

Барышева Наталья Александровна

аспирант кафедры психологии личности
и общей психологии
Кубанского государственного университета
<https://orcid.org/0000-0002-2647-7697>

Ожигова Людмила Николаевна

доктор психологических наук,
профессор кафедры психологии личности
и общей психологии
Кубанского государственного университета
<https://orcid.org/0000-0002-4513-0234>

ВЗАИМОСВЯЗЬ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ ТЕЛОМ С АГРЕССИЕЙ И ЧУВСТВОМ ВИНЫ У ДЕВУШЕК

Аннотация:

Представление о своем теле входит в структуру Я-образа каждого человека, участвует в формировании его отношения к себе, определении уровня самооценки, а также играет важную роль в выборе им стратегии выстраивания взаимоотношений с окружением. Удовлетворенность или неудовлетворенность своим телом может влиять на формирование внутреннего личностного конфликта, который сопровождается проявлениями агрессии и чувством вины. Представления людей о своем теле гендерно дифференцированы: женщины чаще и с большей глубиной переживают различные аспекты восприятия своего тела собой и другими, чем мужчины. Проведенное исследование позволило выявить, что общая удовлетворенность телом у девушек обратно коррелирует с чувством вины, только физическая агрессия напрямую обусловлена удовлетворенностью такой частью тела, как ноги, остальные обнаруженные взаимосвязи между удовлетворенностью телом с агрессией и виной обратные. Тема агрессии и вины является важной для организации психологического консультирования, выявленные связи и влияния могут быть использованы для разработки коррекционных мероприятий по улучшению общего состояния личности.

Ключевые слова:

личность, удовлетворенность телом, агрессия, чувство вины

Barysheva Natalia Aleksandrovna

PhD student, Department of Personality Psychology
and General Psychology,
Kuban State University
<https://orcid.org/0000-0002-2647-7697>

Ozhigova Lyudmila Nikolayevna

D.Phil. in Psychology, Professor,
Department of Personality Psychology
and General Psychology,
Kuban State University
<https://orcid.org/0000-0002-4513-0234>

THE RELATIONSHIP OF BODY SATISFACTION WITH AGGRESSION AND GUILT IN YOUNG WOMEN

Summary:

The idea, that your body is a part of the structure of the Self-image of every personality, participates in the formation of his attitude to himself, determines the level of self-esteem, and also plays an important role in choosing a strategy for building relationships with the environment. Satisfaction or dissatisfaction with your body can affect the formation of internal personal conflict, which is accompanied by manifestations of aggression and guilt. People's perceptions of their bodies are gender-differentiated: women experience different aspects of their body perception by themselves and others more often and with greater depth than men. The study revealed that overall body satisfaction in young women is inversely correlated with guilt, only physical aggression is directly caused by satisfaction with such a part of the body as the legs, the other relationships found between body satisfaction with aggression and guilt are reversed. The problem of aggression and guilt is important for the organization of psychological consultation, the identified connections and influences can be used to develop corrective measures to improve the overall state of a personality.

Keywords:

personality, body satisfaction, aggression, guilt

Удовлетворенность личности своим телом является актуальной социально-психологической проблемой в современном мире, ориентированном на эталоны сохранения молодости и физической красоты, а также на соответствие требованиям виртуальной эстетики, которые задаются социальными сетями, масс-медиа и другими инструментами формирования общественного мнения. Особенности проявления, изменения уровня степени удовлетворенности человека своим телом зависят от множества факторов: так, например, его снижение закономерно может быть обусловлено негативными сторонними замечаниями о теле или внешности индивида, сопряжено с переживанием им собственного несоответствия идеальному образу, транслируемому в СМИ или интернете и т. д. Наиболее актуальна проблема удовлетворенности своим телом для девушек, так как именно на них ориентировано большинство маркетинговых технологий, «побуждающих» представительниц слабого пола с особой критичностью оценивать собственный внешний вид, результатом чего зачастую становится появление негативных переживаний по поводу своего тела из-за его несоответствия критериям общества, снижение самооценки и формирование различных эмоциональных расстройств личности.

В рамках психологических исследований ученые пытаются установить основные тенденции, которые характеризуют переживания личности, конструирующей свою телесность; определить специфику их взаимосвязи с Я-концепцией [1], внешним обликом [2], самооощением и самооценкой [3] индивида. Кроме того, на их основе анализируются различные аспекты психологических дисфункций и нарушений, которые возникают у личности, негативно переживающей свою телесность, – расстройства пищевого поведения [4], тревожные и депрессивные состояния [5], а также агрессивность, проявляющаяся в специфических формах аутоагрессии – направленной на себя, проявляющейся в самообвинении, самоунижении, саморазрушительном поведении [6]. Однако исследований, посвященных изучению связи аутоагрессии с удовлетворенностью телом, в настоящий момент недостаточно.

Интерпретация подобного деструктивного поведения личности в современной психологической теории связана с исследованиями феноменологии агрессии и ее причин. Так, в науке выделяются три основные группы теорий агрессии: теории влечения или инстинкта, фрустрационные теории, агрессивность как социальное научение.

