

Морозова Ирина Станиславовна

доктор психологических наук,
заведующий кафедрой общей психологии
и психологии развития
Кемеровского государственного университета

Morozova Irina Stanislavovna

D.Phil. in Psychology,
Head of the General Psychology
and Developmental Psychology Department,
Kemerovo State University

Белогай Ксения Николаевна

кандидат психологических наук,
доцент кафедры общей психологии
и психологии развития
Кемеровского государственного университета

Belogay Kseniya Nikolaevna

PhD in Psychology,
Assistant Professor, General Psychology
and Developmental Psychology Department,
Kemerovo State University

ПРОБЛЕМАТИКА ОБРАЗА ТЕЛА В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИИ РАЗВИТИЯ [1]

PROBLEMS OF THE BODY IMAGE IN THE CONTEXT OF DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY [1]

Аннотация:

Статья посвящена рассмотрению образа тела в контексте психологии развития, показаны основные направления современных исследований в этой области, обозначены компоненты образа тела: границы образа тела, внешний облик, телесность и полоролевая принадлежность. Определены системообразующие параметры образа тела, включающие телесные границы, принятие тела (эмоциональное отношение к нему), оценку функциональности тела, а также параметры, связанные с социальными факторами: подверженность социальным стереотипам и «отраженный образ тела» – то, каким, по мнению человека, видят его тело окружающие. Показана авторская позиция относительно данной проблемы. Приведены предварительные результаты исследования образа тела девушек пубертатного, юношеского возраста и периода ранней взрослости, проводимого авторами в настоящее время, в том числе с использованием авторского опросника «Образ тела».

Ключевые слова:

образ тела, образ тела девушек, опросник «Образ тела», методика «Мое тело», индекс массы тела (ИМТ).

Summary:

The article reviews the body image in the context of the developmental psychology. It shows the main directions of modern research in this field. The paper identifies the components of body image: image boundaries, appearance, physicality and sex-role identity. The author determines the system-defined parameters of body image, including physical boundaries, body acceptance (emotional attitude), assessment of the functionality of the body as well as the parameters related to social factors, i.e. exposure to social stereotypes and the "reflected image of the body" that, in the person's opinion, means the way it is viewed by other people. The article shows the author's position on this issue. The paper provides the preliminary results of the study on the body image of girls in the period of their adolescence and early adulthood that is carried out at the present time, in particular on the basis of the Body Image Questionnaire developed by the author.

Keywords:

body image, body image of girls, Body Image Questionnaire, My Body Technique, body mass index (BMI).

Образ тела является неотъемлемой составляющей картины мира человека и в значимой степени опосредует восприятие им действительности. Формирование образа тела начинается с момента рождения ребенка и, по сути, продолжается всю жизнь. В литературе содержится большой теоретический и эмпирический материал, требуемый для уяснения понятия образа тела. В числе зарубежных исследователей считаем необходимым выделить работы П. Шильдера, который первым в 1935 г. ввел термин «образ тела» и определил его в своей работе «Образ и внешний вид человеческого тела» как многогранный феномен. П. Шильдер, рассматривая образ тела преимущественно как схему тела, замечает, что образ тела обозначает картину собственного тела, какой она представлена индивиду в его сознании [2], т. е. образ тела – это субъективное переживание человеком своего тела как психический пространственный образ, который формируется за счет межличностного взаимодействия. Также П. Шильдер допускал, что тело формируется за счет впечатлений и стимулов, которые проходят через телесные ощущения, и что между телом и окружающим миром существует взаимосвязь.

Многие ученые и исследователи рассматривают образ тела как один из важнейших элементов самосознания (Р. Бернс, М.О. Мдивани, Р.И. Меерович, В.С. Мухина, Ж. Пиаже, С.Л. Рубинштейн, И.М. Сеченов, Е.Т. Соколова и др.). Идеи о телесности и образе тела разрабатывались прежде всего внутри психоаналитического направления (А. Фрейд, М. Малер, Д. Винникотт,

У.Р. Бион, М. Кляйн, Ф. Дольто и др.). Представители психоаналитического направления указывали на то, что от направления протекания каждой стадии развития зависит формирование определенных личностных качеств.

