изменениям лишь некоторых своих качеств при признании других. Однако, по сравнению с третьей группой, это намерение не такое устойчивое. Во второй группе выявляется средний уровень по шкалам «Самоценность» и «Самопринятие», однако данные показатели ниже, чем в первой группе, что говорит о не такой устойчивой модели отношения к себе и о риске излишней самокритичности, самоуничижения и непринятии, что уже показывают некоторые испытуемые. По шкале «Самопривязанность» отмечаются низкие показатели, что говорит о стремлении изменить себя, не фильтруя достоинства и недостатки, а также о легкости изменения мнения о себе. Третья группа по всем шкалам демонстрирует значения выше, чем в первой и во второй группах, что говорит о более выраженном принятии себя девушками данной группы со всеми достоинствами и недостатками, а также об адекватной критике в свой адрес.

По результатам анализа выявлены статистически значимые различия между группами девушек по параметру «Чувствительность к отвержению из-за внешности» ($p \leq 0,01$). В первой группе среднее по данным, полученным в результате проведения методики, относится к среднему уровню чувствительности к отвержению из-за внешности. Во второй группе девушки демонстрируют средний уровень чувствительности к отвержению из-за внешности, однако он находится на границе с высоким и значительно отличается от двух других групп. Также здесь выделяются девушки с

высоким уровнем данного показателя. В третьей группе в результате анализа выявлен также средний уровень чувствительности к отвержению из-за внешности, но находящийся на границе с низким уровнем.

В первой группе девушек выявлены следующие взаимосвязи телесного самоотношения: чем больше неудовлетворенность своим телом, тем более негативно свое тело оценивается ($p < 0,01$), и наоборот, соответственно. При этом найдена значимая взаимосвязь между негативной оценкой собственного тела и чувствительностью к отвержению из-за внешности – чем больше один показатель, тем больше другой ($p < 0,01$). Предположительно, взаимосвязи между неудовлетворенностью своим телом и чувствительностью к отвержению из-за внешности не было найдено из-за недостаточной развернутости методики по баллам в отличие от методики, с помощью которой можно узнать оценку собственного тела. Помимо этого, в данной группе наблюдается значимая отрицательная корреляционная связь между неудовлетворенностью своим телом и самооценностью ($p < 0,01$). То есть чем больше девушки не удовлетворены своей внешностью и образом тела, тем меньше они ценят себя как личность и меньше видят свою ценность в глазах других, а также они больше подвержены чувствительности к критике, и в обратную сторону. Также выявлена отрицательная взаимосвязь неудовлетворенности собственным телом и такой характеристикой самоотношения, как самопривязанность ($p < 0,05$). Это означает, что чем больше у девушек данной группы показатели неудовлетворенности собственного тела, тем меньше они привязаны к себе, то есть они подвержены изменениям в себе, и наоборот.

Затем был произведен корреляционный анализ среди девушек, просматривающих контент, связанный с образом тела, но не часто публикующих изображения или видео со своим телом.

В результате корреляционного анализа была отмечена взаимосвязь между неудовлетворенностью своим телом и его негативным оцениванием ($p < 0,01$). Соответственно, чем

больше девушки не удовлетворены своим телом, тем выше негативная оценка, и наоборот. Помимо этого, была выявлена взаимосвязь между неудовлетворенностью собственным телом и самооценностью, причем положительная ($p < 0,05$). То есть чем выше неудовлетворенность, тем выше девушки данной группы ценят свою личность, или чем выше самооценность, тем выше неудовлетворенность. Мы предполагаем, что это один из вариантов психологической защиты: если не достигается удовлетворенность внешностью, девушки стараются искать ценные характеристики в своей личности и беречь их. Взаимосвязи данных показателей и чувствительности к отвержению из-за внешности выявлено не было.

Далее был произведен корреляционный анализ показателей третьей группы испытуемых, в которую входят девушки, не просматривающие контент, связанный с образом тела.

По результатам корреляционного анализа были выявлены отрицательные связи между показателями телесного самоотношения и самопринятием. При этом связь между неудовлетворенностью своим телом и самопринятием чуть слабее ($p < 0,05$), чем связь самопринятия с негативной оценкой своего тела ($p < 0,01$). Предположительно, такая разница в связях произошла из-за психометрических особенностей двух методик на телесное самоотношение. Тем не менее, положительная взаимосвязь между показателями негативной оценки своего тела и неудовлетворенностью своим телом существует ($p < 0,01$), что сильнее подтверждает взаимосвязь самопринятия и телесного самоотношения у данной группы испытуемых. Это означает, что, чем больше будут показатели неудовлетворенности и негативной оценки собственного тела, тем ниже будет самопринятие, и напротив, то есть человек будет больше подвергать себя самоунижению, будет чрезмерно критичным к своим недостаткам. Также отдельно выделяется прямая связь между негативной оценкой собственного тела, характеризующей телесное самоотношение, и чувствительностью к отвержению из-за внешности ($p < 0,05$). Это означает, что девушки данной выборки с низким телесным

самоотношением более чувствительны к отвержению из-за внешности, демонстрируют тревогу по отношению к телу, в основном социальную, и наоборот. Кроме этого, выделяется отрицательная взаимосвязь между негативной оценкой и саморуководством ($p < 0,05$). Чем выше показатель негативной оценки своего тела, тем более интернальный локус контроля, то есть человек будет считать, что он виновен во всех своих бедах, в своей личности, и, возможно, в своем теле.

По результатам дискриминантного анализа, в котором в качестве зависимой переменной выступала частота самопрезентации, было выявлено следующее. При сравнении средних значений дискриминантной функции с помощью λ -коэффициента Уилкиса были установлены статистически значимые различия телесного самоотношения ($p < 0,05$) и была получена следующая модель:

$$Y_{\text{чс}} = 0,676 + 0,011x + 0,08z, \text{ где}$$

$Y_{\text{чс}}$ – зависимая переменная, отражающая частоту самопрезентации образа тела

x – негативная оценка собственного образа тела

z – неудовлетворенность собственным телом

Исходя из значений коэффициента дискриминантной функции, можно отметить, что, чем реже девушки выкладывают фотографии и видео себя, тем выше их негативная оценка своей телесности и неудовлетворенность образом тела. Можно сделать вывод о том, что телесное самоотношение является предиктором частоты самопрезентации образа тела.

По результатам дискриминантного анализа, в котором в качестве зависимой переменной выступала частота просмотра контента, связанного с образом тела, при сравнении средних значений дискриминантной функции с помощью λ -коэффициента Уилкиса были установлены статистически значимые различия с негативной оценкой собственного тела ($p < 0,01$), с самооценностью ($p < 0,05$), самопривязанностью

($p < 0,01$) и с чувствительностью к отвержению из-за внешности ($p < 0,01$). Также была составлена модель:

$$Y_{чпк} = - 2,165 + 0,091x + 0,219a + 0,58b - 0,349c + 0,223v,$$

где

$Y_{чпк}$ – частота просмотра контента, связанного с образом тела

x – негативная оценка собственного тела

a – самооценочность

b – самопринятие

c – самопривязанность

v – чувствительность к отвержению из-за внешности

Исходя из значений коэффициента дискриминантной функции можно сделать вывод о том, что вероятность того, что девушки будут просматривать контент, связанный с образом тела, имеет положительные предикторы в виде негативной оценки собственного тела и чувствительности к отвержению из-за внешности, а также самооценочности и самопринятия. Последнее может объясняться тем, что девушки начинают больше ценить и принимать свою личность, чем внешние характеристики. Также наблюдаются отрицательные предикторы – самопривязанность, то есть девушки будут стремиться изменить себя, несмотря на предыдущие положительные характеристики, что может быть, предположительно, взаимосвязано с желанием изменить свою внешность.

Выводы

В ходе работы были выявлены особенности образа тела и самооотношения у девушек с разным уровнем социальной активности в пространстве Интернета. Также были установлены взаимосвязи между телесным самооотношением, чувствительностью к отвержению из-за внешности и

самоотношением. Проведенный дискриминантный анализ позволил выявить предиктор частоты самопрезентации образа тела в виде телесного самоотношения. Помимо этого, были выявлены предикторы частоты просмотра контента, связанного с образом тела, – телесное самоотношение в виде негативной оценки собственного тела, самооценочность, самопринятие и самопривязанность, а также чувствительность к отвержению из-за внешности.

Практическая значимость данного исследования состоит в том, что полученные результаты могут применяться при работе с самооценкой, телесным самоотношением у девушек. Помимо этого, можно обратить внимание на использование СМИ при пищевых и иных нарушениях, которые так или иначе взаимосвязаны с образом тела. С помощью данных знаний можно не только скорректировать образ жизни и активность в социальных сетях, но и составить программу психопрофилактики низкого телесного самоотношения и нарушений общего самоотношения, что поможет предотвратить риски нарушения психического и физического здоровья.

Список источников:

1. Zinchenko V. P., Meshcheryakov B. G. Big psychological dictionary. M: AST-Moscow; 2008.
2. Fisher S., Cleveland S. Body Image and Personality. New Jersey: D. Van Nostrand Company; 1958.
3. Светикова А.В., Борисенко З.В. Образ тела в структуре самоотношения молодежи / /Научно-образовательный журнал для студентов и преподавателей «StudNet». 2021. №6. С.1421-1437
4. Скугаревский О.А. Нарушение пищевого поведения: монография. Минск: БГМУ; 2007.
5. Белогай К.Н. Социокультурная модель становления образа тела // Известия Кемеровского государственного университета. Серия «Психология». 2018. Т. 25. С.14-25
6. Белогай К.Н. Взаимосвязь пищевого поведения и параметров образа тела, обусловленных средовыми предикторами, у девушек в период юности // Известия

Кемеровского государственного университета. Серия «Психология». 2018. Т.26 С. 14-29

7. Разваляева А.Ю., Польская Н.А. Русскоязычная адаптация методик «Чувствительность к отвержению из-за внешности» и «Страх негативной оценки внешности» // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28, № 4. С. 118143

8. Vall-Roqué H., Andrés A., Saldaña C. The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women // Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry. 2021. №110. P.293-309.

*Автор, ответственный за переписку: М.Н. Куливацкая,
margaret.kul2000@gmail.com*

ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОСПРИЯТИЯ ОБРАЗА СОБСТВЕННОГО ТЕЛА И СЕКСУАЛЬНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Сафарова Д.С., Чупрунова М.А.

Новосибирский государственный медицинский университет, Новосибирск, Россия

Аннотация. Статья представлены результаты эмпирического исследования восприятия образа своего тела в контексте сексуальности среди лиц юношеского возраста. Целью исследования выступает выявление взаимосвязи восприятия образа собственного тела и сексуальности у лиц юношеского возраста. Исследование проводилось на базе Новосибирского государственного медицинского университета среди студентов 2-3 курсов, общее количество респондентов составило 34 человека. В ходе эмпирического исследования было выявлено, что при позитивном отношении к телу и принятии своей внешности респонденты обладают инициативностью, решительностью и уверенностью в рамках сексуального взаимодействия. Также юношам и девушкам, для которых характерно положительное восприятие образа собственного тела, присущи такие характеристики, как высокая степень удовлетворенности половой жизнью, открытость в данных вопросах, тенденция к гармоничным и полноценным сексуальным отношениям, а также современные взгляды в вопросах сексуального взаимодействия.

Ключевые слова: сексуальность; образ тела; юность; сексуальные установки; сексуальный профиль

Вопросы образа тела и сексуальности достаточно актуальны в настоящее время, поскольку являются объектом научных интересов многих отечественных и зарубежных учёных. Однако, несмотря на это, работы о взаимосвязи данных феноменов встречаются довольно редко. На наш взгляд, проблема самовосприятия у лиц юношеского возраста, включающая, в том числе, отношение к своему телу и сексуальности, может быть охарактеризована как требующая более глубокого рассмотрения.

В настоящее время данная тема беспокоит юношей и девушек, так как в век инновационных технологий особое место продолжает занимать аспект красоты. Средства массовой коммуникации и информации регламентируют определенные стандарты внешнего облика мужчин и женщин, включая антропометрические данные. С этими шаблонными моделями красоты ассоциируют высокую самооценку, уверенность в себе, а также востребованность, включая успешность в сексуальных отношениях [1].

Примечательно, что феномен восприятия своего тела стал предметом исследований отечественных и зарубежных ученых только в прошлом веке. Интерес к области телесности и самовосприятия начал проявляться под влиянием идей значимости внешних данных, массы тела, определенных стандартов того, как должен выглядеть человек. Данная тенденция обусловлена, в частности, развитием и продвижением услуг косметологов, пластических хирургов и других работников, занятых в индустрии красоты. Существующие в современном мире эталоны внешнего облика женщин и мужчин вынуждают их следовать веяниям моды, и в некоторых случаях они прибегают к радикальным мерам, приводящим к проблемам со здоровьем [2].

Таким образом становится ясно, что восприятие физического Я и сфера сексуальности имеют точки соприкосновения. Так, негативное самовосприятие, неприятие своего тела могут привести к проблемам в сфере сексуальности, и наоборот. В дополнение к вышесказанному, следует отметить, что последствия дисгармонии в данных сферах включают расстройства пищевого поведения, такие как анорексия и булимия, неуверенность в себе, тревожность, понижение самооценки, избегание социальных контактов, а также самоповреждающее поведение и суицидальные наклонности [3].

Материалы и методы

В ходе исследования нами было опрошено 36 человек: 25 респондентов женского пола, 11 респондентов мужского пола. Средний возраст составил $20,4 \pm 1,1$ лет. Лица, принимавшие участие в исследовании, обучаются на 2-3 курсах Новосибирского государственного медицинского университета

следующих факультетов: стоматологического, лечебного, социальной работы и клинической психологии.

В соответствии с целями исследования нами был использован следующий психодиагностический инструментарий:

- Опросник образа собственного тела (ООСТ), предназначенный для выявления степени адекватности восприятия и оценки своего тела.

- Опросник установок к сексу (Г. Айзенк), цель применения которого заключается в диагностике отношения к сексуальной сфере, также он ориентирован на прогноз удовлетворенности браком, выявление отклонений в сексуальном поведении, диагностику феминности-маскулинности.

- Методика оценки сексуального профиля (О.Ф. Потемкина), теоретическая и практическая значимость которой состоит в определении особенностей проявлений сексуальности, которые могут быть интерпретированы в виде своеобразного индивидуального профиля.

Статистическая обработка результатов исследования осуществлялась с помощью коэффициента корреляции Спирмена.

Результаты и их обсуждение

По результатам исследования образа собственного тела были получены следующие данные: положительно оценивают своё тело 23 из 36 опрошенных, 13 респондентов представляют образ своего тела как неудовлетворительный. Среднее значение по шкале опросника составляет $12,25 \pm 9,49$. Авторы методики определили нормативные показатели от 0 до 12 баллов включительно, баллы от 13 до 48 свидетельствуют о возможном искажении или непринятии своего физического Я. Негативный образ тела нередко встречается в период юности и представляет собой интериоризированные иррациональные убеждения и установки; характеризуется руминацией, избеганием и подавлением аффективных реакций [4].

Исследование сексуальных установок было проведено при помощи «Опросника установок к сексу». Средние значения по таким шкалам методики, как «Дозволенность» ($8,61 \pm 2,19$), «Реализованность» ($8,19 \pm 2,87$), «Сексуальная невротичность»

(3,97±2,09), «Физический секс» (4,11±2,12), «Либи́до» (17,14±6,69), «Сексуальная удовлетворенность» (11,50±3,39) располагаются в рамках нормативного диапазона, эмпирически выявленного автором опросника. Средние значения по шкалам «Обезличенный секс» (2,44±2,32), «Сексуальная застенчивость» (1,14±1,74), «Целомудрие» (1,19±1,21), «Отвращение к сексу» (2,89±1,35), «Сексуальная возбудимость» (3,64±2,04), «Агрессивный секс» (1,36±1,10), «Маскулинность-Фемининность» (19,92±6,99) располагаются ниже нормативного диапазона, предложенного автором методики, а данные по шкале «Порнография» (4,83±2,40), наоборот, находится выше среднестатистических значений.

Полученные данные свидетельствуют о наличии у респондентов внимания к личности партнера, открытости в сексуальной сфере, а также о стремлении к вербализации своих желаний и их удовлетворению, высокой возбудимости. Также для испытуемых характерна высокая степень приемлемости сексуальных сюжетов, включая получение удовольствия от них. Так, лица юношеского возраста обладают достаточно подвижными представлениями о сексуальности, находятся в процессе трансформации установок, сценариев и представлений о сексе. Причиной этому становятся социальные изменения и коррективы относительно отношения к данному феномену, вносимые, в частности, средствами массовой информации. Так, отмечается либерализация и повышение степени принятия в отношении лиц гомосексуальной ориентации [5].

После проведения исследования по оценке сексуального профиля были получены следующие данные. По шкалам «Корысть» (3,64±2,34), «Гиперсексуальность» (4,50±2,52) и «Ревность» (4,64±1,79) были получены результаты, расцениваемые автором методики как пониженные в сравнении со среднестатистическими значениями. Данные полученные по таким шкалам, как «Смелость, решительность» (6,78±3,15), «Избирательность» (6,39±1,73), «Щепетильность» (6,19±2,14), «Нежность» (5,89±1,69), «Жертвенность» (5,03±2,06), «Ответственность» (6,58±1,89), «Любовь как высшая ценность» (6,50±1,58), «Разнообразии» (5,58±1,54), «Фемининность» (5,72±1,92), «Неприятие служебных романов» (5,50±2,05)

соответствуют нормативному диапазону, предложенному автором методики. Результаты, полученные по шкале «Экспрессивность» ($7,39 \pm 2,16$), располагаются выше среднестатистических значений, оцениваются как повышенные.

Таким образом, исследование сексуального профиля демонстрирует, что для респондентов материальное состояние партнера не имеет большого значения, им свойственны открытые, доверительные отношения, отсутствие гиперболизированного выражения сексуальности. Отмечается также тенденция к открытому выражению чувств и эмоций в процессе сексуального взаимодействия.

В результате корреляционного анализа получены следующие данные. Параметр удовлетворенности/неудовлетворенности образом тела положительно коррелирует с сексуальной застенчивостью ($r=0,38$; $p<0,05$) и сексуальной невротичностью ($r=0,41$; $p<0,05$). Также были выявлены следующие отрицательные взаимосвязи таких параметров сексуальности, как смелость и решительность ($r=-0,74$; $p<0,01$), удовлетворенность ($r=-0,7$; $p<0,01$), реализованность ($r=-0,69$; $p<0,01$) и дозволенность ($r=-0,64$; $p<0,01$), с восприятием образа тела.

Таким образом, отрицательная взаимосвязь восприятия образа собственного тела с удовлетворенностью сексуальными отношениями может свидетельствовать о том, что позитивное отношение к своему физическому Я, принятие его особенностей и аспектов, удовлетворенность своим внешним видом способствуют гармоничным сексуальным отношениям, которые приносят удовольствие обоим партнерам. Иными словами, у лиц, обладающих способностью к самопринятию в контексте телесности, сексуальная жизнь может характеризоваться как полноценная и приносящая удовлетворение. Юноши и девушки, испытывающие трудности с принятием своего тела, наоборот, недостаточно удовлетворены интимной жизнью, поскольку отрицательный образ тела является одной из характеристик заниженной самооценки [6].

Отрицательная взаимосвязь смелости и решительности в сексуальном плане с удовлетворенностью/неудовлетворенностью собственным телом отражает тот факт, что степень способности к

проявлению инициативы, уверенность в своих действиях, а также возможность не бояться своих желаний и фантазий зависят от того, насколько человек принимает своё тело. Так, удовлетворенность собой в плане телесности порождает способность к инициированию сексуальных контактов и решительности в действиях, склонности к вербализации партнеру своих сексуальных фантазий, готовности реализовывать их и быть открытым к обсуждению желаний другого человека. Наоборот, юноши и девушки, неспособные к проявлению инициативы в романтических и сексуальных отношениях, часто не удовлетворены своим телом, так как скованность и пассивность становятся преградой для принятия своих внешних данных.

Реализованность сексуальных потребностей, фантазий и желаний отрицательно коррелирует с восприятием образа тела. Данная взаимосвязь может находить выражение в том, что люди, декларирующие свои фантазии и желания, а, значит, в полной мере удовлетворяющие свои потребности, обладают и позитивной оценкой своего внешнего облика. С другой стороны, положительное восприятие физического Я становится предиктором для возможной реализации и удовлетворения сексуальных потребностей. Иными словами, лица, вербализирующие свои желания и фантазии, способны положительно оценить свое тело, поскольку обладают опытом познания себя, в том числе и в физическом аспекте.

Отрицательная взаимосвязь восприятия образа собственного тела с таким параметром сексуальности, как дозволенность, репрезентирует, что люди, имеющие позитивный образ «Я» в телесном плане, а, значит, принимающие свои внешность и тело, будут склонны к более ярким проявлениям сексуальности. Иными словами, такие юноши и девушки будут открыты для сексуальных и романтических отношений, поскольку обладают более современным, передовым, легким отношением к сексу, решительно выступая против ригидных представлений о надлежащем поведении в этой сфере человеческих отношений. Такие люди не озабочены проблемами девственности, добрачных и внебрачных сексуальных связей и прочего, так как считают, что сексуальность и все, что с ней

связано, представляет собой позитивную сторону человеческих отношений, которая служит удовольствию обоих партнеров. Напротив, юноши и девушки, которые относятся к половым связям более серьезно, уважают брачные узы, не приемлют открытого обсуждения вопросов, связанных с сексуальностью, в том числе и того, что касается получения нового опыта, реализации желаний и фантазий, будут иметь, скорее, негативное представление о собственном теле.