В рамках первой из них предполагается, что агрессия накапливается человеком, а выплеск энергии неизбежен. К сторонникам данной теории можно отнести К. Лоренца, который помимо инстинктивной природы агрессии отмечал наличие у индивидов врожденных механизмов, сдерживающих ее [7].

В психоаналитической теории З. Фрейда агрессия выступает как проявление врожденного инстинкта стремления к смерти. Кроме того, согласно мнению исследователя ее влияние отмечается на всех стадиях психосексуального развития человека [8]. Личность изначально обладает агрессией, однако проявление деструктивного и антисоциального поведения провоцирует возникновение внутреннего ощущения зависимости от окружающих [9].

У. МакДауголл включил агрессивность в список семи основных инстинктов, которому соответствует эмоция «гнев» [10].

Представители более позднего психоанализа отказались от понимания агрессии как влечения в контексте инстинкта смерти. А. Фрейд определяла ее как вызываемый фрустрацией и используемый в целях защиты феномен. Х. Кохут выделил 2 вида исследуемого психологического явления: нормальную агрессию, которая развивается в условиях оптимальной фрустрации и рассматривается как часть здорового проявления самости, а также способна мобилизовать человека; и враждебно-деструктивную – возникающую на фоне менее интенсивной фрустрации и сопровождающуюся злобой, раздражительностью, деструктивным поведением [11]. Дж. Доллард считал, что «агрессия – это следствие фрустрации; фрустрация всегда приводит к агрессии». Однако в дальнейшем его теория подверглась критике, так как люди, столкнувшиеся с фрустрацией, необязательно демонстрируют агрессивное поведение, а переживание фрустрации создает готовность к агрессивному поведению [12].

Теория агрессивности как социального научения подчеркивает непосредственную роль мотивированного деструктивного поведения в обществе и в процессе социализации. Особенности этой теории заключаются в утверждении влияния родителей на усвоение ребенком образцов агрессивного поведения; признании значимости социального подкрепления агрессивных действий; осознании, что частое использование агрессивных действий приводит к их усовершенствованию [13]. Представители данной теории А. Бандура и Р. Уолтерс, исследуя особенности поведения родителей агрессивных подростков, выявили, что асоциальная направленность в поведении детей отчасти спровоцирована непоследовательным поведением их родителей в отношении применения агрессии к ним и к внешнему миру [14].

Для современной психологической науки актуален интегративный (учитывающий все теории) взгляд на понимание агрессии, в рамках которого исследователи фокусируют свое внимание на различных аспектах ее проявления в конкретных жизненных ситуациях и обстоятельствах.

Выделяют гендерные и возрастные особенности переживания агрессии. В ходе изучения гендерных различий удалось выявить, что именно биологические особенности (доминантность, сексуальность, гормональный фактор) и социальные или культурные стереотипы являются регуляторами проявления агрессии: женщины склонны скрывать ее, в отличие от мужчин, а с возрастом и представители сильного пола начинают пользоваться замаскированной агрессией. Девушки испытывают трудности с контролем проявлений деструктивного поведения, так как склонны непроизвольно и эмоционально остро реагировать на лично затрагивающие их ситуации [15].

Регулируемая социальными нормами и стереотипами агрессия не всегда находит выход, подавляется и формирует специфическую симптоматику в личности – аутоагрессию, которая может выражаться в появлении чувства вины. Подавленная агрессия (в данном случае имеется в виду эмоция гнева) не может быть направлена на другого и «заворачивается» внутрь личности, выливаясь в переживания чувства вины, неполноценности, неудовлетворенности собой, своим

телом. Исследования взаимосвязи гнева и вины в ситуациях фрустрации позволили установить, что выраженность переживаний тесно связана с теми физиологическими изменениями, которые вызываются агрессивными поступками [16].

Нужно уточнить, что чувство вины является важной частью формирования моральных установок, самооценки и самосознания, которые относятся к элементам Я-концепции. В.В. Столин определяет вину как осмысление конфликта в результате совершения проступка [17]. К. Муздыбаев рассматривает возникающее чувство вины как реакцию на возможное исключение из значимой группы за действие или бездействие в рамках близких или ценных отношений [18]. Чувство вины сигнализирует субъекту о том, что он совершил проступок по отношению к другому, а также усиливает чувство ответственности [19]. Л.В. Алтухова, Н.С. Козлова обозначили возрастные особенности переживания вины: люди старшего возраста реже и менее интенсивно испытывают это чувство, в основном сохраняя его по отношению к своим детям. У молодых людей переживания чувства вины сопровождаются физиологическими реакциями (состояние ступора, тремор конечностей, слабость в теле), при этом они могут испытывать его перед родителями, друзьями, собой, перед незнакомцами [20].

Таким образом, агрессия и вина – это взаимодействующие категории. В процессе проживания внутреннего личностного конфликта между внешними социальными требованиями к телу индивида и «реальности» его физических возможностей человек может чувствовать вину и демонстрировать агрессию.

Имеющиеся в этой области отечественные и зарубежные исследования показывают различные аспекты связи личностных детерминант с агрессией и виной. Так, И.Е. Валитова, изучая предрасположенности к нарушениям пищевого поведения подростков, отмечает в качестве его признаков следующие: неудовлетворенность телом, генерализированное чувство вины, повышенную тревожность, неуверенность в себе, ценностные и внутренние особенности отношений в семье, личностные характеристики родителей [21]. Было выявлено, что для студентов, имеющих сложности с принятием себя, своих положительных черт и возможностей, характерно чувство вины [22].