В отечественной психологии основоположником направления, связанного с изучением влияния телесности на формирование личности, является Л.С. Выготский. Он утверждал, что тело человека является частью культурно-детерминированной перспективы [3].

Также в отечественной психологии проблеме телесности посвящены работы таких исследователей, как Г.А. Арина, Н.В. Коваленко, В.С. Мухина, В.В. Николаева, Е.Т. Соколова, А.Ш. Тхостов и др. В исследованиях образа тела в детском и школьном возрасте авторы делают акцент на факторах и детерминантах, которые влияют на процесс формирования изучаемых параметров. Например, Н.М. Горшкова описывает особенности образа тела у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в условиях отцовской депривации в разные периоды детства. Анализ полученных данных позволяет автору утверждать, что наиболее выраженные искажения образа тела диагностируются у детей, находящихся в условиях полной родительской депривации, с рождения не имея возможности взаимодействовать ни с матерью, ни с отцом [4]. О.Г. Мотовилин обнаруживает, что в онтогенезе ребенка в период от 9 до 15 лет происходит развитие его представлений о собственном теле, которое заключается в постепенном обозначении телесных феноменов, формировании категориальной структуры телесного опыта [5]. Нам видится продуктивной попытка автора выделить две центральные тенденции развития категориальной структуры телесного опыта: дифференциацию, усложнение ее организации, с одной стороны, и интеграцию, повышение целостности – с другой.

Все больше появляется исследований, посвященных искажению образа тела у детей и взрослых с хроническими патологиями, в том числе психосоматическими. Такие исследования показывают, что дети и подростки, страдающие, например, бронхиальной астмой, имеют характерные особенности образа тела, которые выражаются в нарушении симметрии и границ образа тела, искажении переживания целостности и связанности внутреннего психического и телесного опыта. Для них характерны переживание телесной рассогласованности, нескоординированности и неадекватности, слабость личностных границ, недостаточность энергетического тонуса [6]. Отдельный пласт исследований составляют работы, посвященные проблеме образа тела у страдающих ожирением или нервной анорексией, в том числе среди молодежи [7]. Многие методики для исследования образа тела, сконструированные западными коллегами, касаются именно этой проблематики [8]. В последнее десятилетие появляется все больше англоязычных работ, посвященных компьютеризованным версиям психодиагностических методик [9].

В связи с расширением гендерной проблематики исследований, увеличением нарушений в области репродуктивного и сексуального здоровья молодежи в последние десятилетия появляется необходимость в разработке и исследовании проблем, связанных с формированием образа тела женщины на разных этапах ее жизненного пути. Ранее было показано, что обнаруживается возрастная изменчивость образа тела у женщин: наименьшую удовлетворенность своим внешним обликом женщины испытывали в подростковом возрасте независимо от их возраста на момент опроса [10]. Особенно важно представление о себе в юности, так как на данном этапе происходит переосмысление прошлого опыта и за счет этого формируется новый образ тела. Отрицательное отношение к своему телу в этот период может привести к психическим расстройствам, неадекватному поведению, повышенному уровню тревожности и т. д. С самого раннего детства родители начинают принимать участие в формировании образа тела у детей. Особо пристальное внимание уделяется образу тела и отношению к собственной внешности у девочек.

Анализ разных позиций авторов, разрабатывающих проблематику образа тела, позволяет выделить следующие компоненты, встречающиеся в работах: границы образа тела, внешний облик, телесность и полоролевую принадлежность. Предполагаем, что в число системообразующих параметров образа тела можно включить телесные границы, принятие тела (иначе эмоциональное отношение к нему), оценку функциональности своего тела, а также параметры, связанные с социальными факторами, – подверженность социальным стереотипам и параметр, условно названный «отраженный образ тела», – то, каким, по мнению человека, видят его тело окружающие. Именно опираясь на предложенные параметры, мы пытаемся выстроить методики для исследования рассматриваемого феномена.