Взаимосвязь степени удовлетворенности образом собственного тела и сексуальной застенчивости может находить отражение в следующей тенденции: люди, чье восприятие тела является негативным, имеют низкую степень приемлемости выражения сексуальности. Так, они могут быть смущены разговорами на темы, имеющими в своем основании сексуальный подтекст, чувствовать дискомфорт при общении с сексуальным партнером, а также избегать смотреть на себя в зеркало, фотографироваться, взвешиваться и так далее. Напротив, лица с положительным отношением к собственному телу, будут склонны чувствовать себя спокойно, расслаблено и открыто в интимных и романтических отношениях, а также негативно отзываться о принятых в обществе ригидных сексуальных установках, которые способны стать преградой для развития и формирования здоровой сексуальности.

Удовлетворенность/неудовлетворенность собственным телом положительно коррелирует с таким параметром сексуальности, как сексуальная невротичность. Данная взаимосвязь может репрезентироваться в следующей тенденции: индивиды, имеющие разбалансированность в сексуальных отношениях и обладающие негативным образом тела, демонстрируют, соответственно, дисфункциональное поведение в сфере сексуальности и отрицательную оценку своей внешности. Они отличаются низкой степенью дозволенности и, как следствие, неудовлетворенностью в сфере сексуальных отношений, им будет сложнее контролировать или подавлять свои импульсы, они могут быть склонны приходить в смятение или огорчаться из-за своих собственных мыслей, фантазий, желаний, действий и поступков в вопросах сексуальности. Лица, у которых не отмечается сексуальная невротичность, вероятно,

не будут озабочены проблемами, связанными с сексом, соответственно, имеют тенденцию к принятию образа себя, в том числе и своего физического Я.

Выводы

Таким образом, нами были выявлены особенности установок к сексу и параметров сексуального профиля у лиц юношеского возраста. Так, можно сказать, что юноши и девушки обладают современными, передовыми взглядами относительно вопросов сексуальности. Им присуща тенденции к открытости, смелости, экспрессивности и ответственности в отношениях с партнером. При исследовании уровня удовлетворенности собственным телом у лиц юношеского возраста было выявлено, что большинству из опрошенных присуще позитивное восприятие своего телесного Я. Иными словами, респонденты, в среднем, адекватно оценивают свое тело и принимают его. Среди лиц юношеского возраста была выявлена взаимосвязь между уровнем удовлетворенности собственным телом и такими параметрами сексуальности, как смелость и решительность, удовлетворенность, реализованность, дозволенность, сексуальная застенчивость и сексуальная невротичность. При положительном отношении к собственному телу респонденты живут полноценной сексуальной жизнью, открыто говорят на данную тему, обладают инициативностью в сфере сексуальных отношений и испытывают спокойствие при сексуальном взаимодействии.

Список источников

1. Филиппова А., Шелиспанская Э.В. Феномен неудовлетворенности собственным телом в юношеском возрасте: психологические причины и возможности коррекции // Психолог. 2017. №4. С. 95-101с.
2. Павлова Е.В. Восприятие собственного тела в юношеском возрасте / Е.В. Павлова, А.И. Широчина // StudNet. 2021. №7. С. 71-78.

3. Кирюхина Н.А. Эмоциональная дисрегуляция и неудовлетворенность телом в женской популяции // Клиническая и специальная психология. 2021. Том 10, № 3. С. 126–147.

4. Зырянова И.А. Личностные особенности женщин с негативными установками в сфере секса // Российский психологический журнал. 2020. №2. С. 58-72.

5. Клёва В.Н. Самоотношение лиц с разным отношением к физическому «Я» на примере студентов разного пола // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. №2. С. 88-96.

6. Авдюнина Н.А. Образ тела как компонент самосознания в юношеском возрасте // Вестник ассоциации вузов туризма и сервиса. 2016. №2. С. 77–85.

*Автор, ответственный за переписку: М.А. Чупрун,
mashaza3@gmail.com*

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРЯТИЯ ВНЕШНОСТИ И ОБРАЗА ТЕЛА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Галкина Т.В., Офицерова С.В.

Ставропольский государственный медицинский университет, Ставрополь, Россия

Аннотация. Данная статья посвящена проблеме восприятия образа тела и внешности в подростковом возрасте. Актуальность данной темы заключается в том, что в подростковом возрасте происходит формирование собственного «Я», а также становление образа своего тела и внешности, которые играют в этом процессе немалую роль. В этом возрасте восприятие собственного тела и внешнего облика сопровождается удовлетворённостью или неудовлетворённостью им, может порождать личностную, ситуативную тревожность, неуверенность в себе, затруднения в различении чувств и телесных ощущений. Целью исследования является выявление особенностей восприятия внешности и образа тела в подростковом возрасте. В работе представлены особенности восприятия тела и внешности у обучающихся 8-9 классов.

Ключевые слова: внешность; образ тела; подростки; тревожность; восприятие; подростковый возраст

Именно подростки уделяют много внимания своей внешности и образу тела при поиске своего «Я», этому способствуют различные факторы.

Термин «образ тела» был введён П. Шилдером в 1935 году, он обозначает визуальное представление собственного тела, которое формируется в сознании человека, находится в постоянном изменении и развитии [8]. Авторы детского психоанализа Д. В. Винникотта, М. Малер, Ф. Дольто указывали на то, что формирование образа «Я» начинается с формирования образа тела [2].

М. И. Лисина рассматривает формирование образа тела через коммуникацию. По её мнению, образ тела имеет сложную структуру, включающую центральное или ядерное образование, на которое накладываются новые впечатления, полученные индивидом. Кроме центра, у образа имеется периферия, куда приходят новые сведения человека о себе, они же могут преломляться через призму суждений. Действия последних способны вызвать искажение представлений – завышение или занижение их. Также М. И. Лисина отмечает, что существует два основных источника построения образа: индивидуальный опыт деятельности человека; опыт общения с окружающими людьми [4]. Подростки формируют свой образ тела, основываясь на источниках информации из окружения. Особым влиянием обладают популярные социальные сети, которые диктуют большинству недостижимые идеи об эталоне красоты.

В. Н. Куницин понимает под образом тела модель поверхности тела, осознание элементов внешнего физического облика, который включает в себя топографию организма [3].

Е. Т. Соколова определяет образ тела как внутреннюю воображаемую картину собственного тела и восприятие его самим человеком. При этом этот образ может отличаться от реального, так как у каждого человека есть свой образ тела, который является важным элементом самосознания, влияющим на формирование личности и характера индивида [6].

Взаимосвязь образа «Я» и телесного опыта также нашла отражение в работах З. Фрейда. Он говорил о том, что важная роль тела как психического объекта состоит в участии в развитии эго-структур. Исходя из этого, автор вводит термин «телесное переживание», который занял важное место в генетической теории, относящейся к процессу развития, представленного как процесс «локализации либидо». Так, когда человек фиксирует своё внимание на определённой области своего тела, начинается процесс формирования определённого типа характера. Например, у подростков может сформироваться недовольство своим телом, что оно не такое каким бы хотелось его переживать, вследствие чего может сформироваться негативное восприятие себя.

А. Адлер указал на существование материальной связи между телесным «Я» и самооценкой. Разные типы человеческого поведения будут пытаться компенсировать истинную или мнимую ущербность тела.

С. Г. Колесов [8] выделил три доминирующих подхода в определении образа тела:

- образ тела воспринимается как модель собственного тела, выстраиваемая на телесных ощущениях.

- образ тела рассматривается как умственная картина – то, как человек воспринимает и принимает своё тело.

- образ тела как сложное комплексное единство восприятия, установок, представлений, связанных с внешностью и функциями тела.

Внешность – это индивидуальный психологический ресурс необходимый для самовыражения и самопредставления личности. Удовлетворённость или неудовлетворённость своей внешностью напрямую связана с принятием или непринятием себя в целом.

О том, как воспринимается и трактуется внешность другими людьми, особенно важно в подростковом возрасте, когда происходит гормональная перестройка организма, что приводит к изменениям форм и пропорций тела, внешности. В связи с тем, что общение является ведущей деятельностью в подростковом возрасте, зарождаются романтические отношения, где внешность выходит на первое место, то принятие себя иногда становится для подростка сложной проблемой.

Цель исследования – выявление особенностей восприятия внешности и образа тела в подростковом возрасте.

Материалы и методы

Исследование проводилось на базе МОАУСОШ № 14 им. В. Н. Барчан х.Марьинского.

В исследовании приняли участие 39 учеников 8-9 классов.

Для проведения исследования по выявлению особенностей восприятия внешности и образа тела в подростковом возрасте были подобраны следующие методики:

1. Опросник образа собственного тела (ООСТ) О. А. Скугаревского и С. В. Сивухи [5].
2. Тест цветоуказания на неудовлетворенность собственным телом О. Вуле и С. Ролла [1].
3. Торонтская алекситимическая шкала (TAS-26), J. Taylor [9].
4. Шкала тревоги Ч. Спилбергера, в адаптации Ю. Л. Ханина [7].

Результаты и их обсуждение

С помощью опросника «Образ собственного тела» О. А. Скугаревского и С. В. Сивухи были получены следующие результаты. Выявлено, что у 36% (14 подростков) опрошенных отмечается выраженная неудовлетворённость собственным телом. У 64% (25 подростков) – удовлетворенность собственным телом. Процентные данные представлены на рисунке 1.

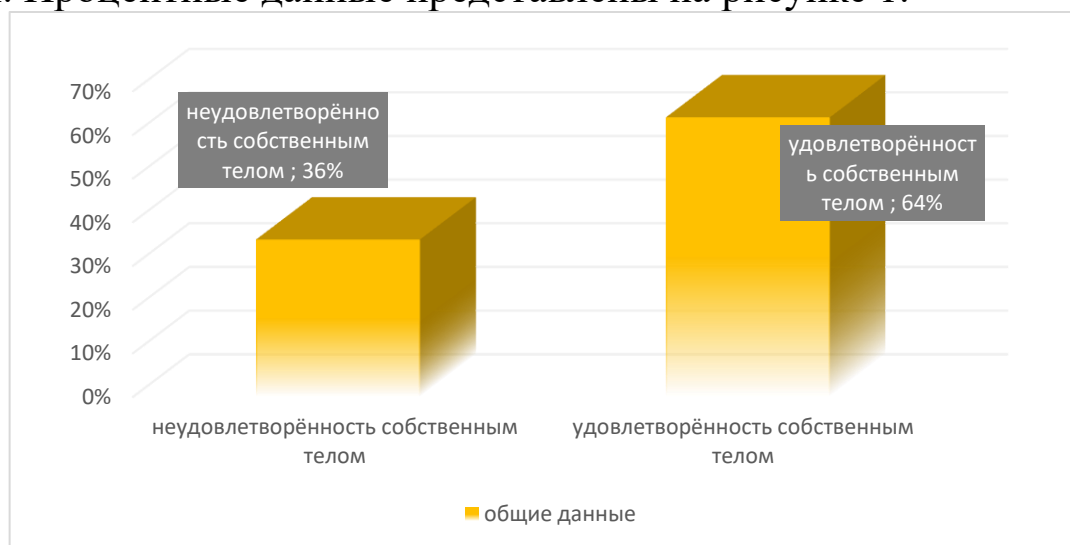


Рисунок 1. Результаты исследования образа собственного тела по методике «Опросник образа собственного тела» (ООСТ) О. А. Скугаревского и С. В. Сивухи

Используя тест цветоуказания на неудовлетворённость собственным телом О. Вуле и С. Ролла, мы получили следующие данные. Среди девушек-подростков полная неудовлетворённость собственным телом была выявлена у 18% (7 девочек), а у 25% (10

человек) наблюдается частичная удовлетворённость собой, то есть они принимают себя, но есть что-то, что им хотелось бы изменить. 5% (2 девочки) демонстрируют полную удовлетворенность собой. При проведении исследования среди мальчиков было установлено, что 13% (5 человек) полностью недовольны собственным телом, 8% (3 человека) были частично удовлетворены собой, 23% (9 мальчиков) – полностью удовлетворены собственным телом. Данные в процентах показаны на рисунке 2.

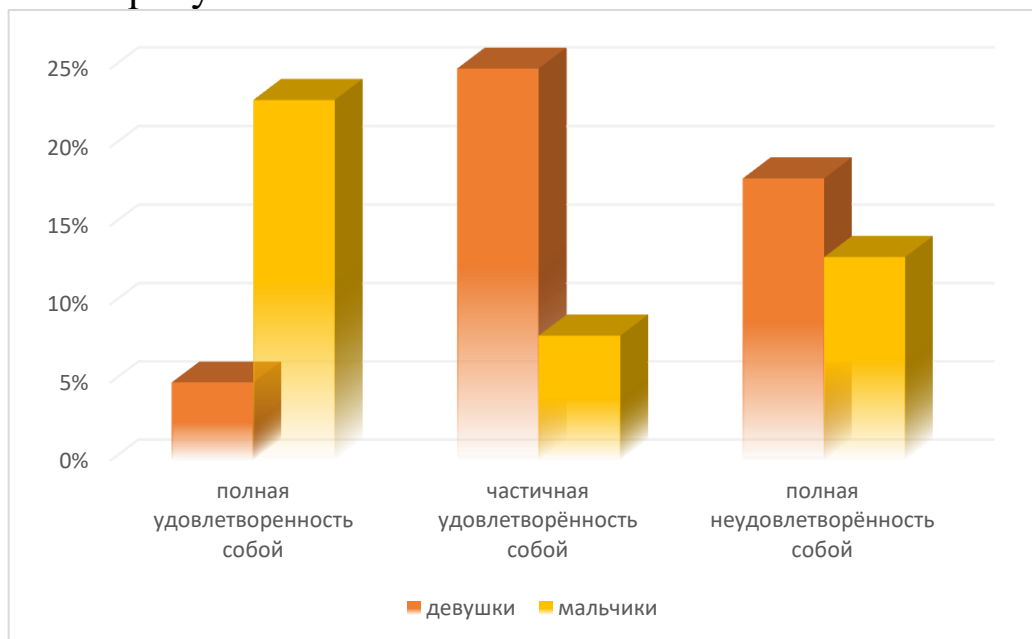


Рисунок 2. Результаты исследования неудовлетворенностью собственным телом по методике «Тест цветоуказания на неудовлетворенность собственным телом» О. Вуле и С. Ролл

При исследовании также использовалась методика «Торонтская алекситимическая шкала» J. Taylor. Так, у 31% (12 человек) наблюдается выраженная алекситимия, то есть этим подросткам трудно сообщить о своих чувствах и переживаниях другим, а также им тяжело отождествлять и разделять свои эмоции и чувства. Эти подростки могут полностью отвергать свою внешность и свой образ тела из-за своих убеждений. У 33% (13 человек) отмечается возможная алекситимия, то есть они образуют своеобразную группу риска, которая может испытывать некоторую амбивалентность чувств (непринятие себя в один момент, принятие себя – в другой). У 36% (14 человек) наличие алекситимии отрицательно. Данная категория подростков имеет устоявшиеся стереотипы по поводу своего внешнего вида и

образа тела, они их полностью удовлетворяют. Процентные данные представлены на рисунке 3.



Рисунок 3. Результаты исследования алекситимии с помощью методики «Торонтская алекситимическая шкала», J. Taylor

Исследование с помощью методики «Шкала тревожности» Спилбергера-Ханина показало, что у 31% опрошенных (12 человек) отмечается высокий уровень ситуационной и личностной тревожности, которая может проявляться из-за неуверенности в своей внешности и своего образа тела. У 33% подростков (13 человек) была выявлена умеренная тревожность, возникающая из-за проявляющихся мыслей и желаний изменить в себе что-то. 36% опрошенных (14 человек) подростков не испытывают ни ситуационной, ни личностной тревожности. Данные в процентах представлены на рисунке 4.

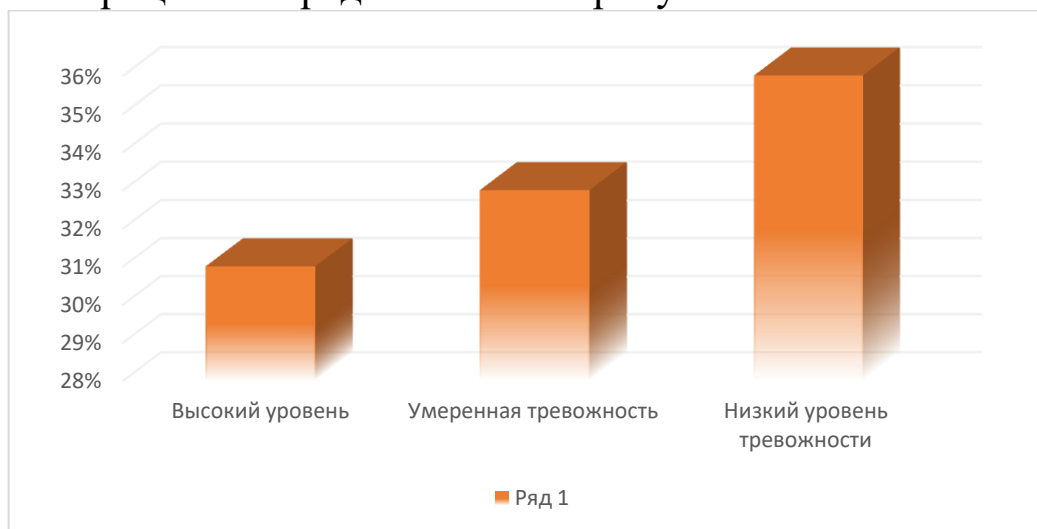


Рисунок 4. Результаты исследования личностной и ситуативной тревожности с помощью методики «Шкала тревоги Спилбергера-Ханина» Ч. Спилбергер, Ю. Л. Ханин

Выводы

В подростковом возрасте немалое значение придается образу тела и внешности, поскольку в этом возрасте у подростков выстраиваются свои образные представления о красоте. Дополнительно к этому социальные сети диктуют свои стандарты красоты, и подростку трудно решить нравится ли он себе или нет. В результате неспособности достичь устоявшихся идеалов образа тела и внешности подростки могут испытывать личностную тревогу вследствие неудовлетворённости собой; ситуативную тревогу – когда, например, нужно показать или проявить себя, им может становиться тяжело из-за неуверенности в себе, поскольку они используют свою внешность как самопрезентацию и стесняются, когда она их не удовлетворяет.

Список источников

1. Вуле О., Ролл С. Тест цветоуказания неудовлетворённости собственным телом. Доступно по: <https://psylist.net/promet/00024.htm>. Ссылка активна на 20 июня 2023 г.
2. Ерохина Е.А. Филиппова Е.В. Образ тела и отношение к своему телу у подростков: семейные и социокультурные факторы влияния // Электронный журнал «Современная зарубежная психология». 2019. Т.8, № 4. С. 57-68.
3. Куницын В. Н. К вопросу о формировании образа тела у подростков // Вопросы психологии. 1968. №1 С. 90-100.
4. Лисина М. И. Формирование личности ребёнка в общении. СПб.: Питер; 2009.
5. Соколова, Е.Т. Я-образ тела. В кн.: Психология самосознания: хрестоматия. Самара: Бахрах-М; 2003.

Автор, ответственный за переписку: Т.В. Галкина, tanya.suprunova.00@mail.ru

Раздел 3. ОБРАЗ ТЕЛА ПРИ ИЗМЕНЕНИЯХ ВНЕШНОСТИ

ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ САМООТНОШЕНИЯ У ПАЦИЕНТОК ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ МЕТОДАМИ ПСИХОДИНАМИЧЕСКОГО ПОДХОДА В КРАТКОСРОЧНОМ СЕТТИНГЕ

Набойченко Е.С., Гисцев В.И.

*Уральский государственный медицинский университет,
Екатеринбург, Россия*

Аннотация. В статье приводятся теоретические основания разработанной программы психологической коррекции самооотношения у пациенток эстетической хирургии в краткосрочном сеттинге в парадигмах психологии переживания Ф. Е. Василюка и селф-психологии Х. Кохута. Предлагается сопоставление категорий самооотношения и переживания, определяется содержание переживания у пациенток эстетической хирургии в ситуации конфликта фантазийных представлений о внешних требованиях и субъективной оценки себя. Сделано предположение об источнике определенного по содержанию переживания в ранних дефицитах удовлетворения базовых нарциссических потребностей. Приводится структура программы, принципы, в рамках которых она может реализовываться, и ее технический инструментарий. Также предлагаются данные первичной апробации программы психологической коррекции, и выдвигаются предложения по ее дальнейшей модификации для качественных изменений самооотношения у пациенток эстетической хирургии при сохранении краткосрочного сеттинга.