В исследованиях феномена «харасмента» – агрессивного и осуждающего поведения по отношению к другим – отмечено, что у респондентов обоих полов, демонстрирующих такой тип отношения к окружающим, наблюдается низкая удовлетворенность телом, а плохая самооценка связана с агрессивным и осуждающим поведением других членов социума по отношению к ним на почве веса [23].

Фарнам Ф. и соавторы, исследуя взаимосвязь между образом тела, стрессом и агрессией у людей с рассеянным склерозом, обнаружили, что восприятие физической формы человека становится предиктором стресса, при этом большее влияние на этот процесс оказывает оценка личностью внешнего облика, удовлетворенность ею размерами собственного тела и ориентация на фитнес [24].

Ола М. и соавторы сравнивали людей, которые посещают занятия в спортивном зале, и тех, кто отказался от спорта, на предмет исследования взаимосвязи агрессии с общим психологическим благополучием индивидов, удовлетворенностью ими собственным телом. Позитивная корреляция была обнаружена при положительной оценке испытуемыми своего внешнего вида, уровень агрессии был ниже у людей, не посещающих спортивный зал, что, по мнению авторов, объясняется составом группы с изначально хорошим телосложением. Данное предположение подкрепляется обратной связью агрессии и общего психологического благополучия, а также прямой корреляцией психологического благополучия и счастья [25].

В рамках другого исследования учеными (Н. Филхо и др.) была выдвинута гипотеза о том, что образ жизни человека влияет на его удовлетворенность своим телом. Респондентами выступили студенты и сотрудники университета. В ходе исследования была выявлена дифференциация факторов, определяющих позитивную и негативную оценку своего внешнего вида индивидами. Так, для обучающихся удовлетворенность своим телом обусловлена ходом образовательного процесса, для административного персонала таким фактором выступило снижение употребления алкоголя и пребывание с семьей и друзьями; в среде профессорско-преподавательского состава прием спиртных напитков, агрессивное поведение, недосыпание, стресс и небезопасные жизненные установки негативно влияют на удовлетворенность телом [26]. При изучении корреляционных связей у студентов обнаружено, что позитивная оценка ими собственного тела и общее благополучие положительно влияют на осознанность их поведения [27].

Таким образом, изучение связи удовлетворенности своим телом и агрессии актуально сегодня, так как оно касается различных аспектов жизни личности: общего отношения к себе, предрасположенности к расстройствам пищевого поведения, психологического благополучия.

В настоящем исследовании мы ставили перед собой цель выявить взаимосвязь удовлетворенности телом с проявлениями агрессии и наличием чувства вины у девушек.

Выборку составили 100 студенток Кубанского государственного университета, находящихся на разных этапах обучения. Возраст респонденток – от 17 до 22 лет.

Нами были использованы следующие методики исследования:

– шкала оценки уровня удовлетворенности собственным телом О.А. Скугаревского, так как она дает возможность оценить общий уровень удовлетворенности; удовлетворенность верхней частью тела (лицо, глаза, нос, уши, зубы, челюсть); туловищем (шея, грудная клетка, грудь, спина, живот, руки, кисть); нижней частью (ягодицы, таз, бедро, колени, нога, ступня); ростом, кожей и волосами;

– опросник А. Басс и А. Дарки в модификации Г. Резапкиной, позволяющий выделить следующие виды реакций: физическую (использование физической силы против других) и косвенную агрессию (ни на кого не направленная агрессия или направленная на другого человека опосредованно), раздражение (готовность проявить негативные чувства при возбуждении (вспыльчивость, грубость)), негативизм (оппозиционная стратегия в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся правил), обиду (зависть и ненависть к окружению за реальные и выдуманные действия), подозрительность (состояние от недоверия и осторожности по отношению к другим до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред), вербальную агрессию (выражение негативных чувств через крик, визг, словесно), чувство вины (убеждение человека в том, что он является плохим, что поступает зло; постоянные угрызания совести). Также опросник позволяет выделить уровень общей агрессивности (сочетание физической, вербальной агрессии и раздражения) и враждебности (обида и подозрительность);

– «Опросник вины» У.Х. Джонса, К.Э. Куглера, адаптированный И.М. Белик, с помощью которого можно выявить уровень проявления чувства вины в следующих вариациях: вина-состояние (эмоциональная реакция на нарушение собственных моральных норм, произошедшее недавно), вина-черта (переживания как реакция вследствие игнорирования моральных норм продолжительное время), моральные нормы (склонность следовать морально-этическим установкам).

Обработка данных проводилась в программе Excel, SPSS Statistics 20.0 с использованием метода Шапиро-Уилко, метода корреляции Спирмена, метода линейной регрессии. Так как первичная проверка данных показала, что выборка не поддается нормальному распределению по критерию Шапиро-Уилка ($W = 0,970173$, $p\text{-value} = 0,0227912$), то были использованы непараметрические методы для анализа.