В рамках реализуемого проекта для описания образа тела девушек в период юности и ранней взрослости мы обследовали 34 девушки в возрасте от 19 до 22 лет. Для проведения исследования использовалось интервью, посвященное описанию своего тела и ощущений, даваемых им. Интервью состояло из нескольких блоков. Первым был блок общих данных: возраст, семейное положение, сфера деятельности. Также мы задавали вопросы о росте и весе девушки, опре-

деляли ее индекс массы тела (ИМТ). Ряд вопросов был посвящен принятию тела, удовлетворенности им и отдельными частями тела, желанию изменить что-то в нем, в том числе при помощи пластической хирургии. Мы просили девушек обозначить, как относились к их телу матери, отцы (люди, их заменявшие) в разные возрастные периоды жизни: в детстве, в подростковом возрасте и в настоящий момент. Отдельный блок вопросов касался диет, питания, танцев и спорта. Мы также интересовались, что, по мнению девушек, думают (или говорят) об их теле мужчины и женщины, любимый мужчина и подруга. Были в интервью вопросы и такого плана: «Укажите процент соответствия вашего тела современным стандартам (от 0 до 100 %)» и «Укажите процент соответствия вашего тела своим собственным идеалам (от 0 до 100 %)». Блок интервью, посвященный ощущениям, даваемым телом, касался менструаций, ощущений, связанных с сексуальными отношениями, сигналами тела о болезни (нездоровье). Мы также просили оценить по 10-балльной шкале то, насколько девушке комфортно в ее теле. В интервью включена методика Е.В. Белугиной «Жизненная динамика удовлетворенности внешним обликом» [11], в которой девушки должны были оценить удовлетворенность своим телом в настоящий момент, в 15, 10 и 5 лет.

Помимо интервью для описания образа тела девушек была отобрана методика «Мое тело», разработанная К.Н. Белогой по типу личного дифференциала [12]. Мы также предположили, что описание образа тела невозможно осуществить без использования психосемантических методов, и в качестве такого метода отобрали методику «Выбор дескрипторов интрацептивных ощущений» (бланковый вариант). В качестве проективной методики была отобрана рисуночная методика «Мое тело», в которой девушкам предлагалось изобразить свое тело, каким они его видят, и то, каким они хотели бы его видеть. Для решения задач, поставленных в проекте, И.С. Морозова и К.Н. Белогой сконструировали методику «Образ тела», включающую несколько шкал: телесные границы, функциональность тела, влияние социальных стереотипов на образ тела (нечто подобное локусу контроля в рассматриваемой области), эмоциональное принятие/непринятие тела и отраженное самоотношение – представления о том, каким твое тело видят другие люди.

Остановимся на некоторых результатах, полученных в ходе исследования. Для начала мы попытались увязать такой объективный показатель, как ИМТ, с параметрами образа тела и обнаружили, что ИМТ связан положительной корреляционной связью (при $p \leq 0,05$) со шкалой нашей новой методики – приверженность социальным стереотипам. Чем выше ИМТ, тем большее влияние стереотипы оказывают на девушку. Коэффициент корреляции получился при этом равным 0,62. Когда мы разделили группу девушек на три части: с ИМТ ниже нормы, нормальным ИМТ и ИМТ выше нормы, то к полученной взаимосвязи добавилась еще одна: больше всего принимают себя девушки с низким или пороговым ИМТ.