Ключевые слова: эстетическая хирургия; самооотношение; психодинамический подход; психология переживания; нарциссизм; психологическая коррекция

Исследователи психологии пациенток эстетической хирургии фиксируют проблему формирования зависимости от хирургической коррекции внешнего облика [1-3]. Ранее нами был предложен подход к пониманию формирования такого рода зависимости, равно как и тенденции к парадоксальной неудовлетворенности результатами хирургических вмешательств [2], в контексте искаженного самоотношения и парадигмах психологии переживания и психодинамического подхода [4]. Здесь же мы кратко оговорим лишь те выдвинутые положения, которые имеют непосредственное отношение к содержанию настоящей работы.

Мы полагаем логичным рассмотреть проблему самоотношения в связке с особенностями переживания, так как эти категории в значительной мере связаны. В необходимой и достаточной мере соответствующим задачам настоящей работы мы видим определение самоотношения, предложенное Н. И. Сарджвеладзе, как отношения субъекта потребности к ситуации ее удовлетворения, которое направлено на само себя [5]. Видится необходимым сделать здесь акцент на реализации самоотношения в ситуации удовлетворения потребности. Далее мы вернемся к вопросу содержания потребности, которую стремятся удовлетворить пациентки эстетической хирургии, однако уже сейчас отметим, что самоотношение этой группы пациенток и тем более их личность не исчерпываются ситуацией пластической хирургии. Тем не менее, именно в этой ситуации проявляются некоторые особенности самоотношения, которые приводят к патологическому процессу формирования зависимости.

Вышеозначенная связь самоотношения и переживания проявляется в том, что именно в переживании находят отражение такие пласты самоотношения, как направленность на себя и сам характер этого отношения. Кроме того, категория переживания позволяет концептуализировать и характер потребности, в ситуации которой реализуется самоотношение как внутренней необходимости реализации активности субъекта [6].

Подытоживая тезис о смежности категорий переживания и самоотношения, скажем, что переживание, равно как и

самоотношение, интегрирует опыт относительно самой личности субъекта и реализуется в ситуации удовлетворения потребности. Таким образом, самоотношение и переживание неразрывно связаны, и эта связь носит взаимоопределяющий характер.

В терминах психологии переживания Ф. Е. Василюка переживание субъекта можно определить в следующих категориях: онтологическое поле ситуации переживания; тип активности субъекта, пресекаемый ситуацией; внутренняя необходимость реализации этой активности; нормальные условия функционирования субъекта и характер активности, направленной на разрешение ситуации переживания [6]. В этих категориях и относительно потребностей, реализуемых в эстетической хирургии, мы можем определить переживание пациенток, обращающихся за экстремальной коррекцией внешнего облика следующим образом. Такое переживание реализуется в онтологическом поле внутреннего мира. Очевидным образом субъективная необходимость в коррекции внешности, даже будучи поддерживаемой извне, формируется во внутренней реальности субъекта. Даже в моделях, которые предлагают понимание зависимости от эстетической хирургии в контексте дисморфофобии (то есть сугубо в рамках отношения субъекта к собственному телу) речь идет о стремлении к разрешению внутренней несогласованности идеальных представлений о себе и актуального психического представительства тела. Тем более понимание такого переживания, как относящегося к внутренней реальности, легитимно с точки зрения искаженного самоотношения, из которой мы и исходим.

В свете вышесказанного активностью субъекта, пресекаемой ситуацией переживания, является внутренняя согласованность. Несколько забегаая вперед, скажем, что речь идет о согласованности между объективным фактом жизни и *фантазийными* требованиями, предъявляемыми реальностью, обеспечивающими право жить. Внутренняя необходимость реализации активности, таким образом, это необходимость поддержания согласованности внутреннего мира субъекта, в данном случае в подтверждении права на существование и

занятия того места в реальности, которое субъект занимает (или на которое он претендует). Следовательно, нормальными условиями для личности пациенток эстетической хирургии можно считать условия сохранения этой согласованности и непротиворечивости. Таким образом, мы определяем ситуацию переживания таких женщин, как ситуацию конфликта.

Тип активности субъекта, направленной на разрешение ситуации переживания, связан, в известном смысле, с успешностью переживания. В этом плане Ф. Е. Василюк предложил деление такой активности на защиты и совладания. Для первых характерна ригидность, автоматичность, неосознаваемость и вынужденность, а потому и малая результативность [6]. В контексте формирования зависимости от эстетической хирургии мы полагаем, что обращение за хирургической коррекцией внешнего облика носит преимущественно защитный характер. Малую эффективность таких действий объясняет направленность защитных механизмов в большей мере на устранение тревоги и напряжения, нежели на модификацию ситуации переживания [6].

Таким образом, переживание пациенток эстетической хирургии носит конфликтный характер в ситуации несогласованности внутренних представлений о требованиях, предъявляемых реальностью, и также субъективных представлений о себе. Такая ситуация актуализирует потребность в поддержании внутренней согласованности, и субъект прибегает к защитной форме разрешения конфликта, выражаемой в повторном обращении за эстетической хирургией.

Характер потребности и ригидный способ ее удовлетворения органично объясняются в терминах психодинамического подхода. По мысли Х. Кохута, источником подобной модели переживания может быть чрезмерная фрустрация базовых нарциссических потребностей в младенческом и раннем возрасте. С точки зрения селф-психологии, для гармоничного развития представлений о себе и самоотношения личность нуждается в возможности для безопасной идеализации другого на ранних этапах и, в равной мере, в селф-объекте – другом, подтверждающим гордостью

правильность действий ребенка (в том числе, действий витальных) [7]. Для того, чтобы обеспечивать адекватное удовлетворение этих потребностей, взрослый другой должен быть в достаточной мере эмпатичным, способным на достаточном уровне символизировать собственные телесные реакции с тем, чтобы обеспечить пространство для понимания реакций другого в терминах другого [8]. При этом такого рода забота и сама закладывает основу для будущего развития успешной интроспекции и эмпатии у ребенка.

Предположительно, именно этот процесс некоторым образом нарушался в раннем опыте рассматриваемой группы пациенток. Такая ситуация теоретически должна приводить к расхождению между первичными и вторичными психическими процессами, некоторой «пустоте» языка, описывающего психические явления, процессу, нераздельно связанному с феноменом алекситимии. Кроме того, не будучи в достаточной мере удовлетворенными, базовые нарциссические потребности в безопасной идеализации и селф-объекте не проходят трансформацию в зрелые убеждения о базовой безопасности мира и собственной адекватности миру. С одной стороны, сохраняясь в инфантильной форме, эти потребности порождают феномены нарциссического функционирования, подробно описанные Х. Кохутом [9] и О. Кернбергом [10], частотность которых у пациенток эстетической хирургии подтверждается другими работами по психологии внешности [11]. С другой стороны, несформированность базовых убеждений о безопасности мира и собственной адекватности служит плодотворным источником для ситуаций внутренней несогласованности, о которых ранее шла речь.

Таким образом, основными мишенями для психологической коррекции самоотношения у пациенток эстетической хирургии естественным образом становятся фундаментальные, порождающие ситуацию переживания аспекты: алекситимические нарушения («пустота» языка) и дефекты удовлетворения базовых нарциссических потребностей.

Из определенных мишеней работы и предположительных особенностей психического функционирования таких пациенток

закономерно следует формулирование принципов построения психокоррекционной программы. Программа психологической коррекции в свете изложенных выше положений должна основываться на методах психодинамической психотерапии, так как именно в терминах последней были выделены мишени коррекции. В виду объективных условий взаимодействия пациента и специалистов в области эстетической хирургии, программа коррекции должна быть краткосрочной. Для решения задач по смягчению нарциссических дефектов также видятся полезными принципы принятия эмоциональных реакций, поддержки формирования трансфера и принцип недирективности. Последние два принципа отражают идею о формировании новых отношений в рамках аналитического переноса [10]. Наконец, из соображений необходимости формирования сепарации пациентки от специалиста, проводящего программу психологической коррекции, видится необходимым введение принципа завершающей интерпретации переноса.

Структура программы представлена тремя блоками.

Первый – диагностический блок – предшествует этапу проведения психокоррекционных мероприятий. Основными задачами на этом этапе являются определение психологического состояния пациенток эстетической хирургии, необходимости проведения психокоррекционных мероприятий, прогноз эффективности. Необходимость проведения коррекционной работы определяется выраженностью черт, ассоциированных с мишенями психологической коррекции. Относительно эффективности мы полагаем, что программу нецелесообразно и рискованно проводить с пациентками, демонстрирующими выраженные патохарактерологические черты.

Второй блок программы – блок частичного восполнения нарциссических дефектов – осуществляется синхронно с третьим блоком – коррекции алекситимии. Их разделение происходит не на основаниях хронологии, а исходя из разницы задач, которые в них решаются.

Оптимальными для работы с пациентками эстетической хирургии мы видим техники современного американского

анализа Х. Спотница как апробированные инструменты для работы с ранними (довербальными) нарушениями [12]. Таким образом, в техническом инструментарии программы используются объект-ориентированные вопросы, техники присоединения и отзеркаливания, интерпретация чувств (в том числе чувств значимых других). Мы полагаем нецелесообразным использование с этой группой пациенток генетических интерпретаций и эго-ориентированных вопросов.

Первичная апробация психокоррекционной программы проводилась с пациентками 30-60 лет отделения реконструктивной и пластической хирургии ГАУЗ СО «Многопрофильный клинический медицинский центр «Бонум». Возрастные границы для пациенток, вошедших в группы исследования, определялись исходя из периода сензитивности к возрастным изменениям по возрастной периодизации Г. Крайг [13]. У всех пациенток ярко выражены черты, ассоциированные с маркерами психологической коррекции: неадекватность самооценки (преимущественно завышенной и эмоционально-полярной), алекситимичность, базисная уверенность в несправедливости и неконтролируемости мира, агрессивный паттерн с превалирующими безобъектными и направленными на себя формами агрессии.

Контрольную группу составили 5 пациенток эстетической хирургии, экспериментальную – 3. В батарею психодиагностических методик были включены: опросник агрессивности Басса-Дарки; сокращенный многофакторный опросник личности (СМОЛ); опросник самоотношения Пантелеева-Столина; шкала базисных убеждений в адаптации М.А. Падун и А.В. Котельниковой; тест Куна-Макпартленда в модификации Т.В. Румянцевой.

Перед началом основных психокоррекционных мероприятий было проведено сравнение результатов групп на диагностическом этапе с помощью статистического критерия U-Манна-Уитни. На уровне значимости $p < 0,05$ не было выявлено значимых различий ни по одному из показателей, что делает возможным сравнение групп между собой.

С пациентками экспериментальной группы проводилась программа психологической коррекции в сеттинге 6 встреч по 50 минут в онлайн-формате. С пациентками контрольной группы коррекционных мероприятий не проводилось.

После проведения программы психологической коррекции обеим группам были вновь предложены для заполнения психодиагностические методики из диагностического блока программы. Результаты до и после сравнивались с помощью статистического критерия Т-Вилкоксона. В экспериментальной группе на уровне значимости $p < 0,03$ были зафиксированы изменения по следующим шкалам опросника самооотношения: «самоуважение», «ожидаемое отношение от других», «самоуверенность», «самопринятие» и «самообвинение». В этом плане мы наблюдаем, что акцент в формировании самооотношения несколько сместился с внешних оценок на внутренние, повысилась уверенность в себе и степень принятий себя, что, вкупе со снижением тенденций к самообвинению, отражает тенденцию к разрешению ситуации конфликта совладающим, а не защитным способом. По шкале базисных убеждений изменились оценки по шкале «образ Я», что может отражать большую сформированность представлений о себе, чем до начала психологической коррекции. В опроснике уровня агрессивности изменения произошли по шкалам «раздражение» и «индекс враждебности» – результаты по шкалам снизились, поэтому мы можем говорить о тенденции к отказу от доминирующих безобъектных форм агрессии. По шкалам сокращенного многофакторного опросника исследования личности произошло снижение результатов по шкалам «депрессия» и «психопатия». Это может свидетельствовать о снижении тенденции к самонападению, с одной стороны, и об улучшении способности к эмпатии, с другой. В контрольной группе, как и ожидалось, значимых изменений выявлено не было.

Тем не менее, при проведении сравнительного анализа экспериментальной и контрольной групп по критерию U-Манна-Уитни после проведения программы психологической коррекции значимых различий выявлено не было. Это позволяет заключить, что программа психологической коррекции, предлагаемая в этой

работе, в целом эффективна, однако в существующем виде недостаточна для качественного изменения самооотношения у пациенток эстетической хирургии.

В связи с этим, мы полагаем целесообразными дальнейшие исследования и модификации программы. Перспективным нам видится поиск такого сеттинга, который позволил бы соблюсти декларируемый принцип краткосрочности, но при этом достичь более выраженных изменений в самооотношении.

Список источников

1. Дементий Л.И., Варлашкина Е.А. Социально-психологический портрет пациенток пластической хирургии // Сибирский психологический журнал. – 2010. – №. 36. – С. 90-94.
2. Слостенина В. В. Социально-психологические характеристики женщин, прибегающих к услугам эстетической хирургии // Вестник Томского государственного университета. – 2007. – №. 303. – С. 205-208.
3. Миракян К. Ф. Изучение гендерных и социально-психологических аспектов, определяющих зависимость от пластической хирургии / К.Ф. Миракян // Региональный вестник. – 2020. – №. 15. – С. 15-16.
4. Набойченко Е.С. Особенности мотивации пациенток эстетической хирургии с позиций психодинамического подхода / Е.С. Набойченко, В.И. Гисцев // Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография. – Рязань, 2022. – С. 191-197.
5. Сарджвеладзе Н.И. Личность и взаимодействие с социальной средой / Н.И. Сарджвеладзе. – Тбилиси: Мецниереба, 1989. – 187 с.
6. Василюк Ф. Е. Психология переживания / Ф.Е. Василюк. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – Т. 195. – 200 с.
7. Кохут Х. Анализ самости. Систематический подход к лечению нарциссических нарушений личности: пер. с англ. / Х. Кохут. – М.: Когито-Центр, 2003. – 308 с.

8. Кохут Х. Интроспекция, эмпатия и психоанализ: исследование взаимоотношений между способом наблюдения и теорией // «Антология современного психоанализа». Т. I М., Институт психологии РАН, 2000.

9. Кохут Х. Восстановление самости / Х. Кохут. – М.: Когито-Центр, 2002. – 316 с.

10. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии: пер. с англ. / О.Ф. Кернберг. – М.: Независимая фирма «Класс», 2017. – 464 с.

11. Баранская Л. Т. Факторы риска расстройств личностной адаптации у пациентов эстетической хирургии / Л.Т. Баранская. – Екатеринбург: Изд-во Уральского ун-та, 2009. – 212 с.

12. Федоров Я. О. и др. Тотем без табу: психоанализ доэдипальных состояний (шизофрения, расстройство личности, аффективные расстройства //Спб.: ООО «ИПК КОСТА. – 2017.

13. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2000. – 992 с.

*Автор, ответственный за переписку: В.И. Гисцев,
i.and.i.and.v@gmail.com*

ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВЫЕ ОРИЕНТАЦИИ И САМООТНОШЕНИЕ МОЛОДЕЖИ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ ИЗМЕНЕНИЯ ВНЕШНОСТИ

Фассахова Т.А.

*Уральский федеральный университет им. Б.Н. Ельцина,
Екатеринбург, Россия*

*Костромской государственной университет, Кострома,
Россия*

Аннотация. Статья посвящена определению ценностной структуры молодого человека и определению места ценности внешнего облика в общей структуре ценностных ориентаций молодого человека. В исследовании приняли участие 1107 человек в возрасте от 18 лет до 21 года; 30 человек из общей выборки имеют типичную внешность, 60 человек – альтернативную внешность (30 человек имеют татуировки на теле, которые занимают 60% поверхности тела; 30 человек с дефицитом массы тела, испытывающие на себе различные диеты). Установлены достоверные различия между респондентами с разными типами преобразования внешности в структуре ценностных ориентаций, в значимости привлекательного внешнего облика для достижения жизненных целей и уровне самооотношения.

Ключевые слова: молодежь; внешний облик; ценностно-смысловые ориентации; самооотношение

Проблема внешности актуальна для человека во все времена. Развитие цифрового пространства, социальные сети открывают доступ к публичной жизни известных людей, моделей, блогеров, где транслируется образ идеального лица, тела, стандартов «красивой жизни». Эта индустрия подталкивает молодого человека к постоянному оцениванию себя и сравнению себя с другими, формирует ценности, установки, размышления о своем теле, критерии оценки внешнего облика [1].

Как в зарубежных, так и в отечественных исследованиях доказывается влияние социокультурных факторов, например,

СМИ на отношение, восприятие, оценку, самооценку, удовлетворенность, обеспокоенность внешним обликом [2-13].

Вместе с тем, открытым остается вопрос: «Почему одни субъекты в большей степени чувствительны по отношению к транслируемым стандартам и нормам внешнего облика, более уязвимы к неблагоприятным последствиям воздействия идеализированных образов тела, изменяют свою внешность, другие – в меньшей?».

С одной стороны, внешний облик (далее – ВО) представляется как знаковая система, как репрезентация социального в человеке [14], с другой – как форма объективизации внутреннего мира личности [15,16]. Активность в изменении внешности, целенаправленный осознанный процесс, с одной стороны, подвергается влиянию социокультурных факторов, а с другой – зависит от индивидуально-личностных характеристик [1].

В последние годы в зарубежной психологии появляется все больше исследований, где отмечается влияние индивидуально-личностных факторов на формирование отношения к ВО. Некоторые из них способствуют устойчивости и формированию положительного образа тела (высокая самооценка, сильная социальная поддержка) [17,18]. Напротив, перфекционизм, ненадежная система межличностной привязанности могут являться потенциально влиятельными характеристиками, которые приводят к неудовлетворенности, негативным чувствам по отношению к собственному телу [11-19].

Отечественные исследования в области внешнего облика следуют трендам, сложившимся в зарубежной психологии. Актуальным является направление развития психологии внешнего облика на основе многофакторной детерминации отношения к внешнему облику в сочетании с ценностным подходом к нему. Появляются исследования, рассматривающие место ценности внешнего облика в иерархии ценностей россиян [22,23], изучаются вопросы самооценки, ценности, значимости внешнего облика в студенческой среде [24-29].

Несмотря на возрастающий интерес исследователей к проблеме ценностных ориентаций молодых людей, отмечается недостаток эмпирических данных, позволяющих определить

место привлекательного ВО в системе ценностей молодых людей, отличающихся типами преобразования ВО, и рассмотреть феномен отношения к внешнему облику в сочетании с его вкладом в интегральное самоотношение и самооценку молодого человека как важнейших психологических ресурсов человека.

Следовательно, изучение структуры ценностных ориентаций и уровня самоотношения молодого человека позволяют описать особенности развития личности в молодом возрасте и обосновать различные типы преобразования внешнего облика.

Цель исследования – изучение места ценности внешнего облика в структуре ценностей молодого человека; сравнение респондентов с разными типами изменения внешности по структуре ценностей, отношению к внешнему облику, уровню самоотношения [1].

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 1107 человек в возрасте от 18 лет до 21 года, обучающиеся в Уральском федеральном университете (г. Екатеринбург), 294 юноши, 753 девушки.

Для межгруппового сравнения из общей выборки случайным методом было выбрано 90 человек: 30 человек с типичной внешностью; 60 человек с альтернативным внешним обликом (30 человек с татуировками на 60% поверхности тела; 30 человек с дефицитом массы тела, испытывающие на себе различные диеты и обратившиеся за психологической помощью в Центре когнитивных технологий (г. Екатеринбург).

Таким образом, сравнивались 3 группы молодых людей: 1 группа – с типичной внешностью (далее – «Норма»), 72,5% – женщины, 27,5% – мужчины; 2 группа – с татуировками (далее – «Тату»), 83% – мужчины, 17% – женщины; 3 группа – с альтернативной внешностью, имеющие недостаток массы тела (далее – «АВО»), 16% – мужчины, 84% – женщины.

Респондентам были предложены следующие методики:

- методика определения ценностных ориентаций М. Рокича в модификации Г.В. Серикова [25];

- методика «Значимость привлекательного внешнего облика как инструментальной ценности для достижения жизненных ценностей в представлении молодых людей» В. А. Лабунской и Г. В. Серикова [29];
- методика «Процентная прямая шкала удовлетворенности внешним обликом» [30];
- тест-опросник самоотношения (ОСО) С. Р. Пантилеева, В. В. Столина [31];
- опросник Дембо-Рубинштейн для определения самооценки.

Для обработки эмпирических данных использовались статистические процедуры: описательная статистика; однофакторный дисперсионный анализ ANOVA; методы выявления различий (попарные сравнения групп Тьюки, хи-квадрат Фридмана, попарные сравнения Дурбин-Коновер); критерий Колмогорова-Смирнова для определения нормального распределения выборки. Применялся пакет статистических программ SPSS 22.0 [1].

Результаты и их обсуждение

На основе ранжирования средних показателей рангов терминальных и инструментальных ценностей составлена иерархия терминальных и инструментальных ценностей молодого человека [1].