Опишем полученные в ходе корреляционного анализа результаты.

1. Представим данные по уровню удовлетворенности телом и отдельными его частями согласно методике О.А. Скугаревского по средним значениям (где M – среднее значение, SD – стандартное отклонение):

– обнаружен высокий общий уровень удовлетворенности ($M = 102,72$, $SD = 21,83$), удовлетворенности глазами ($M = 5,3$, $SD = 1$), ушами ($M = 5,1$, $SD = 1,4$), челюстью ($M = 5$, $SD = 1,4$), шеей ($M = 5,2$, $SD = 1,1$), грудной клеткой ($M = 5,1$, $SD = 1,3$), кистями ($M = 5,1$, $SD = 1,4$), ростом ($M = 5,2$, $SD = 1,4$);

– отмечен средний уровень удовлетворенности информантов верхней частью своего тела (голова) ($M = 4,7$, $SD = 1,02$), лицом ($M = 4,4$, $SD = 1,5$), носом ($M = 4$, $SD = 1,8$), зубами ($M = 4,4$, $SD = 1,5$), туловищем ($M = 4,7$, $SD = 1,09$), грудью ($M = 4,6$, $SD = 1,4$), спиной ($M = 4,5$, $SD = 1,5$), животом ($M = 4,0$, $SD = 1,7$), руками ($M = 4,8$, $SD = 1,5$), нижней частью ($M = 4,6$, $SD = 1,3$), ягодицами ($M = 4,6$, $SD = 1,5$), тазом ($M = 4,6$, $SD = 1,5$), бедрами ($M = 4,3$, $SD = 1,8$), коленями ($M = 4,9$, $SD = 1,4$), ногами ($M = 4,7$, $SD = 1,6$), ступнями ($M = 4,8$, $SD = 1,6$), кожей ($M = 4,3$, $SD = 1,7$), волосами ($M = 5,2$, $SD = 1,5$),

Таким образом, в среднем по выборке наблюдается довольно высокий уровень удовлетворенности телом и его отдельными частями.

2. Результаты исследования агрессии по методике А. Басса и А. Дарки показали, что у 70 % девушек уровень враждебности в норме и только у 30 % – превышает ее ($M = 8,87$, $SD = 3,00$). Показатели по общей агрессивности у 40 % респондентов ниже нормы, у 53 % – соответствуют ей и только у 7 % – больше ее значений ($M = 17,78$, $SD = 5,27$).

Далее представим итоги исследования отдельно по шкалам: был выявлен низкий уровень негативизма ($M = 3,08$, $SD = 1,37$) и обиды ($M = 3,61$, $SD = 1,73$), средний уровень физической агрессии ($M = 4,4$, $SD = 2,53$), косвенной агрессии ($M = 5,36$, $SD = 1,76$), раздражения ($M = 5,68$, $SD = 1,84$), подозрительности ($M = 5,26$, $SD = 1,89$), чувства вины ($M = 5,29$, $SD = 1,88$) и повышенный уровень вербальной агрессии ($M = 7,7$, $SD = 2,73$).

Таким образом, в целом в группе наблюдается высокий уровень агрессивности, низкая враждебность; большая часть шкал агрессивности выражена слабо и умеренно, однако отмечено повышение вербальной агрессии.

При анализе результатов «Опросника вины» У.Х. Джонса, К.Э. Куглера (адаптированного И.М. Белик) был отмечен пониженный уровень показателей шкалы «Вина-состояние» у 34 % девушек, средний уровень – у 43 %, повышенный – у 18 %, у 5 % респондентов обнаружен высокий уровень ($M = 24,57$, $SD = 8,37$).

По шкале «Вина-черта» низкий уровень значений выявлен лишь у 1 % представительниц слабого пола, пониженный – у 14 %, высокий – только у 7 %, средний – у 39 % и повышенный уровень – у 39 % девушек ($M = 57,82$, $SD = 15,31$).

По шкале «Моральные нормы» низкий уровень отмечен у 5 % респондентов, пониженный – у 7 %, средний уровень выявлен больше, чем у половины девушек – у 61 %, повышенный – лишь у 27 % ($M = 39,98$, $SD = 10,07$).

Таким образом, у большей части участников исследования вина за поступки, совершенные недавно (вина-состояние), вина за давние проступки (вина-черта) и склонность следовать морально-этическим установкам (моральные нормы) проявляются на пониженном, среднем и повышенном уровне, т. е. нет яркой выраженности превалирования какой-то из шкал.

3. Далее был проведен корреляционный анализ Спирмена для выявления связей между удовлетворенностью телом, отдельными его частями и агрессией (табл. 1).