Анализ интервью, рисунков девушек, заполненных опросников показал в целом противоречивый, негативный, дезинтегрированный образ тела, характерный для этого возраста – рубежа юности и ранней взрослости. Девушки, соответствующие современным стандартам модельной внешности, хотя и быть миниатюрнее, ниже ростом; девушки с выраженными формами хотя и похудеть, а миниатюрные девушки – стать выше. В некоторых случаях речь шла об ощущении своего тела неуклюжим («чувствую себя гномом»), непропорциональным, в любом случае «недостаточно хорошим». В группе из 34 девушек не нашлось никого с целостным, непротиворечивым образом тела. В связи с этим возникает вопрос: возможно, рубеж юности и ранней взрослости – это еще один сенситивный период (наряду с пубертатом) для построения образа тела? Однако пока у нас недостаточно данных, чтобы ответить на этот вопрос.

Мы попытались найти корреляции между параметрами разрабатываемых методик (табл. 1).

Таблица 1 – Взаимосвязи между параметрами методик «Мое тело» и «Образ тела» (отмечены значимые корреляционные связи при $p \leq 0,05$)

Шкалы методики «Мое тело»	Шкалы методики «Образ тела»				
	границы тела	принятие тела	подверженность социальным стереотипам	отраженная оценка тела	функциональность тела
оценка тела	–	0,52	0,45	–	0,75
внешний образ	–	0,52	0,43	–	0,71
функциональные характеристики	0,40	–	0,49	–	0,84
активность	0,36	–	0,47	–	0,57
оценка телосложения	–	0,42	–	–	–

Наиболее интересным результатом данного анализа, на наш взгляд, являются взаимосвязи между шкалами, по которым девушки оценивали свое тело, и подверженностью стереотипам. С ними, судя по всему, связано не только принятие тела, но и оценка внешнего образа, функциональности и активности тела.

Мы также связали шкалы разрабатываемой методики с методикой Е.В. Белугиной (табл. 2).

Таблица 2 – Взаимосвязи между параметрами методики «Образ тела» и оценкой внешнего облика (отмечены значимые корреляционные связи при $p \leq 0,05$)

Оценка внешнего облика в разные периоды жизни	Шкалы методики «Образ тела»				
	границы тела	принятие тела	подверженность социальным стереотипам	отраженная оценка тела	функциональность тела
оценка в настоящий момент (примерно в 20 лет)	–	0,58	–	0,49	0,50
оценка в подростковом возрасте (в 15 лет)	0,35	0,58	0,39	–	0,43
оценка в период школьного детства (в 10 лет)	–	–	0,38	0,43	0,35
оценка в дошкольном детстве (в 5 лет)	–	–	–	0,43	0,45

Исходя из полученных данных, мы видим, что границы тела активно формируются в подростковом возрасте, принятие тела в большей степени связано с тем, как девушка оценивает свой внешний облик, начиная с подросткового возраста и по настоящий момент времени. Подверженность стереотипам теснее всего увязана с оценкой своего облика в подростковом и школьном возрасте. Функциональность тела взаимосвязана с оценкой облика во все прошедшие периоды жизни девушки, а отраженная оценка – во все, кроме подросткового возраста. Подводя итоги проделанной работы, можем отметить необходимость дальнейшей апробации предложенных методик, поиска ответов на вопросы, поставленные исследованием, а также острую потребность в подобных исследованиях, связанную с противоречивостью и внутренней конфликтностью образа тела девушек периода юности – ранней взрослости, которая, на наш взгляд, приводит к сексуальным, репродуктивным проблемам, появлению неврозов, подобных анорексии.