На первое место респонденты поставили ценность здоровья (физического, психического) (1R, 7,6); она достоверно отличается от всех остальных. Второй ранг (2R) получили ценности: уверенность в себе, свобода, любовь, материально обеспеченная жизнь. Третий ранг у ценностей – развитие, работа над собой, наличие хороших друзей, счастливая семейная жизнь, интересная работа, познание, жизненная мудрость и др [1].

Привлекательный внешний облик, общественное признание, творчество, красота природы, счастье других занимает наименее значимое место в иерархии ценностей молодежи.

Инструментальные ценности сгруппированы на основе достоверных отличий: честность (правдивость, искренность) (1R, 8,28) достоверно отличается от остальных. Далее следуют:

ответственность, образованность, воспитанность, умение понять чужую точку зрения, рационализм, независимость (способность действовать самостоятельно), жизнерадостность [1].

При сравнении трех групп обнаружены достоверные различия по шкалам: свобода, активная деятельная жизнь, здоровье (психическое и физическое), терпимость, материально-обеспеченная жизнь, аккуратность. Результаты представлены в таблице 1.

Респонденты из групп «Тату» и «АВО» ценят свободу (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках) значительно выше остальных (1R, 6,60 в группе «Тату», 6,48 в группе «АВО»). Изменение внешности – это возможность заявить о своей самостоятельности, независимости в суждениях и поступках.

Респонденты из группы «АВО» значительно чаще встречаются с осуждением со стороны окружающих и выше ценят такое качество, как терпимость и уважение мнения других (7,29).

Для группы «Тату» наиболее значима «Активная деятельная жизнь», менее важно отсутствие материальных проблем. Они гораздо больше ценят полноту и эмоциональную насыщенность жизни, в отличие от групп «АВО» и «Норма».

Достоверные различия между группами «Норма», «Тату» и «АВО» по шкале «Аккуратность» говорят о том, что для групп со значительными изменениям внешности менее значимы порядок, последовательность в ведении дел.

Ценность «Привлекательный внешний облик» для респондентов из группы «АВО» занимает 7 место, находится выше остальных ценностей среди респондентов всех групп.

Таблица 1

Достоверные отличия между группами «Норма», «Тату», «АВО» в иерархии терминальных инструментальных и ценностей (по методике М. Рокича в модификации Г. В. Серикова) [1]

Ценность	Группа	Подмножество для альфа = 0,05
----------	--------	-------------------------------

		1	2
Активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни)	Тату	8,67	
	Норма	9,72	9,72
	АВО		12,14
Здоровье (физическое и психическое)	АВО	6,62	
	Норма	8,25	8,25
	Тату		10,27
Свобода	Норма	7,66	
	АВО		6,48
	Тату		6,66
Терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения)	АВО	7,29	
	Норма		10,91
	Тату		11,80
Материально-обеспеченная жизнь	АВО	7,43	
	Норма	7,63	
	Тату		11,00
Аккуратность	Норма	9,44	
	АВО		13,05
	Тату		13,27

С точки зрения участников исследования, привлекательный внешний облик в большей мере способствовал бы достижению уверенности в себе (89% опрошенных), успешному построению близких отношений (любовь, духовная и физическая близость с любимым, 75,8% опрошенных), достижению материально обеспеченной жизни (отсутствие материальных проблем, 69,7% опрошенных). Наименее значимым привлекательный внешний облик оказался для обретения следующих ценностей: «счастье других», «красота природы». Полученные результаты схожи с данными ранее проводимых исследований [1, 23].

Результаты достоверных отличий между группами,

представлены в баллах, где 1 балл – привлекательный внешний облик никак не помог бы в достижении терминальной ценности, 4 – очень помог (Табл. 2) [1].

Таблица 2

Достоверные различия между группами по методике «Анализ значимости привлекательного внешнего облика как инструментальной ценности для достижения жизненных ценностей»

Терминальные ценности	Группы со значительными изменениями во внешности			F	p
	АВО	Тату	Норма		
Активная деятельная жизнь	2,19	2,87	2,97	3,789	0,026
Наличие хороших верных друзей	2,33	3,20	2,84	20,276	0,15
Счастливая семейная жизнь	1,76	2,93	2,94	4,435	0,000
Любовь (духовная и физическая близость с любимым)	2,05	3,40	3,13	10,597	0,000

Примечание: полужирным выделены группы, которые достоверно отличаются друг от друга при $p < 0,05$

Сравнительный анализ показал, что группа «АВО» в целом придает меньше значимости достижению терминальных ценностей. Привлекательная внешность, по их мнению, не поможет им в счастливой семейной жизни (1,76; 95% опрошенных), обрести друзей (2,33; 66% опрошенных), вступить в близкие отношения с противоположным полом (2,05; 90% опрошенных), вести активную эмоционально насыщенную жизнь (2,19; 82% опрошенных) [1].

Напротив, респонденты группы «Тату» больше, чем другие считают, что привлекательный облик поможет им завести друзей (3,04; 74% опрошенных), обрести партнера для близких отношений (3,40; 87% опрошенных). Кроме того, исходя из

результатов процентного анализа, больше 70% опрошенных респондентов из группы «Тату» считают, что привлекательный внешний облик поможет им получить интересную работу, достигнуть материально-обеспеченной жизни, максимально полно использовать свои возможности, силы и способности [1].

Все респонденты имеют высокий уровень самооотношения (среднее значение – 73,3), что свойственно молодым людям, особенно студентам. Достоверные различия были выявлены по шкалам: «самоуважение», «самоинтерес», «самоуверенность» и «самопонимание».

Респондентов из группы «Тату» отличает от других более высокие показатели по шкале самоуверенности (71,6) и шкале самоуважения (68,6). Что говорит о том, что в целом они пользуются авторитетом у сверстников и уверены в своих силах [1].

Респондентов группы «АВО» отличают низкие значения по шкале самопонимания (45,3), что говорит о том, что они не могут в целом разобраться в себе, в своих целях и устремлениях. Респонденты из этой группы имеют самые низкие значения по шкалам «самоуверенность» (58,6) и «самоинтерес» (57,9), хотя значения находятся в пределах нормы.

Таблица 3

**Достоверные различия средних показателей
самоотношения между группами с разными типами
изменения внешности**

Шкалы	Группа «АВО»	Группа «Тату»	Группа «Норма»	F	p
Шкала «самоуважение»	57,7	68,9	66,0	3,102	0,05
Шкала «самоинтерес»	57,9	72,9511	73,0	3,858	0,01
Шкала «самоуверенность»	58,2	71,6	65,5	3,109	0,00
Шкала «самопонимание»	45,3	52,7	59,3	3,433	0,02

Примечание: полужирным выделены группы, которые достоверно отличаются друг от друга при $p < 0,05$

Выводы

Привлекательный внешний облик в представлениях молодежи 18-22 лет не является приоритетно значимой ценностью. Респонденты, имеющие недостаток массы тела и придерживающиеся диет, ставят привлекательный внешний облик выше всех остальных респондентов [1].

Респонденты из групп «Тату» и «АВО» ставят ценность «Свобода» на первое место в иерархии ценностных ориентаций. Изменение внешности – это возможность заявить о своей самостоятельности, независимости в суждениях и поступках.

В целом, привлекательный внешний облик в представлениях молодежи способствует достижению уверенности в себе, построению близких отношений, достижению материально обеспеченной жизни [1].

Студенты с дефицитом массы тела гораздо меньше придают значения привлекательному внешнему облику для достижения целей в жизни: он не поможет им завести семью и друзей, вступить в близкие отношения с противоположным полом. Они имеют низкий уровень самопонимания и самые низкие значения по шкалам самоуверенности и самоинтереса, что говорит о том, что они не проявляют действительного интереса к своим потребностям, не знают, чего хотят, не уверены в себе.

Напротив, респонденты группы «Тату» считают, что привлекательный облик поможет им обрести друзей и завести романтические отношения. Внешний облик является отличительной чертой для вхождения в определенную социальную группу, поможет им вести активную эмоциональную жизнь и чувствовать себя счастливыми. Этим респондентов отличает самый высокий уровень самоуверенности, что говорит о том, что они больше верят в свои силы и пользуются уважением со стороны окружающих. Такое изменение внешности в молодежной среде, как татуировка, может быть обусловлено желанием получить внимание к себе со стороны друзей или родственников, что может говорить об одиночестве, отсутствии социальной поддержки.

Список источников

1. Фассахова Т. А. Ценностно-смысловые ориентации и самоотношение молодежи с разными типами изменения внешности // Ярославский педагогический вестник. 2023. № 4(133). С. 129-139. doi: 10.20323/1813-145X_2023_4_133_129.
2. Лабунская В.А., Дроздова И.И. Теоретико-эмпирический анализ влияния социокультурных и социально-психологических факторов на оценки и самооценки молодых людей внешнего облика // Российский психологический журнал. 2017. Т. 14. № 2. С. 202–226.
3. Лабунская В.А., Наровская Я.Б. Типы преобразования внешнего облика как отражение направленности преобразовательной активности субъекта в социальном общении // Мир психологии. 2006. № 4. С. 96–103.
4. Погонцева Д.В. Selfie как современный социально-психологический феномен // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2013. № 12 (28). С. 111–115.
5. Погонцева Д.В. Стремление похудеть: социально-психологи- ческий анализ // ScienceTime. 2014. № 5 (5). С. 159–165.
6. Полянина М.А. Представление о внешности в переживаниях молодых женщин с установкой на экстремальную коррекцию черт лица: Дис. ... канд. психол. наук. Москва; 2011.
7. Капитанова Е.В. Социально-психологические факторы удовлетворенности студентов своим внешним обликом: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ростов-на-Дону; 2017.
8. Clark L., Tiggemann M. Sociocultural influences and body image in 9- to 12-year-old girls: The role of appearance schemas // Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology. 2007. № 36. P.76–86. doi: 10.1080/15374410709336570.
9. Dohnt H., Tiggemann M. The contribution of peer and media influences to the development of body satisfaction and self-esteem in young girls: A pro- spective study // Developmental Psychology. 2006. № 42. P. 929–936. doi: 10.1037/0012-1649.42.5.929.
10. Jones D.C., Vigfusdottir T.H., Lee Y. Body image and the appearance culture among adolescent girls and boys // Journal of

Adolescent Research. 2004. № 19. P.323–339.
doi:10.1177/0743558403258847.

11. Shroff H., Thompson J. K. The tripartite influence model of body dissatisfaction and eating disturbance: A replication with adolescent girls. // *Body Image: An International Journal of Research*. 2006. № 3. P.17–23.

12. Levine M.P., Murnen S.K. Everybody knows that mass media are/are not [pick one] a cause of eating disorders»: A critical review of evidence for a causal link between media, negative body image, and disordered eating in females // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2009. № 28. P. 9–42.

13. Swami V., Frederick D.A., Aavik T., Alcalay L., Allik J., Anderson D., et al. The attractive female body weight and female body dissatisfaction in 26 countries across 10 world regions: Results of the International Body Project I // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2010. № 36. 309–325.

14. Лабунская В.А. Внешний облик человека как культурно-природный конструкт, порождающий психологические проблемы личности. В кн.: *Лицо человека в контекстах природы, технологий и культуры*. М.: Когито-Центр, Московский институт психоанализа; 2020.

15. Цивьян Т. Отношение к себе и к своему телу в русской модели мира // *Тело в русской культуре*. М. 2005. С. 38–50.

16. Яременко С.Н. *Внешность человека в культуре*. Ростов н/Д: Изд-во ДГТУ; 1997.

17. Vohs K.D., Bardone-Cone A. M., Joiner T. E. Perfectionism, perceived weight status, and self-esteem interact to predict bulimic symptoms: A model of bulimic symptom development // *Journal of Abnormal Psychology*. 1999. № 108. P. 695–700.

18. Brannan M., Petrie T. A., Greenleaf C., Reel J. The relationship between body dissatisfaction and bulimic symptoms in female collegiate athletes // *Journal of Clinical Sport Psychology*. 2009. №3. P. 103–126.

19. Vohs K, Zachary R. Voelz. Results demonstrate that body dissatisfaction is directly related to bulimic symptoms, as moderated by different types of perfectionism, exercising for appearance/attractiveness, and self-esteem // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2001. Vol. 20, № 4. P. 476-497.

20. McKinley N.M., Randa L. A. Adult attachment and body satisfaction: An exploration of general and specific relationships // *Body Image: An International Journal of Research*. 2005. № 2. P. 209–218.

21. Troisi A., Di Lorenzo G., Stefano A., Nanni. Body dissatisfaction in women with eating disorders: Relationship to early separation anxiety and insecure attachment. *Psychosomatic Medicine*. 2006. № 68. P. 449–453.

22. Cash T.F., Theriault J., Annis N.M. Body image in an interpersonal context: Adult attachment, fear of intimacy, and social anxiety // *Journal of Social and Clinical Psychology*. 2004. № 23. P. 89–103.

23. Лабунская В.А., Сериков Г.В. Теоретические основы и методические подходы к изучению феномена «ценность внешнего облика» // *Социальная психология и общество*. 2018. Т. 9. № 3. С. 91103.

24. Социальная психология внешнего облика: теоретические подходы и эмпирические исследования. Коллективная монография / Под науч. редакцией проф. В.А. Лабунской. Ростов-на-Дону; 2019.

25. Лабунская В.А., Капитанова Е.В. Самооценка и оценка внешнего облика членов студенческой группы как предикторы отношений межличностной значимости // *Социальная психология и общество*. 2016. Т. 7. № 1. С. 72–87.

26. Лабунская В.А. Самооценка, ценность, значимость внешнего облика в студенческой среде и удовлетворенность жизнью // *Южно-российский журнал социальных наук*. № 4. 2019. С. 198-209.

27. Капитанова Е.В. Внешний облик в структуре ценностных ориентаций молодых людей, обеспокоенных и удовлетворенных им // *Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие*. 2022. Т. 10, № 4 (39). С. 383–393.

28. Лабунская В.А., Капитанова Е.В. Обеспокоенность и удовлетворенность студентов своим внешним обликом как предикторы самооценок его компонентов и характеристик // *Российский психологический журнал*. 2016. Т.13. № 1. С. 167-183.

29. Лабунская В. А., Капитанова Е. В. Самооценка и

оценка внешнего облика членов студенческой группы как предикторы отношений межличностной значимости // Социальная психология и общество, 2016. Т. 7, № 1. С. 72–87

30. Лабунская В.А. Самооценка внешнего облика на различных этапах жизненного пути // Развитие психологии в системе комплексного человекознания. Москва: Институт психологии РАН. 2012. Ч.1. С. 331-338.

31. Методический инструментарий Г.В. Серикова, доц. Т.А. Шкурко. Ростов н / Д: Изд-во Мини-Тайп; 2019.

32. Фассахова Т.А., Добрынин И.М. Взаимосвязь уровня удовлетворенности внешностью с ценностно-смысловыми ориентациями и самоотношением в период молодости. // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 20, № 4. С. 56-62.

33. Пантелеев С.Р. Методика исследования самоотношения. М.: Смысл; 1993.

Автор, ответственный за переписку: Т.А. Фассахова, Fassakhova@gmail.com

ОСОБЕННОСТИ «Я-ОБРАЗА» ПОДРОСТКОВ СО СКОЛИОЗОМ

*Афанасьева О.П.
ЛГУ им. А.С. Пушкина,
СПб ГБУЗ «Санаторий для детей «Огонёк»,
Санкт-Петербург, Россия*

Аннотация. Идиопатический сколиоз – это хроническое заболевание, которое оказывает значительное влияние на психику человека, формирует дефицитарные условия развития, сужает пространство возможностей, изменяет восприятие мира, внутреннюю жизнь, характер активности. Под влиянием хронического заболевания складывается особая социальная ситуация развития, изменяются биологические условия деятельности, образ будущего. Деформации при сколиозе нарушают функции не только внешнего дыхания и сердечно-сосудистой системы, но и ограничивают активность больных и значительно изменяют фигуру, что причиняет им тяжелые физические и моральные страдания. Значительные изменения в физическом состоянии подростка, а также долгое и болезненное лечение не могут не сказаться на его качестве жизни, восприятии собственного тела, отношении к себе.

Ключевые слова: сколиоз; образ тела; самооценка; подросток; самоотношение

Подростковый возраст характеризуется множеством изменений на физическом, когнитивном и аффективном уровнях. В результате данных изменений подростки становятся более чувствительны и уязвимы к неблагоприятным факторам, какими являются хронические заболевания. Физические изменения, связанные с развитием сколиоза, могут значительно исказить восприятие собственного тела и повлиять на характерологические особенности, связанные с эмоциями.

Реакции подростков на заболевание отличаются своей спецификой. Как правило, подростки тяготеют к ограничениям, налагаемым заболеванием, сензитивно реагируют на госпитализацию и медицинские процедуры. Хронические

заболевания у подростков зачастую приводят к астенизации, невротизации, развитию тревожности, стресса, снижению самооценки, нарушениям поведения, проблемам в общении, снижению академической успеваемости.

Актуальность исследования проблем физиологических последствий сколиоза и психологических особенностей лиц подросткового возраста, страдающих этим недугом, возрастает. Внимание учёных привлекает не только личностная сфера, но и когнитивная сфера в том числе. Так, исследования И. И. Мамайчук и Г. В. Пятаковой выявили наличие у подростков состояния фрустрации, тревоги, нестабильности в эмоциональной и волевой сферах. Корреляционные связи были установлены с различной степенью тяжести сколиоза у подростков [1]. Исследования С. А. Похилько показали ярко выраженные нарушения в когнитивной сфере подростков (нарушения внимания, моторики, восприятия), а также личностной сфере (впечатлительность, стремление к социальной поддержке) [2]. Данная категория детей, по мнению О. А. Дадаевой, Р. Т. Складенко и Н. Г. Травниковой, склонны к эмоциональной лабильности, проявлению раздражительности, имеют высокие показатели нервно-психической и эмоциональной неустойчивости [3].

Г. В. Пятакова с коллегами сравнили подростков с выраженными сколиотическими деформациями с их здоровыми сверстниками на предмет различий в эмоциональной сфере и копинг-стратегиях [4]. Они выяснили, что подростки со сколиозом отличаются более высоким уровнем личностной тревожности, чем их здоровые сверстники. Обычные повседневные ситуации у них часто вызывают негативные переживания, перенапряжение эмоциональной сферы. Повышенная тревожность, по мнению авторов, также может быть связана с малой осведомленностью в отношении лечения, страхом снижения качества жизни на фоне ухудшения состояния в будущем [4].

У. Пэйн и коллеги сообщили в своем исследовании, что по сравнению с контрольной группой здоровых молодых людей, у подростков с выраженными сколиотическими деформациями чаще возникали суицидальные мысли, они были больше

обеспокоены своим физическим развитием и выражали беспокойство, что их тело развивается ненормально [5].

В исследовании, проведенном в клинике им. Катарини Шрот, К. Фрейдель также смог показать, что у подростков, страдающих сколиозом, было в целом менее позитивное отношение к жизни по сравнению со здоровыми сверстниками. Такие подростки чаще страдали от психосоматических болезней, у них было занижено чувство собственного достоинства, а также они чаще страдали депрессией. Родители опрошенных детей считали, что качество жизни их детей ограничено на различных уровнях, касающихся как самооценки, так и физического состояния [5].

Практический опыт работы отделения психологии клиники им. Катарини Шрот показал, что сколиоз может следующим образом влиять на психическое состояние подростков, страдающих данным заболеванием:

- Из-за переживания собственного отличия и отклонения от нормы у многих пациентов развивается чувство стыда, что в свою очередь приводит к желанию скрыть свою деформацию от окружающих. Это находит выражение в ношении дополнительной одежды и избегании определенных видов деятельности, таких как плавание или посещение сауны. Возникает страх, что другие обнаружат сколиоз, что в свою очередь может привести к большому стрессу и беспокойству. Негативное отношение к собственному телу, выработанное в результате прогрессирования сколиоза, вызывает депрессивные настроения и, следовательно, оказывает негативное влияние на самооценку.

- Степень, в которой сколиоз воспринимается в качестве фактора ухудшения качества жизни, в значительной степени не зависит от фактической степени искривления позвоночника или наличия видимого реберного горба. Объективно относительно небольшое искривление может, тем не менее, субъективно восприниматься как серьезный дефект.

Наиболее важным признаком подросткового периода является фундаментальное изменение в сфере самосознания, которое способствует развитию личности. Подростки часто задаются вопросом «Какой Я?»; это вынуждает их искать

ресурсы и возможности, тем самым способствуя становлению «Я-образа» с совокупностью представлений о себе, своих внешних и внутренних качествах. Исследование психологических особенностей подростков со сколиозом различной степени тяжести, представлений о себе, в целом «Я-образа» является актуальным.

Понятие «образ тела» как важного и целостного психологического феномена впервые было сформулировано немецким ученым П. Шильдером в его монографии «Образ человеческого тела», опубликованной на английском языке в 1935 году. В своей монографии П. Шильдер говорил об образе тела как о представлении нашего собственного тела, которое мы формируем в уме. В последнее время определение было расширено, и образ тела стали определять как «представление о размерах и форме нашего тела, а также наши чувства относительно этих характеристик и частей нашего тела». То есть образ тела рассматривается как имеющий два основных компонента: перцептивный и аффективный. Отсюда образ тела предстает не просто как перцептивный феномен, а как сложная система суждений индивида, на которые оказывают сильное влияние когнитивные, аффективные, поведенческие и другие переменные.