Таблица 1 – Корреляционный анализ между показателями по уровню удовлетворенности телом, отдельными его частями и агрессией

Методика ШУСТ О.А. Скугаревского	Методика А. Басс и А. Дарки
Ноги ($r = 0,2595$, $p = 0,0091$)	Физическая агрессия
Голова ($r = -0,2619$, $p = 0,00848$); лицо ($r = -0,2821$, $p = 0,00446$); челюсть ($r = -0,2014$, $p = 0,04447$); туловище ($r = -0,2843$, $p = 0,00415$), грудная клетка ($r = -0,2108$, $p = 0,03525$), живот ($r = -0,2271$, $p = 0,0231$), руки ($r = -0,21041$, $p = 0,03562$); нижняя часть ($r = -0,3261$, $p = 0,00093$), ягодицы ($r = -0,2622$, $p = 0,0084$), таз ($r = -0,2538$, $p = 0,0108$), бедра ($r = -0,2516$, $p = 0,0115$); колени ($r = -0,3074$, $p = 0,0019$), ступни ($r = -0,3075$, $p = 0,0019$); кожа ($r = -0,2049$, $p = 0,0409$)	Обида
Грудь ($r = -0,2623$, $p = 0,0084$), кисти ($r = -0,3096$, $p = 0,0017$); колени ($r = -0,2115$, $p = 0,0347$), ступни ($r = -0,237$, $p = 0,018$), кожа ($r = -0,2906$, $p = 0,0034$)	Косвенная агрессия
Уши ($r = -0,2569$, $p = 0,0099$); грудь ($r = -0,19801$, $p = 0,04829$), спина ($r = -0,2502$, $p = 0,0121$); кожа ($r = -0,247$, $p = 0,0133$)	Раздражение
Лицо ($r = -0,2482$, $p = 0,0128$); туловище ($r = -0,215$, $p = 0,0316$), грудь ($r = -0,2597$, $p = 0,0091$), руки ($r = -0,208$, $p = 0,038$); нижняя часть тела ($r = -0,2372$, $p = 0,0175$), бедра ($r = -0,2478$, $p = 0,0129$), ноги ($r = -0,272$, $p = 0,0061$)	Чувство вины
Ягодицы ($r = -0,21317$, $p = 0,03322$), колени ($r = -0,22625$, $p = 0,02361$), ступни ($r = -0,20934$, $p = 0,03659$)	Враждебность

Примечание: Здесь и в таблице 2 – r – коэффициент корреляции, p – уровень значимости.

Можно отметить, что преимущественное большинство выявленных значимых корреляций являются обратными, т. е. с предполагаемым повышением удовлетворенности телом будет уменьшаться уровень обиды, косвенной агрессии, раздражения, чувства вины и враждебности. Обнаружена также прямая связь между удовлетворенностью ногами и физической агрессией.

Наибольшее количество обратных взаимосвязей было отмечено между удовлетворенностью отдельными частями тела и шкалой «Обида», которая интерпретируется как зависть и ненависть к окружающим за реальные и вымышленные действия. Меньше всего значимых корреляций было обнаружено со шкалой «Физическая агрессия» (использование физической силы против другого).

Интересно то, что выявлены взаимосвязи как с удовлетворенностью определенной зоной тела (голова, туловище, нижняя часть тела), так и с относящимися к ней частями. Например, связь обиды и удовлетворенности головой, а также входящими в эту «зону тела» лицом и челюстью; связь обиды и удовлетворенности туловищем, а также с относящимися к этой зоне грудной клеткой, животом, руками; корреляция обиды и удовлетворенности нижней частью тела (в том числе ягодицами, тазом, бедрами, коленями, ступнями); связь чувства вины и удовлетворенности туловищем, грудью и руками; корреляция чувства вины и удовлетворенности нижней частью тела (включая бедра и ноги). Т. е. можно предположить, что девушки по-разному относятся к отдельным частям своего тела.

Больше всего связей между удовлетворенностью частями тела и шкалами агрессии обнаружено по отношению к показателю «Кожа», что обратно коррелирует с обидой, косвенной агрессией, раздражением; удовлетворенность грудью обратно связана с косвенной агрессией, раздражением и чувством вины; удовлетворенность ступнями таким же образом коррелирует с обидой, косвенной агрессией и враждебностью.

В соответствии с целью исследования нами бы проведен корреляционный анализ компонентов чувства вины по «Опроснику вины» У.Х. Джонса, К.Э. Куглера, адаптированному И.М. Белик, а также показателей удовлетворенности телом и отдельными его частями, выявленными при помощи методики О.А. Скугаревского. В таблице 2 указаны только значимые корреляции.

Таблица 2 – Корреляционный анализ компонентов чувства вины и показателей удовлетворенности телом и отдельными его частями

«Опросник вины» в адаптации И.М. Белик		
Методика О.А. Скугаревского	Вина-состояние	Вина-черта
Лицо	–	$r = -0,2968, p = 0,00271$
Зубы	–	$r = -0,24813, p = 0,0128$
Нос	$r = -0,22303, p = 0,02572$	$r = -0,28715, p = 0,00377$
Верхняя часть тела	–	$r = -0,26749, p = 0,00713$
Туловище	–	$r = -0,28838, p = 0,00362$
Грудь	–	$r = -0,21534, p = 0,03142$
Спина	–	$r = -0,31736, p = 0,00129$
Живот	–	$r = -0,31604, p = 0,00136$
Таз	–	$r = -0,23246, p = 0,01994$
Ягодицы	$r = -0,22251, p = 0,02608$	$r = -0,3001, p = 0,00242$
Бедро	$r = -0,20443, p = 0,04133$	$r = -0,33485, p = 0,00066$
Колени	–	$r = -0,26004, p = 0,00898$
Ноги	–	$r = -0,20463, p = 0,04112$
Ступни	–	$r = -0,23476, p = 0,01872$
Нижняя часть тела	$r = -0,22903, p = 0,0219$	$r = -0,31604, p = 0,00136$
Кожа	–	$r = -0,28612, p = 0,0039$
Общая удовлетворенность телом	$r = -0,25127, p = 0,01168$	$r = -0,36442, p = 0,00019$