Ссылки и примечания:

1. Статья подготовлена при финансовой поддержке Отделения гуманитарных и общественных наук РФФИ, проект № 17-36-00016.
2. Цит. по: Татаурова С.С. Актуальные проблемы исследования образа тела // Психологический вестник Уральского государственного университета. 2009. Вып. 8. С. 142–154.
3. Выготский Л.С. Исторический смысл психологического кризиса // Выготский Л.С. Собрание сочинений : в 6 т. / под ред. А.Р. Лурии, М.Г. Ярошевского. М., 1982. Т. 1. С. 228–291.
4. Цит. по: Горшкова Н.М. Особенности образа тела у детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в условиях отцовской депривации в разные периоды детства : дис. ... канд. психол. наук. М., 2013. 203 с.
5. Мотовилин О.Г. Развитие представлений о собственном теле у детей в условиях семьи и интерната : дис. ... канд. психол. наук. М., 2001. 188 с.
6. Цит. по: Залеская О.В. Особенности образа тела у подростков с психосоматической патологией на примере бронхиальной астмы : дис. ... канд. психол. наук. М., 2007. 169 с.
7. Faith M.S., Allison D.B. Assessment of Psychological Status among Obese Persons // *Body Image, Eating Disorders, and Obesity* / eds. J.K. Thompson. Washington DC, 1996. P. 365–388.
8. Body Image Assessment for Obesity (BIA-O): Development of a New Procedure / D.A. Williamson, L.G. Womble, N.L. Zucker, D.L. Reas, M.A. White, D.C. Blouin, F.L. Greenway // *International Journal of Obesity*. 2000. Vol. 24, no. 10. P. 1326–1332.
9. Stewart T.M. The Body Morph Assessment Version 2.0 (BMA 2.0): a psychometric study : LSU Doctoral Dissertation. Louisiana, 2002.
10. Белогай К.Н., Морозова И.С. Возрастная изменчивость образа тела женщины в период взрослости // Вестник Кемеровского государственного университета. 2017. № 1. С. 94–98.
11. Белугина Е.В. Отношение к своему внешнему облику в период середины жизни : дис. ... канд. психол. наук. Ростов н/Д., 2003. 199 с.
12. Белогай К.Н. Материнство и телесность женщины : монография. Кемерово, 2014.

References:

- Belogay, KN 2014, *Maternity and corporality of women*, monograph, Kemerovo, (in Russian).
 Belogay, KN & Morozova, IS 2017, 'Age variability of the body image of a woman during adulthood', *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, no. 1, pp. 94-98, (in Russian).
 Belugina, EV 2003, *Attitude to one's appearance in the middle of life*, PhD thesis abstract, Rostov-on-Don, 199 p., (in Russian).

- Faith, MS, Allison, DB & Thompson, JK (ed.) 1996, 'Assessment of Psychological Status among Obese Persons', *Body Image, Eating Disorders, and Obesity*, Washington DC, pp. 365–388. <https://doi.org/10.1037/10502-015>.
- Gorshkova, NM 2013, *Features of the image of the body in senior preschool children brought up under the paternal deprivation in different periods of childhood*, PhD thesis, Moscow, 203 p., (in Russian).
- Motovilina, OG 2001, *The development of ideas about the body in children in the family and boarding schools*, PhD thesis, Moscow, 188 p., (in Russian).
- Stewart, TM 2002, *The Body Morph Assessment Version 2.0 (BMA 2.0): a psychometric study: LSU Doctoral Dissertation*, Louisiana.
- Tataurova, SS 2009, 'Current issues of researching the image of the body', *Psikhologicheskiy vestnik Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta*, Issue 8, pp. 142-154, (in Russian).
- Vygotsky, LS, Luria, AR & Yaroshevsky, MG 1982, 'Historical significance of the psychological crisis', *Vygotsky L.S. Sobraniye sochineniy*, in 6 vols., Moscow, vol. 1, pp. 228-291, (in Russian).
- Williamson, DA, Womble, LG, Zucker, NL, Reas, DL, White, MA, Blouin, DC & Greenway, FL 2000, 'Body Image Assessment for Obesity (BIA-O): Development of a New Procedure', *International Journal of Obesity*, vol. 24, no. 10, pp. 1326–1332. <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0801363>.
- Zaleskaya, OV 2007, *Features of an image of a body in adolescents with psychosomatic pathology by a case study of bronchial asthma*, PhD thesis, Moscow, 169 p., (in Russian).