Идиопатический сколиоз тяжелой степени и в особенности ношение жесткого корсета Шено, как было подтверждено в многочисленных исследованиях, значительно влияет на восприятие собственного тела. Особенно показательны результаты исследования Д. Сапоунци-Крепия и коллег. Выяснилось, что подростки, носящие жесткий корсет на постоянной основе воспринимают свое тело слитым с корсетом, поэтому видят себя «некрасивыми, широкими и толстыми» [7]. В исследовании Деспина и коллег было также выявлено, что подростки с выраженными сколиотическими деформациями отличаются от своих здоровых сверстников более критичным восприятием собственного тела. Интересной находкой этого исследования является наличие статистически значимой связи совместного проживания девушек подросткового возраста с их матерями с более критичным отношением к собственному телу подростков. Было установлено, что подростки, не проживающие

с матерями, имеют более положительные показатели образа тела. Данный результат не был проверен в других исследованиях, однако он дает почву для размышлений о влиянии родителей и установок, которые они транслируют детям, на образ тела подростков.

В течение последнего десятилетия возрос интерес к оценке того, как подростки воспринимают влияние своих хронических заболеваний на качество повседневной жизни. Качество жизни определяется как субъективная многомерная конструкция, которая фиксирует влияние состояния здоровья, включая болезнь и лечение, на три основные области: физическое, психологическое и социальное функционирование. Оценка качества жизни выходит за пределы традиционных биомедицинских показателей течения заболевания и является значимым дополнением объективных признаков и симптомов заболевания.

Влияние идиопатического сколиоза на качество жизни было предметом исследования во многих работах, однако результаты отличаются противоречивостью. Так, например, Г. В. Пятакова и коллеги в своем исследовании качества жизни подростков, страдающих сколиозом, выяснили, что подростки с идиопатическим сколиозом отличаются от своих здоровых сверстников более низким уровнем качества жизни по показателям физического и психологического благополучия. Полученные результаты свидетельствуют о том, что физическое состояние, болевой синдром существенно ограничивают физическую активность пациентов с тяжелыми деформациями позвоночника, способствуют снижению жизненной активности, формированию негативного представления о перспективах лечения и выздоровления. Существенно снижена у больных подростков, по сравнению с их здоровыми сверстниками, удовлетворённость состоянием здоровья, возможностями повседневной деятельности, общения. Больные подростки отличаются негативными эмоциональными переживаниями, причем у детей с диспластическим сколиозом чаще встречаются субъективно переживаемые состояния эмоционального неблагополучия, проявляющиеся в депрессивных и тревожных состояниях.

Другие данные были получены в исследовании Т. Швайгери и ее коллег. Они исследовали качество жизни подростков со сколиозом третьей степени, которые на момент исследования носили корсет, и не нашли статистически значимых различий с группой, не проходившей лечение [8]. Таким образом, тема качества жизни подростков, страдающих идиопатическим сколиозом, не достаточно разработана, особенно не хватает исследований на российской выборке.

Целью данного исследования является анализ и сравнение результатов изучения особенностей восприятия собственного тела, самооценки и других личностных особенностей девочек подросткового возраста со сколиозом различной степени.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ способов изучения самооценки, восприятия собственного тела и отношения к лечению подростков, страдающих идиопатическим сколиозом, на основе зарубежной и отечественной литературы

2. Изучить особенности самооценки, личностных характеристик и восприятия телесного образа у лиц подросткового возраста, страдающих идиопатическим сколиозом.

3. Провести сравнительный анализ и описать специфику особенностей самооценки, личностных характеристик и восприятия телесного образа у девочек подросткового возраста, страдающих идиопатическим сколиозом, по сравнению с подростками без ортопедической патологии.

Материалы и методы

В исследовании применялись экстенсивные (наблюдение, беседа, анализ медицинской документации), так и интенсивные методы, включающие в себя следующие методики психологического тестирования:

1. Подростковый вариант 14-факторного личностного опросника Р. Кеттелла (14 PF): факторы А, С, О, Q4.

2. Исследование состояния эмоциональной нестабильности по Л. И. Вассерману.

3. Исследование уровня самооотношения по В. В. Столину и С. Р. Пантелееву.

4. Изучение свойств личности и ее межличностных отношений по Ч. Осгуду;

5. Исследование самооценки по Т. Дембо и С. Я. Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан.

Выборку исследования составили 40 подростков в возрасте 14-15 лет (20 из них имеют I-II степени сколиоза; 20 – III-IV степени сколиоза). Исследование проводилось на базе Санкт-Петербургского государственного бюджетного учреждения здравоохранения «Восстановительный центр детской ортопедии и травматологии «Огонек».

Результаты и их обсуждение

Данные исследования позволяют сделать вывод о том, что подростки со сколиозом обладают следующими специфическими особенностями:

1) у подростков с III-IV степенью сколиоза более развиты волевые стороны личности, они уверены в себе, склонны рассчитывать на собственные силы в трудных ситуациях, менее зависимы от внешних обстоятельств и оценок, менее тревожны по сравнению со сверстниками с I-II степенью заболевания. Такой результат указывает на то, что, несмотря на степень заболевания, подростки мотивированы на положительный исход болезни и верят только в свои силы на пути к выздоровлению, склонны осознавать себя носителями позитивных характеристик, удовлетворены собой.

2) у подростков со сколиозом III-IV степени доминирует гармоничный тип отношения к болезни, для которого характерны трезвая оценка своего состояния без склонности преувеличивать его тяжесть и без оснований видеть все в мрачном свете, но и без недооценки тяжести болезни, стремление во всем активно содействовать успеху лечения.

3) уровень притязаний в исследуемой группе соответствует адекватному представлению о своих возможностях при реалистичном оценивании себя.

4) низкий уровень невротизации свидетельствует об эмоциональной устойчивости, положительном фоне переживаний (спокойствие, оптимизм), инициативности, чувстве собственного достоинства, независимости, социальной смелости, легкости в общении.

5) подростки со сколиозом достаточно себя уважают (высокий балл по шкалам «последовательность», «самопонимание», «самоуверенность»), верят в свои силы, способности, энергию, самостоятельность, возможности контролировать собственную жизнь, интересуются собой (шкала «самоинтерес», «ожидаемое отношение от других»), что свидетельствует о присутствии внутреннего недифференцированного чувства «за» самого себя.

Становится очевидным, что выраженные сколиотические деформации значительно влияют на восприятие собственного тела, однако связь тяжести патологии с самооценкой и качеством жизни не была обнаружена.

Поэтому психологическая поддержка подростков со сколиозом тяжелой степени, в особенности подростков, носящих корсет Шено на постоянной основе, должна стать приоритетной задачей в лечении подростков.

На примере группы с четвертой степенью, у которой результаты относительно восприятия собственного тела значительно более позитивные, чем у подростков со сколиозом третьей степени, можно сделать вывод о значимости общения с людьми, которые понимают специфику заболевания и могут оказать психологическую поддержку, даже если это общение в социальных сетях, что, вероятно, позитивно скажется на времени ношения корсета.

Выводы и перспективы исследования

В развитии этой темы было бы показательным провести исследование на группе подростков со сколиозом третьей степени с целью измерения отношения к собственному телу до начала ношения корсета Шено и после ношения в течение достаточно длительного промежутка времени, чтобы определить степень влияния корсета. Также сравнение показателей восприятия собственного тела и уровня переживаемого стресса

группы подростков, носящих корсет Шено и получающих психологическую помощь в виде индивидуальной работы с психологом или групповых занятий, с группой, которая также носит корсет, но не получающей никакой дополнительной психологической поддержки, было бы целесообразно.

Полученные данные представляют важность для разработки дифференцированных и комплексных программ психокоррекции, организации психологического сопровождения подростков в условиях оздоровительного учреждения.

Список источников

1. Мамайчук, И.И. Психосемантические исследования в клинике подростков, страдающих сколиозами // Вестник СПбГУ. 2015. № 4. С. 89 – 92.

2. Похилько А.С. Психологические характеристики подростков с патологиями позвоночника: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Санкт-Петербург; 2010.

3. Дадаева О.А. Клинико-психологические особенности детей и подростков, больных сколиозом // Медико-социальная экспертиза и реабилитация. 2003. № 3. С. 10 – 14.

4. Пятакова Г.В., Виссарионов С.В. Особенности личности подростков с тяжелой деформацией позвоночника. // Хирургия позвоночника. 2008. № 3. С. 33-39.

5. Payne W. K. III et al. Does scoliosis have a psychological impact and does gender make a difference? // Spine. 1997. Т. 22, №. 12. P. 1380-1384.

6. Freidel K. et al. Quality of life in women with idiopathic scoliosis // Spine. 2002. Т. 27, №. 4. P. E87-E91. doi: 10.1097/00007632-200202150-00013.

7. Sapountzi-Krepia D. S. Perceptions of body image, happiness and satisfaction in adolescents wearing a Boston brace for scoliosis treatment // Journal of advanced nursing. 2001. Т. 35, №. 5. P. 683-690.

8. Climent J. M. Impact of the type of brace on the quality of life of adolescents with spine deformities // Spine. 1999. Т. 24, №.18. P. 1903.

*Автор, ответственный за переписку: О.П. Афанасьева,
af.olga@bk.ru*

ОТНОШЕНИЕ К ОБРАЗУ ТЕЛА И СТИЛИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ЖЕНЩИН МОЛОДОГО И СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА

Ермакова Н.Г., Туктарова А.А.

*Российский государственный педагогический университет
им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия*

Аннотация. В статье представлен анализ отношения к собственному телу у женщин молодого и среднего возраста с избыточной массой тела и риском формирования метаболического синдрома и нарушения репродуктивной функции. Выявлены высокий уровень реактивной и личностной тревожности, недовольство собственным телом, доминирование нарушений пищевого поведения по эмоциогенному типу, по сравнению с контрольной группой. Полученные результаты свидетельствуют о необходимости разработки программ психологической помощи, основанных на применении поведенческих и когнитивно-поведенческих технологий, для женщин с избыточной массой тела, направленных на принятие образа собственного тела, снижение тревожности, на формирование осознанного пищевого поведения.

Ключевые слова: избыточная масса тела; метаболический синдром; репродуктивное здоровье; женщины молодого и среднего возраста

Избыточная масса тела и ожирение у женщин приводят к серьезным последствиям для здоровья, таким как сердечно-сосудистые заболевания, диабет второго типа, нарушения репродуктивной функции [1, 2]. В частности, избыточный вес и ожирение связаны с неблагоприятными последствиями для женской репродуктивной системы, которые включают нарушения менструального цикла, бесплодие, развитие гиперпластических процессов эндометрия [3,4].

По данным ВОЗ на 2021 год, в мире избыточный вес наблюдался у 39% взрослых старше 18 лет, среди них женщин больше, чем мужчин (40% женщин, 39% мужчин) [5]. В современном мире ожирение рассматривается как одна из

основных причин нарушений репродуктивной системы у женщин, ведущей к снижению фертильности, патологическому течению беременности и родов [6].

У людей с избыточным весом наблюдается низкая оценка образа собственного тела, что может приводить к применению несбалансированных диет и к нарушению пищевого поведения [7-11].

Исследования последних лет чаще направлены на изучение биологической составляющей проблемы формирования избыточного веса у женщин репродуктивного возраста [3,12,13], в то время как психологическому аспекту проблемы уделяется мало внимания.

Склонность к формированию избыточного веса тела может иметь биологические предпосылки (генетические и эндокринные нарушения, снижение физической активности); социальные причины (уровень культуры, семейные традиции) [14]; психологические предпосылки (тревожность, стрессодоступность [15,16,17], косвенная агрессия (негативизм, оппозиционное поведение) [18]). В связи с чем актуальным является изучение психологических предпосылок формирования нарушения пищевого поведения у женщин молодого и среднего возраста с избыточной массой тела, способствующих развитию метаболического синдрома и нарушению репродуктивной функции.

Цель исследования – изучение стилей пищевого поведения и отношения к собственному телу у женщин молодого и среднего возраста с избыточной массой тела.

Материалы и методы

При оценке склонности к ожирению принято использовать классификацию ожирения по индексу массы тела (ИМТ), которая была предложена ВОЗ. За основные клинические критерии риска развития метаболического синдрома принимаются ИМТ больше 25 кг/м² и окружность талии (ОТ) больше 80 см.

Проведено обследование 80 женщин в возрасте от 25 до 47 лет, наблюдающихся у врача-гинеколога в медицинском центре города Санкт-Петербург.

В основную группу вошли 42 женщины с избыточным весом (ИМТ>25, ОТ>80) с риском развития метаболического синдрома. Критерии исключения: сахарный диабет 1 и 2 типа, другие эндокринные заболевания, нарушения менструального цикла.

В контрольную группу вошли 38 женщин с ИМТ<25 (нормальная масса тела) и с объемом талии меньше 80 см, без признаков развития метаболического синдрома, без эндокринных заболеваний и нарушений менструального цикла.

Применялись клинико-психологические методы (беседа, наблюдение, анализ медицинской документации) и экспериментально-психологические методы исследования.

1. Нидерландский опросник пищевого поведения [19], переведен на русский язык и апробирован [20]. Выделяются следующие стили пищевого поведения: 1) ограничительное пищевое поведение – избыточное пищевое самоограничение, применение слишком строгих бессистемных диет; 2) эмоциогенное пищевое поведение – при приеме пищи человек руководствуется не чувством голода, а эмоциональными переживаниями; 3) экстернальное пищевое поведение – стимулом к приему пищи является не голод, а внешние раздражители (еда за компанию, накрытый стол, реклама продуктов).

2. Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч. Д. Спилбергера (в адаптации Ю. Л. Ханина) [21].

3. Шкала оценки уровня удовлетворенности собственным телом (ШУСТ) в адаптации О. А. Скугаревского [22]. Методика содержит 22 шкалы с разными сегментами тела, предлагается в баллах от 0 до 6 оценить уровень удовлетворенности каждой из частей собственного тела. Также вычисляется интегральная оценка образа собственного тела.

Сравнение средних значений проводилось с помощью непараметрического критерия различия Манна-Уитни в программе Excel.

Результаты и их обсуждение

По результатам анализа средних значений показателей Нидерландского опросника пищевого поведения было выявлено, что у женщин основной группы (с избыточной массой тела)

значимо выше ($p=0,002$) уровень эмоциогенного пищевого поведения («заедание стресса») по сравнению с женщинами контрольной группы (Табл.1).

Таблица 1

Сравнительный анализ показателей стилей пищевого поведения у женщин основной и контрольной групп

Стили пищевого поведения	$M \pm \sigma$ 1 группы	$M \pm \sigma$ 2 группы	U-критерий Манна Уитни	Значимость p-value
Экстернальное пищевое поведение	3,2±0,7	2,9±0,4	667,0	0,205
Ограничительное пищевое поведение	2,94±0,51	2,73±0,6	606,5	0,065
Эмоциогенное пищевое поведение	2,88±1,08	2,15±0,85	487,5	0,002

Примечание: M среднее значение в степенях; σ стандартное отклонение; p уровень значимости

У женщин основной группы стимулом к приему пищи чаще становится не голод, а плохое настроение, тревожность, чувство одиночества. При нарушении пищевого поведения по эмоциогенному типу женщины первой группы едят чаще не потому, что голодны, а потому что они «заедают» свое плохое настроение, чаще всего высоко калорийными продуктами, сладостями, и получают удовольствие, что приводит к снятию эмоционального напряжения.

Значимых различий по ограничительному и экстернальному типу пищевого поведения не было выявлено (Табл. 1).

Показатели нарушения пищевого поведения по ограничительному типу более высокие у участниц основной группы (хотя и не значимые). Ограничительное поведение, как следовало из беседы, нередко сочеталось у них с компульсивным пищевым поведением и «синдромом ночной еды». Женщины основной группы склонны прибегать к пищевым самоограничениям, что часто заканчивается срывами и

периодами переживания, что подтверждается и другими исследованиями [15,16].

Анализ полученных данных по шкале оценки уровня реактивной и личностной тревожности показал, что у женщин основной группы значимо выше как уровень реактивной тревожности ($p=0,009$), так и уровень личностной тревожности ($p=0,015$), по сравнению с контрольной группой (Табл. 2).

Таблица 2

Сравнительный анализ показателей шкал реактивной и личностной тревожности по методике Спилбергера-Ханина

Шкалы методики	$M \pm \sigma$ 1 группы	$M \pm \sigma$ 2 группы	U- критерий Манна Уитни	Значимост ь p-value
Ситуационная тревожность	45,86±10,44	39,5±10,35	526,5	0,009
Личностная тревожность	50,33±5,9	46,97±5,99	545,0	0,015

Примечание: M – среднее значение; σ – стандартное отклонение; p – уровень значимости

У женщин основной группы значимо выше уровень реактивной тревожности, они часто находятся под значительным воздействием стрессовой ситуации. Высокое эмоциональное напряжение мешает женщинам рационально мыслить, осознанно подбирать стратегию выхода из трудной ситуации. Личностная тревожность женщин с избыточной массой тела свидетельствует о том, что они склонны видеть угрозу самооценке в обычных житейских ситуациях (примерка и покупка одежды, посещение музеев и театров). Они бывают слишком озабочены вопросами своего веса, чрезмерно беспокоятся о том, как на них реагируют другие люди, избегают социальных контактов.

Результаты анализа средних значений по шкале оценки уровня удовлетворенности образом собственного тела (ШУСТ) позволили выявить, что у женщин с избыточной массой тела

уровень удовлетворенности телом значимо ниже ($p < 0,05$) по сравнению с женщинами из контрольной группы (Табл. 3).

Таблица 3

Сравнительный анализ показателей по методике ШУСТ у женщин 1 и 2 группы

Показатели	$M \pm \sigma$ 1 группы	$M \pm \sigma$ 2 группы	U-критерий Манна Уитни	Значимость p-value
Шея	3,1±1,32	2,32±1,63	224,5	0,032*
Спина	4±0,89	2,88±1,63	205	0,013*
Живот	4,52±1,27	3,2±1,5	195,5	0,008*
Руки (плечо и предплечье)	3,70±1,27	2,4±1,24	177,5	0,003*
Интегральная оценка	66,7±22,3	55,8±27,5	539,00	0,013*

Примечание: M – среднее значение; σ – стандартное отклонение; p – уровень значимости

Сравнительный анализ шкал «Сегменты тела» показывает, что у женщин из основной группы, по сравнению с контрольной группой, значимо выше уровень неудовлетворенности теми частями тела, по которым идет распределение жира при метаболическом синдроме (живот, спина, шея, плечевой пояс).

Из беседы с женщинами основной группы стало известно о негативных эмоциях по поводу внешности, которые приводят к формированию ограничительного поведения. Они избегают смотреть на себя в зеркало, взвешиваться, стесняются посещать спортивные занятия. Женщины основной группы признаются, что не только лишний вес вынуждает их оставаться дома, но и тот факт, что после прогулок, фитнеса, похода в магазин у них усиливается чувство стыда и вины за свой вес.

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о том, что у женщин с избыточной массой тела наиболее выражен тип эмоциогенного пищевого поведения, высокая реактивная и личностная тревожность, негативное отношение к образу собственного тела, что может рассматриваться в качестве мишеней для психологической помощи, направленной на

профилактику формирования метаболического синдрома и ожирения, на сохранение репродуктивного здоровья.

Некоторые авторы отмечают успешность применения поведенческих (ведение дневника питания) и когнитивно-поведенческих (выявление и коррекция иррациональных установок) технологий при коррекции нарушений пищевого поведения [8,15]. О. И. Салмина-Хвостова отмечает позитивную динамику снижения веса при сочетании медикаментозной терапии и поведенческой психотерапии при работе с женщинами с избыточной массой тела [23]. Л. М. Рудина пишет о необходимости изменения отношений «врач-больной», предлагает использовать командный коучинг здоровья (команда врачей и команда пациентов) при лечении ожирения [24].

Полученные данные свидетельствуют о необходимости продолжения исследования психологических предпосылок формирования избыточной массы тела, а также разработки психологических программ профилактики и коррекции.

Выводы

Женщины молодого и среднего возраста с избыточной массой тела имеют низкий уровень удовлетворенности собственным телом, высокий уровень реактивной и личностной тревожности, нарушения пищевого поведения преимущественно эмоциогенного типа, что является мишенью психологической коррекции.

Полученные данные свидетельствуют о необходимости разработки программ психологической помощи для женщин молодого и среднего возраста с избыточной массой тела, направленных на формирование осознанного пищевого поведения, освоение навыков совладания с тревожностью и принятия собственного тела с применением поведенческих и когнитивно-поведенческих методов психотерапии.

Список источников

1. Миклишанская С.В., Мазур Н.А. Типы ожирения и их влияние на отдаленные исходы у больных с сердечно-

сосудистыми заболеваниями // Ожирение и метаболизм. 2021. Т. 18, №2. С. 125-131. doi: doi.org/10.14341/omet12367.