Были выявлены обратные корреляции между удовлетворенностью телом и виной. Т. е. при повышении (или понижении) общей удовлетворенности телом и отдельными его частями, будет снижаться (или повышаться) чувство вины за действия или бездействия, совершенные недавно (вина-состояние) или когда-то в течение жизни (вина-черта). Показатель «Вина-состояние» обратно связан с удовлетворенностью носом, ягодицами, бедрами, нижней частью тела; «Вина-черта» - с удовлетворенностью большей частью тела. Интересно, что вина как установившаяся черта обратно связана с удовлетворенностью практически всеми частями тела, тогда как вина за совершенные поступки в недавнем времени обратно связана только с удовлетворенностью носом, ягодицами, бедрами, нижней частью тела.

Далее в интересах нашего исследования был применен метод линейной регрессии для оценки влияния шкал агрессии и вины на удовлетворенность телом и отдельными его частями. Регрессия значима, если $sig. < 0,05$. Учитывались только значимые результаты. Было выявлено влияние:

– шкалы «Обида» на удовлетворенность челюстью ($\beta = -,287, t = -2,963, sig = 004$), животом ($\beta = -,277, t = -2,856, sig = 005$), туловищем ($\beta = -,262, t = -2,737, sig = 007$), ягодицами ($\beta = -,312, t = -3,255, sig = 002$), бедрами ($\beta = -,268, t = -2,834, sig = 006$), коленями ($\beta = -,322, t = -3,368, sig = 001$), ступнями ($\beta = -,357, t = -3,549, sig = 001$);

– шкалы «Чувство вины» на удовлетворенность грудью ($\beta = -,268$, $t = -2,828$, $sig = 006$) и ногами ($\beta = -,276$, $t = -2,844$, $sig = 005$);

– шкалы «Косвенная агрессия» на удовлетворенность кожей ($\beta = -,322$, $t = -3,361$, $sig = 001$);

– шкалы «Вина-черта» на удовлетворенность носом ($\beta = -,302$, $t = -3,139$, $sig = 002$), спиной ($\beta = -,34$, $t = -3,395$, $sig = 001$), туловищем ($\beta = -,288$, $t = -2,975$, $sig = 004$), бедрами ($\beta = -,330$, $t = -3,465$, $sig = 001$), нижней частью тела ($\beta = -,288$, $t = -2,975$, $sig = 004$).

Таким образом, статистически подтверждено, что некоторые шкалы агрессии и вины не только связаны с удовлетворенностью отдельными частями тела у девушек, но и оказывают влияние на их оценку личностью (корреляция и регрессия обратная). Так, возможное увеличение уровня обиды повлияет на уменьшение уровня удовлетворенности челюстью, животом, туловищем, ягодицами, бедрами, коленями, ступнями; рост чувства вины – на снижение удовлетворенности грудью и ногами; косвенной агрессии – кожей, а увеличение вины как черты уменьшит удовлетворенность носом, спиной, туловищем, бедрами и нижней частью тела. Возможен также и обратный эффект, т. е. снижение выраженности агрессии и вины у индивида повысит уровень его удовлетворенности отдельными частями тела.

Анализ полученных данных позволяет говорить о некоторых особенностях взаимосвязи удовлетворенности телом с агрессией и чувством вины у девушек:

1. У всех представительниц слабого пола, принявших участие в исследовании, наблюдается достаточно высокий общий уровень удовлетворенности своим телом и его отдельными частями. Более всего девушек устраивают их глаза, уши, челюсть, шея, грудная клетка, кисти и рост; остальные части тела респондентами оценены на среднем уровне.

2. У преимущественного большинства участниц исследовательской группы отмечен умеренный уровень враждебности, а также пониженный и соответствующий норме общий уровень агрессивности, наблюдается повышенный уровень вербальной агрессии, пониженный уровень негативизма и обиды.

3. У большей части респонденток вина за действия, совершенные недавно (вина-состояние), проявляется на пониженном и среднем уровне, вина как уже устоявшаяся черта характеризуется повышенным и средним уровнем. У большей части девушек следование твердым морально-этическим установкам соответствует среднему уровню, повышенные значения обнаружены у меньшинства респонденток.

4. Общая удовлетворенность телом у участниц исследования значимо не связана с агрессией и моральными установками, однако коррелирует с чувством вины.

5. Только физическая агрессия, а именно использование силы в отношении другого человека, прямо коррелирует с удовлетворенностью ногами, когда как все остальные обнаруженные взаимосвязи между удовлетворенностью телом, агрессией и виной – обратные.

6. Обида, интерпретируемая как зависть и ненависть за реальные или вымышленные действия, обратно коррелирует с удовлетворенностью большей частью тела у девушек. Также она влияет на оценку ими своей челюсти, живота, туловища, ягодицам, бедер, коленей и ступней.