2. Горбатенко Н.В., Беженарь В.Ф., Фишман М.Б. Влияние ожирения на развитие нарушения репродуктивной функции у женщин (аналитический обзор литературы) // Ожирение и метаболизм. 2017. Т.14, №1. С.3-8.

3. Андреева Е.Н., Абсатарова Ю.С., Шереметьева Е.В., Фурсенко В.А. Ожирение и репродуктивная функция у женщин: эпигенетический и сомато-психологические особенности // Ожирение и метаболизм. 2019. Т.16, №2. С.9-15. doi: <https://doi.org/10.14341/omet10113>

4. Ткаченко Л.В., Андреева М.В., Свиридова Н.И., Хамад Н.П., Власова Е.С. Ожирение и репродуктивная функция: современное состояние проблемы // Вопросы гинекологии, акушерства и перинатологии. 2019. Т.18, №3. С. 106–113. doi: 10.20953/1726-1678-2019-3-106-113.

5. ВОЗ. Ожирение и избыточный вес. Информационный бюллетень (2021) [Электронный ресурс]. Доступно по: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Ссылка активна на 21 января 2023.

6. Волкова Н.И., Дегтярева Ю.С. Механизмы нарушения фертильности у женщин с ожирением // Медицинский вестник Юга России. 2020. Т.11, №3. С.15-19.

7. Дедов И.И., Мельниченко Г.А. Ожирение: этиология, патогенез, клинические аспекты. М.: Медицинское информационное агенство; 2004.

8. Драпкина О.М., Самородская И.В., Старинская М.А., и др. Ожирение: оценка и тактика ведения пациентов. Коллективная монография. М.: ФГБУ “НМИЦ ТПМ” Минздрава России; ООО Силицея-Полиграф; 2021.

9. Скугаревский О.А. Нарушения пищевого поведения: монография. Минск: БГМУ; 2007.

10. Magallares A., Carbonero-Carreño R., Ruiz-Prieto I., Jauregui-Lobera I. Beliefs about obesity and their relationship with dietary restraint and body image perception. *Anales De Psicología // Annals of Psychology*. 2016. Vol.32, № 2. P. 349-354.

11. Yazdani N., Hosseini S.V., Amini M. Relationship between Body Image and Psychological Well-being in Patients with Morbid

Obesity // International Journal of Community Based Nursing and Midwifery. 2018. Vol. 6, № 2. P.175–184. doi: <https://doi.org/10.30476/IJCBNM.2018.40825>

12. Патракеева В.П., Штаборов В.А. Роль питания и состояния микрофлоры кишечника в формировании метаболического синдрома // Ожирение и метаболизм. 2022. Т. 19. №3. С. 292-299.

13. Тимашева Я.Р., Балхиярова Ж.Р., Кочетова О.В. Современное состояние исследований в области ожирения: генетические аспекты, роль микробиома и предрасположенность к COVID-19 // Проблемы эндокринологии. 2021. Т.67. №4. С. 20-35. doi: <https://doi.org/10.14341/probl12775>.

14. Сидоров А.В. Психологические модели переедания и ожирения // Российский психологический журнал. 2011. Т. 8, № 3. С.30-40.

15. Караваева Т.А., Фомичева М.В. Психогенное переедание: проблемы классификации, диагностики, подходы к психотерапии (обзор литературы) // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. 2022. Т. 56, №2. С. 21–34. doi: [10.31363/2313-7053-2022-56-2-21-34](https://doi.org/10.31363/2313-7053-2022-56-2-21-34).

16. Лифинцева А.А., Новиков Ю.Ю., Караваева Т.А. Психосоциальные факторы компульсивного переедания: метааналитическое исследование // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. 2019. № 3. С. 19-27. doi: [10.31363/2313-7053-2019-3-19-27](https://doi.org/10.31363/2313-7053-2019-3-19-27).

17. Хащенко Е.П., Уварова Е.В., Иванец Т.Ю., Высоких М.Ю., и др. Предикторы формирования эмоциональных нарушений и снижения качества жизни пациенток раннего репродуктивного возраста с избыточной массой тела // Репродуктивное здоровье детей и подростков. 2019. Т. 15, № 1. С. 67–77. doi: [10.24411/1816-2134-2019-11008](https://doi.org/10.24411/1816-2134-2019-11008).

18. Смирнова Я. К., Любимова О. М. Особенности эмоционально-волевой сферы женщин с избыточной массой тела, ведущие к нарушению лечебной диеты // Вестник Марийского государственного университета. 2017. № 4 (28). С. 91-97.

19. Van Strien T., Frijters J.E., Bergere G., Defares P.B. The dutch eating behavior questionnaire (DEBQ) for assessment of

restrained, emotional and external eating behavior // International Journal of Eating Disorders. 1986. № 2. P. 295-315.

20. Вознесенская, Т. Г. Расстройства пищевого поведения при ожирении и их коррекция // Ожирение и метаболизм. 2004. № 2, С. 2–6.

21. Райгородский Д.Я. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика взрослых. Самара: Издательский дом «Бахрах-М»; 2015.

22. Скугаревский О.А. Методы диагностики нарушений пищевого поведения: инструкция по применению. Минск: Изд-во БГМУ; 2005.

23. Салмина-Хвостова О.И., Салмина И.С. Психологические особенности женщин при расстройствах пищевого поведения, ассоциированного с ожирением // Российский психиатрический журнал. 2010. №2. С.42-48.

24. Рудина Л.М. Психотерапевтическая компонента в мультидисциплинарном подходе к лечению ожирения // Ожирение и метаболизм. 2022. Т. 19. №2. С. 224-232. doi: <https://doi.org/10.14341/omet12856>

Автор, ответственный за переписку: Н.Г. Ермакова, nataliya.ermakova@yandex.ru

ОСОБЕННОСТИ САМООТНОШЕНИЯ И МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ ЛИЦ С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА

*Продовикова А.Г., Садыкова П.В.
Пермский государственный национальный
исследовательский университет, Пермь, Россия*

Аннотация. Проблема исследования состояла в выявлении особенностей самоотношения и межличностных отношений у лиц с избыточным весом как удовлетворенных, так и неудовлетворенных собственным телом. В исследовании приняли участие 120 человек в возрасте от 18 до 60 лет, которые были поделены на 4 группы по критериям избыточный/нормальный вес, удовлетворенность/неудовлетворенность собственным телом. Диагностический инструментарий включал в себя «Опросник образа собственного тела» (О. А. Скугаревский, С. В. Сивуха), «Шкалу оценки пищевого поведения» (О. А. Ильчик, С. В. Сивуха, О. А. Скугаревский, С. Суихи), методику исследования самоотношения (С. Р. Пантिलеев) и тест межличностных отношений Т. Лири (адаптация Л.Н. Собчик). Выявлено, что испытуемые, неудовлетворенные телом, независимо от наличия/отсутствия избыточного веса, обнаруживают сходство между собой по параметрам самоотношения и межличностным отношениям.

Ключевые слова: самоотношение; межличностные отношения; удовлетворенность собственным телом; неудовлетворенность собственным телом; избыточная масса тела

По данным Росстата на 2018 год, примерно 47% мужчин и 35% женщин имеют избыточную массу тела, а 17,8% мужчин и 24,5% женщин страдают от ожирения. Помимо медицинской стороны проблемы, есть еще и психологическая: у лиц с избыточным весом обнаруживаются негативное самоотношение и трудности в межличностных отношениях [1-6].

Представления о самосознании и Я-концепции, отраженные в трудах отечественных (В. В. Столин, С. Р. Пантिलеев, Н. И. Сарджвеладзе, А. Г. Маклаков, А. В. Карпов, С.

Л. Рубинштейн, О. А. Скугаревский, С. В. Сивуха, И. И. Чеснокова) и зарубежных (У. Джеймс, Ч. Кули, Д. Мид, Э. Эриксон, К. Роджерс, Р. Бернс) ученых выступили методологической основой понимания взаимосвязи образа своего тела с системой самоотношения и отношений с окружающими людьми.

Р. Бернс рассматривал образ тела и отношение к нему в качестве компонентов Я-концепции [7]. Н. И. Сарджвеладзе в содержание самоотношения включал и отношение к собственной внешности [8]. По мнению С. Р. Пантилеева, целостная Я-концепция определяется как совокупность всех представлений индивида о себе, сопряженная с их оценкой [9]. Самосознание состоит из двух процессов: получения знания о себе и процесса формирования отношения к этим знаниям. О. А. Скугаревский и С. В. Сивуха акцентировали свое внимание на изучении самоотношения к образу тела, выделив перцептивную и оценочную составляющую [10,11]. При этом оценочный компонент складывается из глобальной оценки тела, эмоций и чувств по поводу внешности, когнитивного компонента и определенного поведения (например, при неудовлетворенности образом тела – избегание взглядов в зеркало, взвешивания, посещения пляжа, бассейна и т.д.).

Формирование Я-реального находится в неразрывной связи с Я-идеальным. Так, А. Г. Черкашина, В. И. Черкашин отмечают, что субъективное отношение к образу физического Я складывается в значительной степени в результате социального сравнения, а критерием для сравнения выступает социальный эталон внешней привлекательности [12]. Авторы отмечают негативный «прессинг» со стороны СМИ и рекламы, навязывающий эталоны внешней привлекательности, которые во многом формируют образ «идеального физического Я» в Я-концепции личности.

А. А. Гавриленко считает, что в современном обществе образ физического Я имеет огромное значение, занимает одну из лидирующих позиций в структуре Я-концепции [13]. При этом требования «стандарта успешной личности» завышены и недостижимы для большинства людей. Таким образом, социальные стандарты оказывают негативное и агрессивное

влияние на личность, вынуждая ее прибегать к адаптационно-компенсаторным формам поведения. При этом стимулируются различные области потребления: соблюдение диет, индустрия моды, пластическая хирургия и др.

Представления личности о себе и собственном теле проявляются в поведении, в том числе в преобладающих типах межличностных отношений. Межличностные отношения представляют собой внутренне-психологические образования, отражающие переживания, возникающие у человека по отношению к другому человеку по поводу значимых ситуаций и явлений в условиях их взаимодействия [14].

При исследовании межличностных отношений наиболее часто выделяются два фактора: доминирование-подчинение и дружелюбие-агрессивность. Именно эти факторы определяют общее впечатление о человеке в процессах межличностного восприятия. Они положены в основу опросника межличностных отношений Т. Лири.

Проблемами самоотношения и особенностями межличностных отношений людей, обеспокоенных избыточным весом, занимались Н. П. Баркова, К. В. Иванова, И. Г. Малкина-Пых, Е. Д. Никитина, Ю. Л. Савинкова, Р. Ю. Шипачев, Н. В. Федорова, Р. Н. Фонталов, Н. С. Фонталова, А. О. Шишкина и др. В исследованиях как правило участвовали люди, обратившиеся за психологической или медицинской помощью.

Н. П. Баркова проводила исследования «Образа Я» лиц с пищевой зависимостью [1]. В исследовании приняли участие 138 женщин в возрасте от 26 до 49 лет. В результате автор констатирует у испытуемых «высокую тревожность, несоответствие своему идеалу, неадекватную самооценку, наличие чувства внутренней пустоты, потерянности, подавленности, чрезмерное беспокойство за состояние своего здоровья, стремление уклониться от социальных контактов и обязанностей, сложность в межличностных взаимоотношениях» [1].

Р. Ю. Шипачев исследовал женщин с избыточным весом и ожирением в возрасте от 20 до 47 лет [5]. Им выделены следующие доминирующие мотивы пациенток к коррекции избыточной массы тела: «установки на изменение внешности,

профилактику нарушения здоровья, повышение сексуальной привлекательности, повышение самооценки и улучшение здоровья». Кроме того, у большинства обследуемых отмечались мотивы на улучшение общения, избегание отрицательного отношения окружающих. В целом, у испытуемых выявлены низкий уровень психологических адаптивных возможностей, стремление к ограничению межличностных контактов, замкнутость и отгороженность от окружающих. Автор также отмечает у исследуемых женщин повышенную тревожность при формировании межличностных отношений, «зависимость, конформность, несамостоятельность, ориентированность на групповые нормы и ценности, идентификацию с групповыми интересами и потребностями». У респондентов выявлены общая тревожность, депрессивность, что сочетается с эмоциогенным пищевым поведением. Кроме того, у обследованных женщин отмечались «пассивность, безучастность к себе, другим людям, вещам и духовным аспектам жизни, душевная пустота» [5].

Н. С. Фонталова, А. О. Шишкина, Р. Н. Фонталов изучали посетителей спортивного клуба в возрасте от 25 до 55 лет, имеющих лишний вес. В сравнении с испытуемыми, имеющими нормальный вес, выявлены особенности самоотношения, а именно низкие значения по шкалам «Самоуверенность», «Саморуководство», «Самопринятие», «Самоценность», а также более высокие значения по шкалам «Закрытость» и «Самообвинение» [15].

Ю. Л. Савчикова проводила исследования психологических особенностей женщин, имеющих избыточный вес и проблемное отношение к своему телу, а также женщин, имеющих нормальный вес, но обеспокоенных «излишними килограммами» [4]. Автор выделила низкие показатели интернальности у женщин с избыточным весом и обеспокоенных им. В межличностных отношениях у них обнаружено наличие агрессивных тенденций: «повышенная враждебность, выражающаяся в злопамятности, обидчивости, подозрительности, недоверии и осторожном отношении к людям» [4]. В этой группе выявлены низкие показатели уверенности в себе, фокус в большей мере на внешних событиях, чем на внутренних переживаниях, тенденция к длительному

переживанию негативных эмоций, стремление к избеганию проблем. У женщин, испытывающих проблемы в отношении веса (как имеющих действительно повышенный ИМТ, так и с нормальным ИМТ, но обеспокоенных «лишними килограммами»), отмечается склонность к пессимистичности, неуверенности в себе, ожидание негативного отношения к ним окружающих. Женщины с нормальной массой тела, но тем не менее обеспокоенные весом, отличаются более высокими показателями интернальности в области достижений, отношений к своему здоровью, более выраженной способностью к оценке своих эмоций, более высокой избирательностью в контактах. По мнению автора исследования, психологическая коррекция женщин, имеющих высокий ИМТ и проблемное отношение к весу, должна заключаться в снижении тревожности, повышении самооценки и уверенности в себе, развитии навыков межличностного взаимодействия, развитии навыков управления собой в стрессовых ситуациях.

И. Г. Малкина-Пых проводила программу психологической коррекции с 90 пациентами (62 женщины и 28 мужчин) от 22 до 53 лет, обратившимися за психологическими консультациями в связи с проблемой избыточного веса [3]. Автор выделила индивидуально-психологические характеристики пациентов с ожирением: высокие параметры перфекционизма и нарушение удовлетворенности образом тела. Респондентам свойственны «высокие личностные ожидания (обычно относящиеся к весу и фигуре), желание благосклонно восприниматься другими и убеждение, что другие люди критичны к ним и уделяют пристальное внимание их поведению», что влечет за собой негативную самооценку и депрессивное состояние. При этом отмечено, что при разработке психологической программы снижения веса в нее должны быть обязательно включены коррекция нарушения удовлетворенности образом тела и всех параметров перфекционизма.

Таким образом, испытуемые с избыточным весом и неудовлетворенные собственным телом характеризуются негативным самоотношением, ожидают критичного отношения от окружающих, сами демонстрируют враждебность,

обидчивость и прочие агрессивные тенденции в межличностном взаимодействии.

Проблемой исследования стал вопрос: существуют ли особенности самоотношения и межличностных отношений у лиц с избыточной массой тела, удовлетворенных собственным телом и неудовлетворенных им.

Несмотря на то, что растет количество исследований психологических особенностей лиц с избыточным весом (в том числе – исследования самоотношения и межличностных отношений), не найдены в научной литературе работы, учитывающие влияние параметра удовлетворенности собственным телом на психологию лиц с избыточным весом. В нашем исследовании испытуемые с избыточным весом были поделены на группы по критерию удовлетворенности собственным телом. В группе сравнения испытуемые с нормальным весом тоже были разделены в зависимости от удовлетворенности/неудовлетворенности собственным телом.

Цель исследования – выявление особенностей самоотношения и преобладающих типов межличностных отношений у лиц с избыточной массой тела, удовлетворенных собственным телом и неудовлетворенных им.

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 120 человек в возрасте от 18 до 60 лет (средний возраст – 30,5 лет), из них 80 женщин и 40 мужчин. Для формирования экспериментальных групп мы разделили общую выборку по критериям:

1. Объективное наличие/отсутствие избыточной массы тела. Для этой цели мы используем методику, рекомендуемую ВОЗ: ИМТ у людей с нормальным весом составляет от 18,5 до 25. ИМТ больше или равный 25 свидетельствует о наличии избыточного веса. Расчёт производится по формуле: $ИМТ = \text{вес} / \text{рост}^2$ (в метрах). При этом мы исключали из выборки людей, систематически занимающихся или занимавшихся силовыми видами спорта, имеющими выраженную мышечную массу.

2. Для выявления проблем в отношении к образу своего тела мы использовали методику «Опросник образа собственного

тела» О. А. Скугаревского и С. В. Сивухи [11]. При значениях сырых баллов выше или равно 13, по мнению разработчиков, можно говорить о «выраженной неудовлетворённости собственным телом».

Таким образом, все респонденты были разделены на 4 группы:

1. Лица, имеющие избыточный вес по классификации ВОЗ, неудовлетворенные собственным телом; 30 респондентов, из них 22 женщины и 8 мужчин. Средний возраст испытуемых – 38 лет.

2. Лица, имеющие избыточный вес по классификации ВОЗ, удовлетворенные собственным телом; 30 респондентов, из них 16 женщин и 14 мужчин. Средний возраст испытуемых – 35,7 лет.

3. Лица, имеющие нормальный вес по классификации ВОЗ, неудовлетворенные собственным телом; 30 респондентов, из них 27 женщин и 3 мужчин. Средний возраст испытуемых – 23,4 года.

4. Лица, имеющие нормальный вес по классификации ВОЗ, удовлетворенные собственным телом; 30 респондентов, из них 15 женщин и 15 мужчин. Средний возраст испытуемых – 24,9 лет.

Значительная часть респондентов – студенты 2-4 курсов Пермского государственного национального исследовательского университета, 59 человек (49,1%). Собрать полностью выборку для групп 1 и 2 (с избыточным весом) из студентов не удалось, поэтому были привлечены к исследованию респонденты, набранные методом «снежного кома».

В исследовании использовались следующие методики:

1. «Опросник образа собственного тела» О. А. Скугаревского и С. В. Сивухи, направленный на диагностику неудовлетворенности собственным телом.

2. «Шкала оценки пищевого поведения» (О. А. Ильчик, С. В. Сивуха, О. А. Скугаревский, С. Суихи) [16] является русскоязычной адаптацией методики EDI – Eating Disorder Inventory (D. M. Garner, M. P. Olmstead, J. P. Polivy). Методика позволяет оценить удовлетворенность/неудовлетворенность состоянием своего тела; неэффективность как ощущение общей

неадекватности и неспособности контролировать собственную жизнь; перфекционизм как неадекватно завышенных ожиданий в отношении высоких достижений; недоверие в межличностных отношениях.

3. Методика исследования самоотношения (С. Р. Пантилеев). В нее входят следующие шкалы: закрытость, самоуверенность, саморуководство, отраженное самоотношение, самооценность, самопривязанность, внутренняя конфликтность, самообвинение.

4. Тест межличностных отношений Т. Лири (адаптирован Л.Н. Собчик). Методика позволяет выявить 8 типов межличностных отношений: Авторитарный, Эгоистичный, Агрессивный, Подозрительный, Подчиняемый, Зависимый, Дружелюбный, Альтруистический.

Гипотезы исследования

1. В выборке респондентов, имеющих индекс массы тела выше нормы, неудовлетворенных телом, и в выборке респондентов, имеющих ИМТ выше нормы, удовлетворенных телом, будут выявлены достоверные различия в самоотношении и преобладающих типах межличностных отношений по таким шкалам, как «Саморуководство», «Самоценность», «Самопринятие», «Дружелюбие», «Агрессивность» и др.

2. В выборке респондентов, имеющих ИМТ выше нормы, неудовлетворенных весом, и выборке респондентов, имеющих ИМТ в пределах нормы, неудовлетворенных весом, будут выявлены сходства в показателях самоотношения и преимущественных типах межличностных отношений (в частности – неуверенность в себе, низкое самоуважение, подвластность своего «Я» внешним обстоятельствам и событиям, агрессивность в межличностных отношениях).

С помощью критерия согласия Пирсона (хи-квадрат) было выявлено, что распределение является отличным от нормального. Для оценки различий между четырьмя независимыми выборками использовался непараметрический критерий Краскела-Уоллиса. В качестве метода корреляционного анализа был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Обработка данных

производилась методами математической статистики с использованием программ IBM SPSS Statistics 22 и Excel 2016.

Результаты

По методике «Шкала оценки пищевого поведения» по шкале «Неэффективность» отмечаются наиболее высокие средние значения в группе 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,83$) и в группе 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,07$), что соответствует диапазону средних значений (Диагр. 1). Средние значения группы 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» ($m=2,87$) и группы 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» ($m=2,50$) характеризуются низкими значениями по шкале «Неэффективность». Между группами обнаружены значимые различия по критерию Краскела-Уоллиса ($H=29,47$, $p<0,01$). Испытуемые в группах 2 и 4 выше оценивают собственную полезность и способности управлять жизненными обстоятельствами, чем испытуемые в группах 1 и 3.

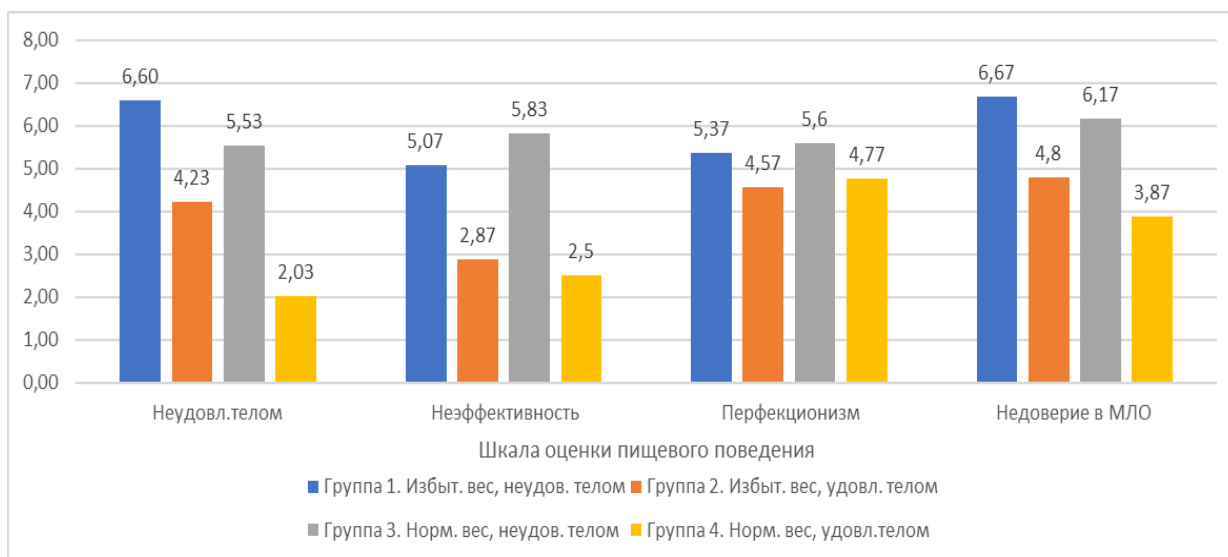


Диаграмма 1. Сравнение средних значений в группах по методике «Шкала оценки пищевого поведения»

По шкале «Перфекционизм» отмечаются наиболее высокие средние значения в группе 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,60$) и группе 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,37$). Показатели группы 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» ($m=4,77$) близки к

показателям группы 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» ($m=4,57$). При этом средние значения показателей всех четырех групп укладываются в диапазон средней выраженности исследуемого признака. Значимых различий между группами по критерию Краскела-Уоллиса не обнаружено.

По шкале «Недоверие в межличностных отношениях» наиболее высокие показатели обнаружены в группе 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» ($m=6,67$) и в группе 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» ($m=6,17$). Показатели группы 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» ($m=4,80$) превышают показатели группы 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» ($3,87$). Показатели всех групп по средним значениям укладываются в среднюю выраженность исследуемого признака. Различия между группами носят статистически значимый характер ($H=18,49$, $p<0,01$). Это говорит о большем недоверии и наличии проблем в установлении отношений у групп 1 и 3.

Рассмотрим результаты по методике исследования самооотношения С. Р. Панталева (Диагр. 2). По шкале «Внутренняя конфликтность»: средние значения в группе 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,8$) и в группе 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,13$) попадают в диапазон средних значений (4-7 стенов). Это говорит о сложности в адаптации при возникновении трудностей, что проявляется в усилении недооценки собственных успехов, негативном отношении к себе. Средние значения по этой шкале в группе 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» ($m=3,13$) и группе 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» ($m=2,67$) попадают в диапазон низких значений (1-3 стенов). Для испытуемых характерно в целом положительно относиться к себе, ощущать баланс между собственными возможностями и требованиями окружающей реальности. По критерию Краскела-Уоллиса различия между группами оцениваются как достоверные ($H=31,87$, $p<0,01$). Это говорит о более выраженном внутреннем конфликте, склонности к самоанализу и негативных эмоциях в отношении себя в группах 1 и 3.

По шкале «Самообвинение» также обнаружены более высокие показатели в группах 1 «Избыточный вес,

неудовлетворенность телом» ($m=5,33$) и 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,97$). Испытуемые из этих групп характеризуются избирательным отношением к себе: обвинение себя за те или иные поступки и действия сочетается с выражением гнева, досады в адрес окружающих. Показатели групп 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» и 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» равны ($m=3,17$) и находятся в диапазоне низких значений по этой шкале. Это говорит о склонности испытуемых отрицать собственную вину в конфликтных ситуациях. Различия между группами по шкале «Самообвинение» достигают уровня статистической значимости ($H=31,99$, $p<0,01$). Это говорит о большей склонности к обвинению себя в своих промахах и недостатках у испытуемых в группах 1 и 3, а также о стремлении участников групп 2 и 4 перекладывать вину на других в конфликтной ситуации.

По шкале «Самоуверенность» в группе 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» и 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» выявлены высокие средние значения ($m=7,43$). Испытуемые характеризуются ощущением силы собственного «Я», высокой смелостью в общении, уверенным поведением. Группы 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» ($m=6,43$) и 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,97$) демонстрируют средние значения, относящиеся к среднему диапазону. Это говорит о том, что при появлении трудностей у испытуемых уверенность в себе снижается, нарастают тревога, беспокойство. По критерию Краскела-Уоллиса различия между группами носят статистически значимый характер ($H=10,82$ $p<0,01$). Респонденты групп 2 и 4 в большей степени описывают себя как волевою, уверенную в себе личность.

По шкале «Самоценность» также показатели групп 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» ($m=7,40$) и 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» ($m=8,10$) попадают в диапазон высоких значений. Респонденты этих групп характеризуются как ценящие богатство своего внутреннего мира, свою индивидуальность и неповторимость, а уверенность в себе помогает противостоять средовым воздействиям, рационально воспринимать критику в свой адрес. Показатели

групп 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» ($m=6,07$) и 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» ($m=6,30$) попадают в диапазон средних значений, которые отражают избирательное отношение к себе: ряд качеств явно недооцениваются, поэтому замечания окружающих могут вызвать ощущение малоценности, личной несостоятельности. Также этот фактор может объяснять высокое влияние СМИ на отношение к себе в области личной уязвимости (в частности, образ тела). По шкале «Самоценность» различия между группами носят статистически значимый характер ($H=17,65$, $p<0,01$). Респонденты, неудовлетворенные собственным телом (группы 1 и 3), сомневаются в ценности собственной личности, не проявляют интереса к внутреннему миру.

По шкале «Отраженное самоотношение» группы 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» и 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» имеют сходные значения ($m=6,90$), а группы 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,77$) и 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» ($m=5,70$) имеют показатели несколько ниже, но также попадают в диапазон средних значений. Испытуемые характеризуются избирательным восприятием отношения окружающих к себе. Применение критерия Краскела-Уоллиса обнаружило, что различия по шкале «Отраженное самоотношение» достигают уровня статистической значимости ($H=9,558$, $p<0,05$). Респонденты группы 2 и 4 в большей степени склонны ожидать позитивной оценки собственной личности окружающими.

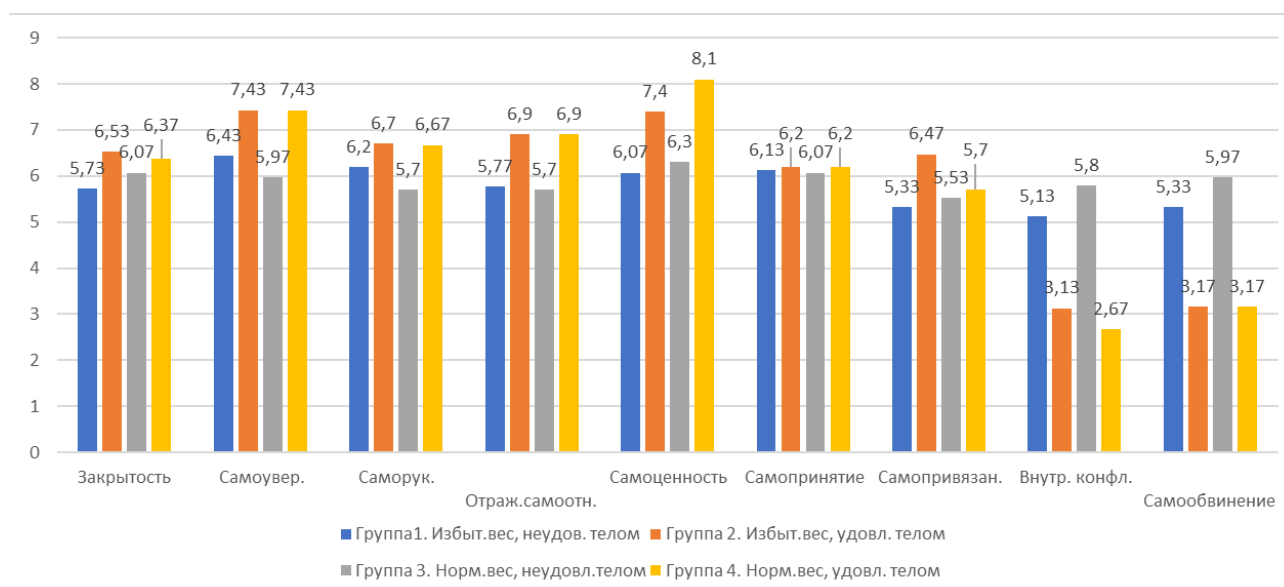


Диаграмма 2. Сравнение показателей средних значений шкал методики исследования самоотношения

По шкале «Самопривязанность» средние значения во всех четырех группах укладываются в диапазон средних значений и не обнаруживают значимых различий. Так, все испытуемые характеризуются избирательностью отношения к своим личностным свойствам, стремлением к изменению лишь некоторых своих качеств при сохранении прочих.

Рассмотрим результаты по тесту межличностных отношений Т. Лири (Диагр. 3). По шкалам «Подозрительный», «Подчиняемый» и «Зависимый» группы 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» и 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» имеют средние значения (ниже 4 стенов). Испытуемым присуща низкая выраженность этих стилей межличностного общения. В группах 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» и 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» диагностированы средние значения, выше 5 стенов. Использование критерия Краскела-Уоллиса показало наличие статистически значимых различий по шкалам «Подозрительность» ($N=13,14$, $p<0,01$), «Подчиняемость» ($N=23,77$, $p<0,01$), «Зависимость» ($N=8,43$, $p<0,01$). Испытуемые групп 1 и 3 характеризуются большей настороженностью, недоверием, недовольством в общении, большей склонностью подчиняться, быть ведомыми, застенчивыми в отношениях, а также более склонны к зависимости от чужого мнения, не уверены в себе, тревожны.

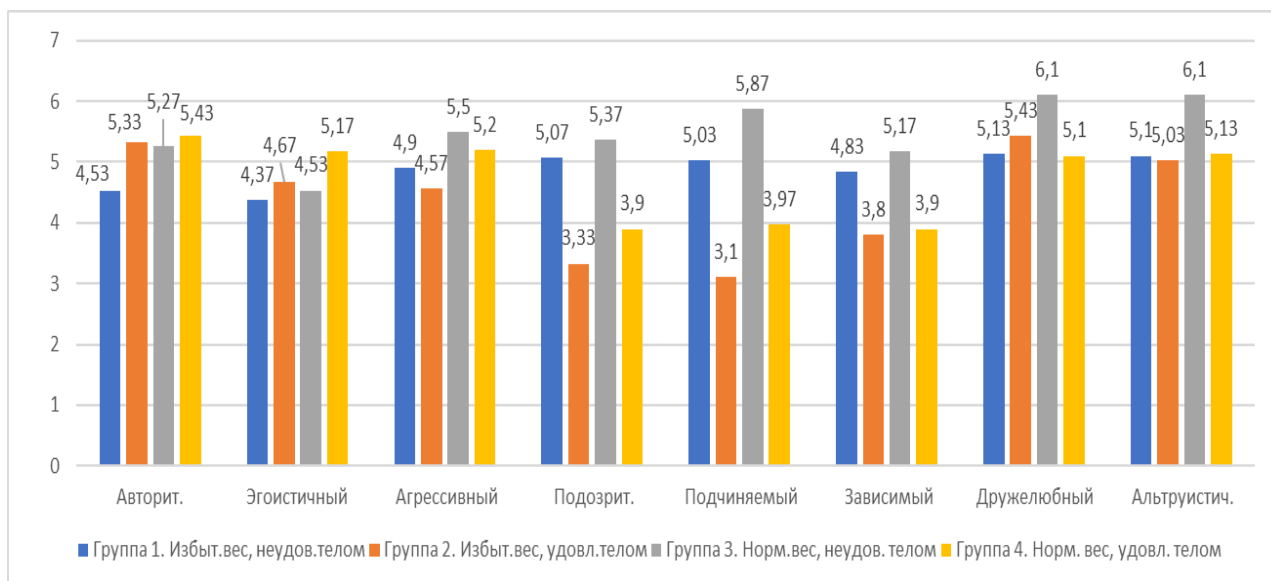


Диаграмма 3. Сравнение показателей средних значений групп по шкалам теста межличностных отношений

По шкалам «Авторитарный», «Эгоистичный», «Агрессивный», «Дружелюбный», «Альтруистический» статистически значимых различий между группами обнаружено не было.

Таким образом, испытуемые, неудовлетворенные телом, независимо от наличия/отсутствия избыточного веса, обнаруживают сходство между собой по показателям самоотношения и преобладающим типам межличностных отношений. Сходство по рассматриваемым психологическим характеристикам выявляется и у испытуемых, удовлетворенные телом, независимо от того соответствует ли их вес нормам, установленным ВОЗ или нет.

Отметим также, что испытуемые не обнаруживают значимых различий по шкале «Перфекционизм» (шкала оценки пищевого поведения), показателям самоотношения «Замкнутость», «Саморуководство», «Самопринятие», «Самопривязанность», особенностям межличностных отношений «Авторитарность», «Эгоистичность», «Агрессивность», «Дружелюбность», «Альтруистичность».

Корреляционный анализ данных по группе 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» представлен на рисунке 1.

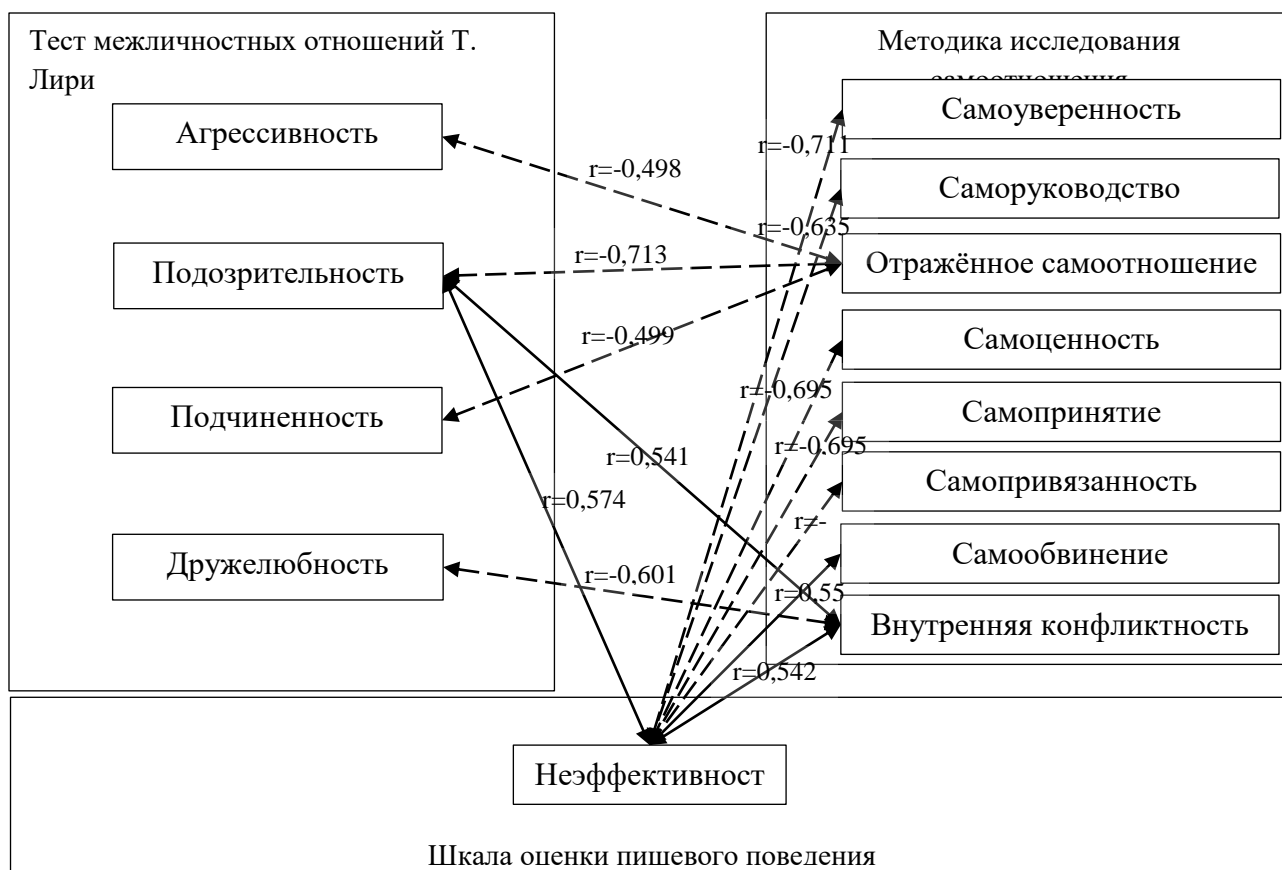


Рисунок 1. Корреляционные плеяды по данным группы 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом»

Примечание: «-----» - отрицательная взаимосвязь, «_____» - положительная взаимосвязь ($p < 0,01$)

Шкала «Неэффективность» имеет умеренную положительную корреляционную связь ($p < 0,01$) с показателями «Внутренняя конфликтность» ($r = 0,542$), «Самообвинение» ($r = 0,554$), «Подозрительность» ($r = 0,574$). Чем больше у респондента выражена неэффективность, неверие в достижение успеха, тем больше склонность к самоанализу, приводящему к нахождению осуждаемых в себе качеств и свойств, самообвинению и подозрительности в межличностных отношениях. Также мы отмечаем сильную отрицательную корреляцию со шкалой «Самоуверенность» ($r = -0,711$) и умеренные отрицательные корреляции с показателями «Саморуководство» ($r = -0,635$), «Самоценность» ($r = -0,698$), «Самопринятие» ($r = -0,695$), «Самопривязанность» ($r = -0,699$). При высоких значениях неэффективности падает уверенность в своих силах и снижается уверенность в своих способностях в

достижении целей, ослабляется устойчивость к влиянию внешней среды на самооотношение, повышается чувствительность самооценки к критике окружающих, повышается общий негативный фон восприятия себя, но вместе с тем формируется стремление к познанию себя и готовность к изменениям.

Шкала «Отраженное самооотношение» имеет сильную отрицательную связь ($p < 0,01$) со шкалой «Подозрительность» ($r = -0,713$), умеренную отрицательную связь с показателями «Агрессивность» ($r = -0,498$) и «Подчиненность» ($r = -0,499$). Чем хуже, по мнению испытуемого, его воспринимают окружающие, тем выше у него подозрительность, агрессивность и подчиняемость в межличностных отношениях.

Шкала «Внутренняя конфликтность» имеет умеренную положительную связь ($p < 0,01$) со шкалами «Неэффективность» ($r = 0,539$), «Подозрительность» ($r = 0,541$), умеренную отрицательную корреляционную связь со шкалой «Дружелюбие» ($r = -0,601$). Чем выше показатели внутренней конфликтности, тем острее ощущение собственной неэффективности и подозрительность к окружающим, а также ниже дружелюбие в межличностных отношениях.

Корреляционный анализ данных в группе 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом» (Рис. 2). Шкала «Неэффективность» обнаруживает умеренную положительную корреляцию ($p < 0,01$) с показателем «Внутренняя конфликтность» ($r = 0,565$) и отрицательную связь с показателем «Отраженное самооотношение» ($r = -0,510$). Чем выше значение неэффективности, тем выше склонность к самоанализу, к поиску недостатков, а также возникает впечатление, что окружающие относятся с порицанием, выделяя негативные качества в человеке.

Шкала «Недоверие в межличностных отношениях» имеет умеренную отрицательную связь ($p < 0,01$) с «Самоценностью» ($r = -0,562$) и «Авторитаризмом» ($r = -0,486$). Чем выше испытуемые ценят себя как индивидуальность, тем реже проявляют недоверие в межличностных отношениях. Чем больше у испытуемых выражена авторитарность в межличностных отношениях, тем более выражено чувство отстраненности в межличностных отношениях.

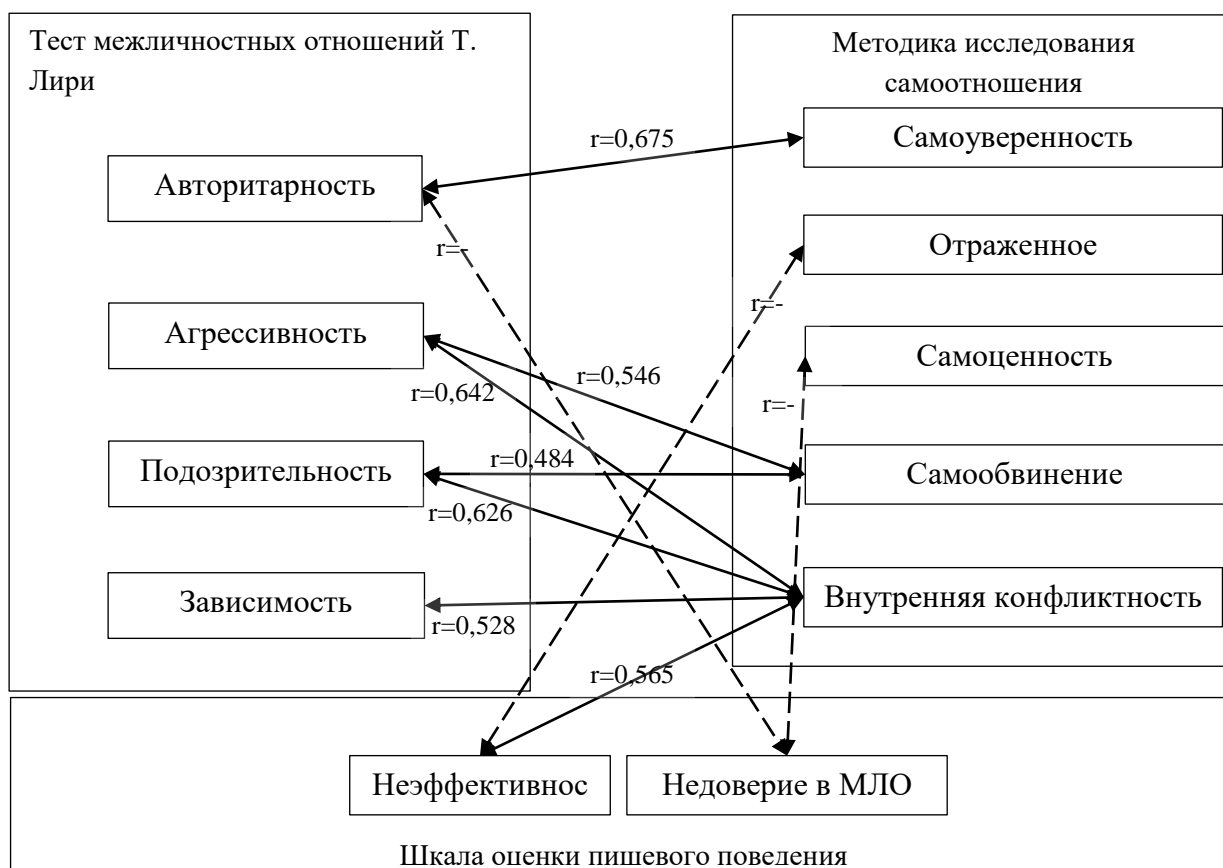


Рисунок 2. Корреляционные плеяды группы 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом»

Примечание: «-----» - отрицательная взаимосвязь, «_____» - положительная взаимосвязь ($p < 0,01$)

Шкала «Внутренняя конфликтность» обнаруживает умеренную положительную корреляцию ($p < 0,01$) с «Агрессивностью» ($r=0,642$), «Подозрительностью» ($r=0,626$) и «Зависимостью» ($r=0,528$). Чем выше чувство конфликтности собственного «Я», тем выше склонность к агрессивности, подозрительности и зависимости в межличностных отношениях.

Шкала «Самообвинение» имеет умеренную положительную корреляционную связь ($p < 0,01$) с «Агрессивностью» ($r=0,546$) и «Подозрительностью» ($r=0,484$). Чем выше интрапунитивность, тем выше агрессивность и подозрительность в отношениях с окружающими.

Шкала «Самоуверенность» имеет умеренную положительную корреляцию ($p < 0,01$) с «Авторитарностью» ($r=0,675$). Чем сильнее чувство уважения к самому себе, тем выше властность и деспотизм в отношениях.

Корреляционный анализ данных в группе 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» представлен на рисунке 3.

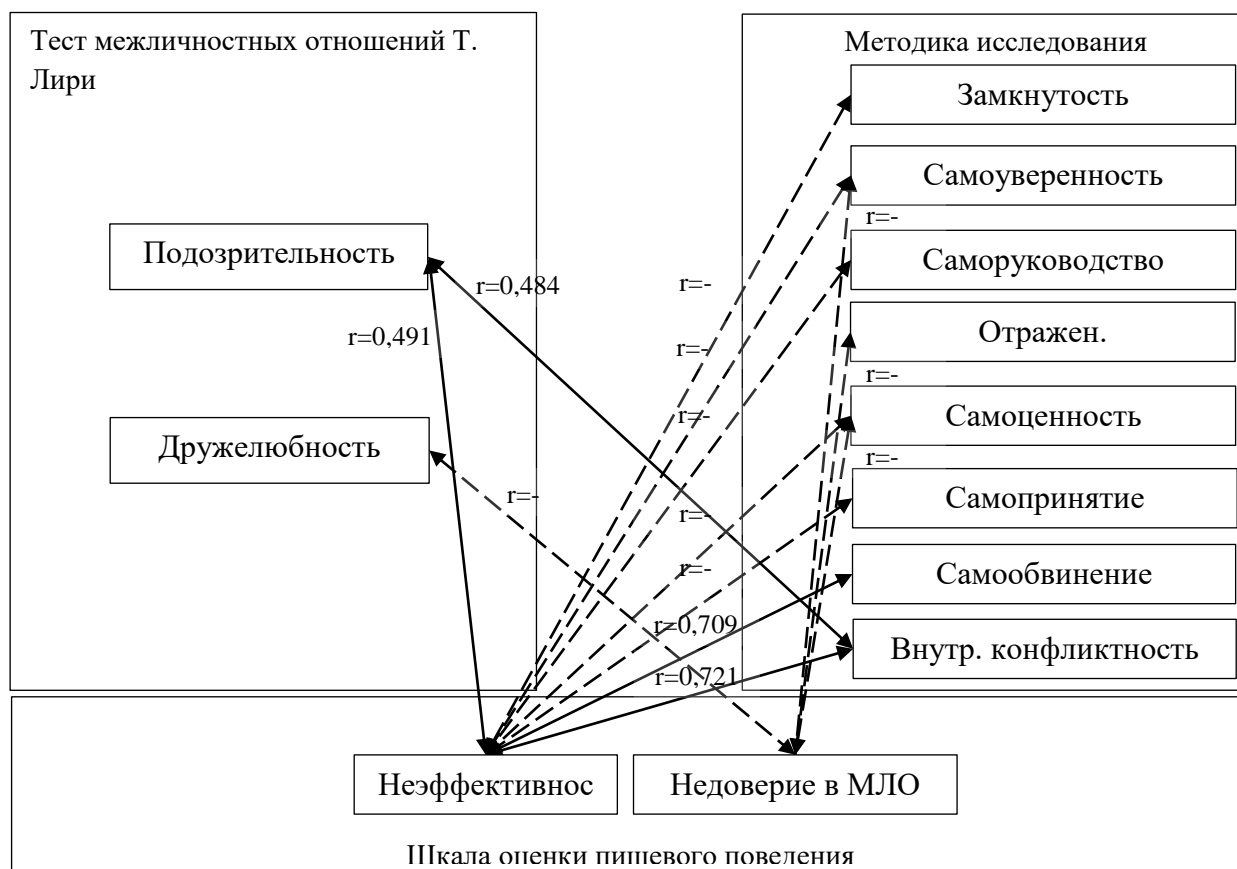


Рисунок 3. Корреляционные плеяды группы 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом»

Примечание: «-----» - отрицательная взаимосвязь, «_____» - положительная взаимосвязь ($p<0,01$)

Шкала «Неэффективность» имеет положительные корреляционные связи ($p<0,01$) с показателями: «Внутренняя конфликтность» ($r=0,721$), «Самообвинение» ($r=0,709$), «Подозрительность» ($r=0,491$). Кроме того, шкала «Неэффективность» образует умеренные отрицательные корреляции со шкалами «Замкнутость» ($r=-0,486$), «Самоуверенность» ($r=-0,576$), «Самоценность» ($r=-0,559$), «Саморуководство» ($r=-0,504$), «Самопринятие» ($r=-0,495$). Чем выше ощущение собственной неадекватности и неспособности контролировать события в жизни, тем сильнее негативный фон отношения к себе, склонность винить себя во всех неудачах и недоверчивое отношение к окружающим. Чем выше ощущение

собственной неэффективности, тем ниже уверенность в своих силах и поступках, способность ценить свою индивидуальность и неповторимость.

Шкала «Недоверие в межличностных отношениях» обнаруживает отрицательные связи ($p < 0,01$) со шкалами: «Отраженное самоотношение» ($r = -0,724$), «Самоуверенность» ($r = -0,580$), «Самоценность» ($r = -0,558$), «Дружелюбность» ($r = -0,498$). Чем выше чувство отстраненности в межличностных отношениях, тем меньше испытуемые ожидают принятия от окружающих, ниже уверенность в своих способностях, и ниже способность ценить себя как индивидуальность.

Шкала «Внутренняя конфликтность» имеет умеренную положительную корреляционную связь ($p < 0,01$) со шкалой «Подозрительность» ($r = 0,484$) и «Неэффективность» ($r = 0,721$). Чем выраженнее негативный фон отношения к себе, тем выше подозрительное, недоверчивое отношение к окружающим.

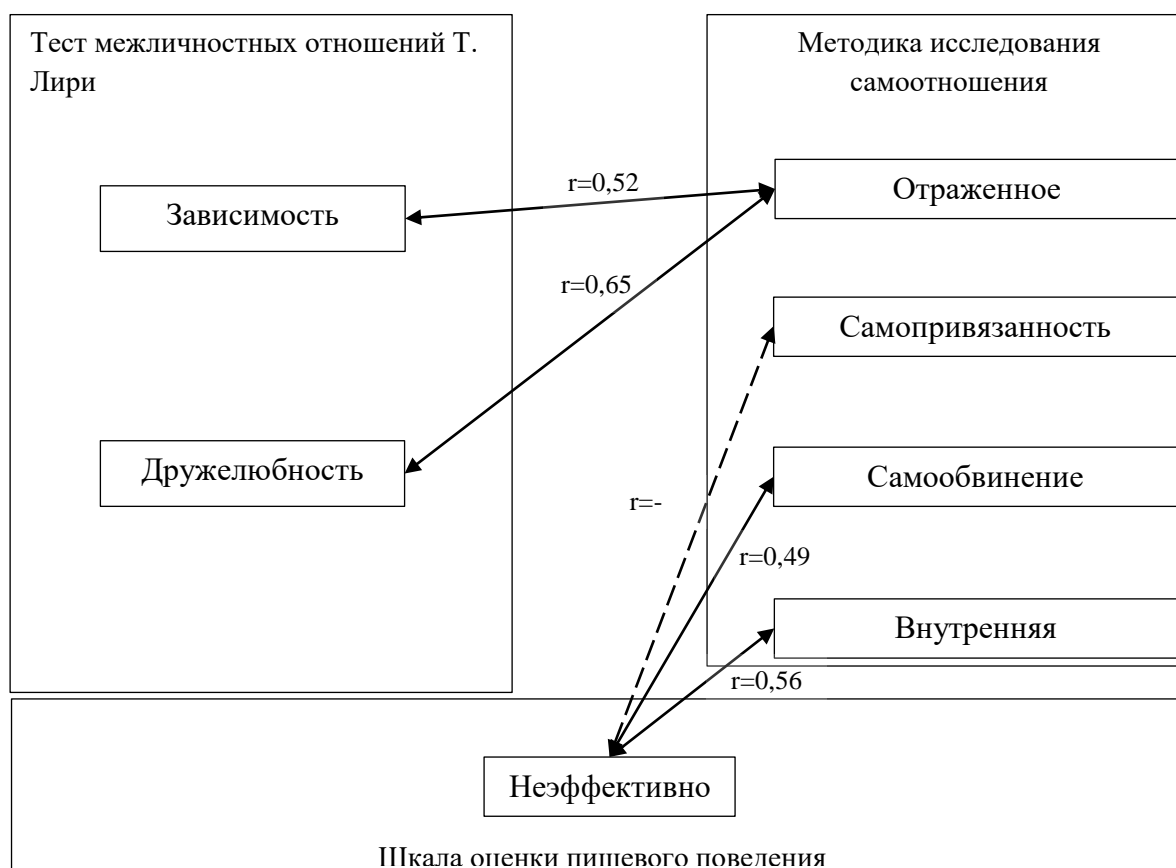


Рисунок 4. Корреляционные плеяды группы 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом»

Примечание: «-----» - отрицательная взаимосвязь, «_____» - положительная взаимосвязь ($p < 0,01$).

Корреляционный анализ данных в группе 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» (Рис.4). Шкала «Неэффективность» имеет умеренную положительную корреляционную связь ($p < 0,01$) с показателями «Внутренняя конфликтность» ($r = 0,565$) и «Самообвинение» ($r = 0,493$), а также умеренную отрицательную связь со шкалой «Самопривязанность» ($r = -0,573$). Чем выше неспособность контролировать события в своей жизни, добиваться успеха, тем выше склонность к самоанализу, негативному фону по отношению к себе и выше склонность к самообвинению. Чем выше ощущение собственной неэффективности, тем выше неудовлетворенность собой и желание самосовершенствоваться.

Шкала «Отраженное самоотношение» имеет умеренную положительную корреляционную связь ($p < 0,01$) со шкалами «Зависимость» ($r = 0,521$), «Дружелюбие» ($r = 0,655$). Чем выше принятие окружающими людьми, тем выше человек ориентирован на социальное одобрение, склонен к сотрудничеству, но и зависим от мнения окружающих.

Обсуждение результатов

Выдвинутые нами гипотезы подтвердились. Испытуемые, неудовлетворенные телом, независимо от реальной массы тела, демонстрируют сходство по показателям самоотношения и межличностных отношений. Данные нашего исследования подтверждаются исследованиями Н. П. Барковой [1], Ю. Л. Савчиковой [4], Р. Ю. Шипачева [5], Н. С. Фонталовой, А. О. Шишкиной, Р. Н. Фонталова [15]

Вместе с тем интересно, что по результатам корреляционного анализа полученные системы взаимосвязей в группах 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» и в группе 3 «Нормальный вес, неудовлетворенность телом» обнаруживают существенное сходство: показатель «Неэффективность» связан с шестью показателями самоотношения и с показателем «Дружелюбность» теста Т. Лири. Это говорит о том, что способность управлять событиями собственной жизни взаимосвязана с самоотношением.

В группах 1 «Избыточный вес, неудовлетворенность телом» и 2 «Избыточный вес, удовлетворенность телом»

выявлены по четыре статистически значимые взаимосвязи между параметрами самоотношения и преобладающими типами межличностных отношений, одна из которых общая: положительная корреляция шкалы «Внутренняя конфликтность» со шкалой «Подозрительность» в межличностных отношениях. Эта корреляция воспроизводится и в группе 3 «Нормальный вес. Неудовлетворенность телом». В группе 4 «Нормальный вес, удовлетворенность телом» этой взаимосвязи нет.

Во всех четырех группах испытуемых шкала «Неудовлетворенность телом» не образует значимых корреляционных связей ни с какими показателями, оцениваемыми в нашем исследовании. Это говорит о том, что отношение к своему телу не определяет характер самоотношения и преобладающий тип отношений в группе.

Выводы

1. Испытуемые, имеющие лишний вес и неудовлетворенные собственным телом, и испытуемые, имеющие лишний вес, но удовлетворенные телом, имеют достоверные различия по показателям самоотношения: «Самоуверенность», «Отраженное самоотношение», «Самоценность», «Самообвинение» и «Внутренняя конфликтность». Испытуемые неудовлетворенные собственным телом (как с нормальным, так и избыточным весом) характеризуются значимо более низкими значениями по таким шкалам самоотношения, как «Самоуверенность», «Отраженное самоотношение» и «Самоценность», и достоверно более высокими значениями по шкалам «Самообвинение» и «Внутренняя конфликтность».

2. Испытуемые, имеющие лишний вес и неудовлетворенные собственным телом, и испытуемые, имеющие лишний вес, но удовлетворенные телом, значимо различаются по таким типам межличностных отношений, как «Подозрительный», «Подчиняемый», «Зависимый». Выявлено, что у испытуемых, неудовлетворенных собственным телом (независимо от наличия/отсутствия избыточного веса) достоверно более выражены данные типы межличностных отношений.

3. Испытуемые, имеющие ИМТ выше нормы, неудовлетворенные телом, и испытуемые, имеющих ИМТ в

пределах нормы, неудовлетворенные телом, демонстрируют сходство между собой по показателям самооотношения и по преобладающим типам межличностных отношений. С другой стороны, испытуемые, удовлетворенные собственным телом, независимо от наличия или отсутствия у них избыточного веса, тоже обнаруживают сходство в показателях самооотношения и межличностных отношений.

4. Выявлено большое количество сходных корреляций шкалы «Неэффективность» с параметрами самооотношения в группах испытуемых, неудовлетворенных телом, как с избыточным, так и с нормальным весом.

Список источников

1. Баркова Н.П. Коррекция «образа Я» у женщин с пищевой аддикцией // Известия Иркутского гос. ун-та. Серия «Психология». 2014. Т.8. С. 2-9.

2. Иванова К.В. Изучение Я-концепции у женщин, недовольных своим телом, в аспекте возможной психологической помощи // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2009. №7. С. 70-84.

3. Малкина-Пых И.Г. Перфекционизм и удовлетворенность образом тела в структуре личности пациентов с нарушениями пищевого поведения и алиментарным ожирением // Экология человека. 2010. №1. С. 21-28.

4. Савчикова Ю.Л. Психологические особенности женщин с проблемами веса: дис. канд. психол. наук. СПб.; 2005.

5. Шипачев Р.Ю. Исследование клинико-психологических характеристик женщин, страдающих алиментарно-конституциональным ожирением, в связи с задачами краткосрочной психотерапии. Автореф. дисс. ... канд. мед. н. СПб.; 2007.

6. Федорова Н.В., Никитина Е.Д. Психологические особенности людей с избыточным весом (гендерный аспект) // Омский психиатрический журнал. 2016. №2 (8). С. 52-56.

7. Бернс Р. Что такое Я-концепция // Психология самосознания: хрестоматия / ред. Д. Я. Райгородский. Самара: Бахрах; 2003.

8. Сарджвеладзе Н.И. Структура самоотношения личности и социогенные потребности. Тбилиси: Мецниереба; 1974.

9. Пантилеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. М.: Изд-во Моск. ун-та; 1991.

10. Скугаревский О.А. Образ собственного тела: его компоненты и их динамика в онтогенезе // Психотерапия и клиническая психология. 2004. №2. С. 12–16.

11. Скугаревский О.А., Сивуха С.В. Образ собственного тела: разработка инструмента для оценки // Психологический журнал. 2006. №4. С. 40-48.

12. Черкашина А.Г., Черкашин В.И. Образ физического Я в самоотношении девушек 17-18 лет. В сб.: международной научно-практической конференции «Психология телесности: теоретические и практические исследования»; 25 декабря 2009.

13. Гавриленко А.А. Образ физического Я как структурная составляющая Я-концепции. Автореф. дисс... канд. психол. наук. Москва, Ин-т психологии РАН; 2009.

14. Арпентьева М.Р. Взаимопонимание как социально-психологический феномен (на примере психологического консультирования). Дисс... д-ра психол. н. Москва; 2015.

15. Фонталова Н.С., Шишкина А.О., Фонталов Р.Н. Социально-психологические особенности людей с различной степенью избыточной массы тела // Baikal Research Journal. 2017. Т. 8. №1. С. 85-96.

16. Ильчик О.А., Сивуха С.В., Скугаревский О.А., Суихи С. Русскоязычная адаптация методики «Шкала оценки пищевого поведения» // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2010. № 3. С. 4-7.

*Автор, ответственный за переписку: А.Г. Продовикова,
arilama@yandex.ru*

Научное издание

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ
ВНЕШНОСТИ И ОБРАЗА ТЕЛА**

Коллективная монография

Подписано в печать 08.04.2024. Дата выхода в свет 30.04.2024.

Формат 60x84/16. Усл. печ. л. 12,80. Уч.-изд. л. 9,00.

Бумага ксероксная. Печать ризографическая. Тираж 500 экз.

ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России
390026, г. Рязань, ул. Высоковольтная, 9

Отпечатано в типографии Book Jet
390005, г. Рязань, ул. Пушкина, д. 18
Сайт: <http://bookjet.ru> e-mail: info@bookjet.ru
Тел.: +7(4912) 466-151