7. Обида и чувство вины (убеждение человека в том, что он плохой или поступает зло) коррелирует одновременно с зоной тела и с некоторыми относящимся к ней частями. Таким образом, изменение обиды и чувства вины будет зависеть от удовлетворенности как этой зоной тела, так и ее частями.

8. Чувство вины и косвенная агрессия (не напрямую направленная на другое лицо или не имеющая объекта) не только обратно коррелируют с удовлетворенностью отдельными частями тела, но влияют на нее, а именно: возможное увеличение чувства вины снижает удовлетворенность респондентов грудью и ногами как частями своего тела, а увеличение косвенной агрессии влечет снижение уровня удовлетворенности кожей (и наоборот).

9. Если вина-черта обратно коррелирует с удовлетворенностью практически всеми частями тела, то вина как состояние демонстрирует такую же взаимосвязь с удовлетворенностью носом, нижней частью тела, ягодицами, бедрами.

10. Вина как длительное эмоциональное состояние за действия, совершенные в прошлом, не только обратно коррелирует с удовлетворенностью носом, спиной, туловищем, бедрами, нижней частью тела, но и влияет на их оценку индивидом: возможное снижение уровня вины как черты повлечет увеличение уровня удовлетворенности носом, спиной, туловищем, бедрами, нижней частью тела (и наоборот).

Важно отметить, что полученные результаты лишь в общем виде позволяют получить представление о взаимосвязи удовлетворенности человека собственным телом с проявляемой им агрессией и испытываемым чувством вины. Существенным ограничением является также недостаток методики, измеряющей удовлетворенность телом в виде отдельных частей тела, где респон-

денты исследуются не целостно, через отдельные переменные. Можно отметить, что стилистически речевые обороты «удовлетворенность носом» или «неудовлетворенность туловищем» могут восприниматься как разговорные. Однако в настоящий момент в психологических исследованиях восприятия личностью тела, образа физического Я, телесности только «нарабатывается» терминологический инструментарий, поэтому все же следует воспринимать их как научные.

Результаты исследования согласуются с уже имеющимися в этой области данными. Так, связь агрессии и удовлетворенности телом или его образом освещена в исследованиях, рассмотренных нами в теоретическом обзоре, однако наши коллеги фокусировались на изучении других групп респондентов, а именно людей, страдающих определенным заболеванием [28] или имеющих предрасположенность к нарушению пищевого поведения [29]; определении влияния спорта на удовлетворенность телом и ее взаимосвязи с проявлением агрессией [30].

Полученные данные представляют теоретическую ценность для психологии, так как доказана значимость феномена удовлетворенности телом для определения специфики личностных особенностей девушек, уровня проявляемой ими агрессии и испытываемого чувства вины. Практической значимостью работы является то, что результаты исследования могут быть использованы в ходе коррекционной и психотерапевтической работы, когда стоит задача повышения уровня удовлетворенности телом для индивида.

Ссылки:

1. Зиновьева Е.В., Кейсевич Т.В., Никонова А.Н. Связь родительских посланий о теле с концепцией телесного Я девушек подросткового возраста // Актуальные проблемы психологического знания. 2015. № 1 (34). С. 131–141.
2. 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; Морозова И.С., Белогай К.Н. Содержательные характеристики образа тела во взаимосвязи с параметрами самоотношения девочек-подростков // Общество: социология, психология, педагогика. 2018. № 7. С. 40–45. <https://doi.org/10.24158/spp.2018.7.6>.
3. Пилишвили Т.С., Едименченко В.С. Особенности удовлетворенности своим телом у молодых женщин // Мир науки, культуры, образования. 2018. № 6 (73). С. 395–397; Dietel F.A., Zache C., Bürkner P., Schulte J., Möbius M., Bischof A., Wilhelm S., Buhlmann U. Internet-based Interpretation Bias Modification for Body Dissatisfaction: A Three-armed Randomized Controlled Trial // International Journal of Eating Disorders 2020. Vol. 53, iss. 6. P. 972–986. <https://doi.org/10.1002/eat.23280>.
4. Bachner-Melman R., Zontag-Oren E., Zohar A.H., Sher H. Lives on the Line: The Online Lives of Girls and Women With and Without a Lifetime Eating Disorder Diagnosis // Frontiers in Psychology. 2018. Vol. 9. P. 2128. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02128>; Kantanista A., Król-Zielińska M., Borowiec J., Osiński W. Is Underweight Associated with more Positive Body Image? Results of a Cross-Sectional Study in Adolescent Girls and Boys // The Spanish Journal of Psychology. 2017. Vol. 20, iss. 8. P. 1–6. <https://doi.org/10.1017/sjp.2017.4>.
5. Лабунская В.А., Дроздова И.И. Теоретико-эмпирический анализ влияния социально-психологических факторов на оценки, самооценки молодыми людьми внешнего облика // Российский психологический журнал. 2017. Т. 14, № 2. С. 202–226. <https://doi.org/10.21702/rpj.2017.2.12>; Chen S., Jackson T., Dong D., Zhuang Q., Chen H. Effects of Palatable Food Versus Thin Figure Conflicts on Responses of Young Dieting Women // Frontiers in Psychology. 2019. Vol. 10. P. 1025. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01025>; Fernández-Bustos J.G., Infantes-Paniagua Á., Cuevas R., Contreras O.R. Effect of Physical Activity on Self-Concept: Theoretical Model on the Mediation of Body Image and Physical Self-Concept in Adolescents // Frontiers Psychology. 2019. Vol. 10. P. 1537. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01537>.
6. Батуева С.В. Проявление форм агрессивного поведения младших подростков, связанных с половой самоидентификацией // Вестник Совета молодых ученых и специалистов Челябинской области. 2017. Т. 2, № 1 (16). С. 16–18.
7. Бисултанов М.С.-А., Ершова К.Д. Теория агрессии К. Лоренца // Вестник науки. 2019. Т. 2, № 5 (14). С. 164–169; Лоренц К. Агрессия: так называемое «зло». М., 1994. 269 с.
8. Буняева М.В., Ковш Е.М. Агрессия и деструкция в фокусе психоанализа // Северо-Кавказский психологический вестник. 2015. Т. 13, № 4. С. 55–57; Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия. М., 1992. 568 с.
9. Петренко Р.А., Гетманов И.П., Петренко Е.А. Социально-психологические аспекты агрессивности // Гуманитарные и социально-экономические науки. 2011. № 2. С. 49–53.
10. МакДауголл У. Различение эмоции и чувства // Психология эмоций. М., 1984. С. 103–107; Сериков А.Е. Человеческие состояния и формы поведения // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Философия. Филология. 2015. № 2 (18). С. 73–98.
11. Кохут Х. Восстановление самости. М., 2017. 316 с.; Шестакова Е.Г. Фрустрационные теории агрессии (к истории проблемы) // Сибирский психологический журнал. 2009. № 33. С. 36–41.
12. Щербаков Е.П., Макенов А.А. Проблема изучения феномена агрессивности в отечественных и зарубежных теориях // Наука о человеке: гуманитарные исследования. 2018. № 4 (34). С. 98–103. <https://doi.org/10.17238/issn1998-5320.2018.34.98>; Dollard J., Doob L., Miller N.E., Mowrer H.O., Sears R.R. Frustration and Aggression. New-Haven, 1939. 192 p. <https://doi.org/10.1037/10022-000>.
13. Кабанченко Е.А. К проблеме исследования агрессии // Достижения вузовской науки : сборник материалов XXX Международной научно-практической конференции. Новосибирск, 2017. С. 69–73.
14. Бандура А., Уолтерс. Р. Подростковая агрессия: изучение влияния воспитания и семейных отношений. М., 2000. 508 с.; Велев В. Агрессия как биологически, социально и позиционно детерминированное свойство человека // Развитие личности. 2011. № 1. С. 119–132.
15. Шагина И.Р., Смахина Т.А., Кубекова А.С. Гендерные особенности девиантного поведения у студентов медицинского вуза // Здоровье и образование в XXI веке. 2017. Т. 19, № 12. С. 132–136. <https://doi.org/10.26787/nydha-2226-7425-2017-19-12-132-136>.
16. Лаптев А.О. Состояние вины как результат подавления агрессии // Психология психических состояний : сборник материалов по итогам IX Международной зимней школы по психологии состояний. Казань, 2015. С. 92–94.
17. Столин В. В. Самосознание личности. М., 1983. 284 с.

18. Муздыбаев К. Переживание вины и стыда. СПб., 1995. 39 с.
19. Куликовская Е.А., Кацера А.А. Особенности переживания чувства вины в трудах отечественных ученых современности // Донецкие чтения 2017: Русский мир как цивилизационная основа научно-образовательного и культурного развития Донбасса : материалы Международной научной конференции студентов и молодых ученых. Донецк, 2017. С. 55–57.
20. Алтухова Л.В., Козлова Н.С. Возрастные особенности переживания чувства вины // Евразийский союз ученых. 2015. № 6-6 (15). С. 51–52.
21. Валитова И.Е., Галиновская А.А. Психологическая оценка предрасположенности девушек-подростков к нарушениям пищевого поведения // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2017. Т. 8, № 3. С. 362–374.
22. Руцкая К.С. Особенности самоотношения студентов, испытывающих чувство вины // Актуальные проблемы теории и практики психологических, психолого-педагогических и педагогических исследований. XV Левитовские чтения : сборник трудов Международной научно-практической конференции : в 3 т. Т. 3. М., 2020, С. 1194–1200.
23. Bucchianeri M.M., Eisenberg M.E., Wall M.M., Piran N., Neumark-Sztainer D. Multiple Types of Harassment: Associations With Emotional Well-Being and Unhealthy Behaviors in Adolescents // Journal of Adolescent Health. 2014. Vol. 54, iss. 6. P. 724–729. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.10.205>.
24. Farnam A., Marashi F., Sana'tnama M. The Relationship of Body Image with Emotion Regulation, Stress, and Aggression and their Comparison Between Males and Females With Multiple Sclerosis // Jundishapur Journal of Chronic Disease Care. 2017. Vol. 6, iss. 3. P. e13818. <https://doi.org/10.5812/jjcdc.13818>.
25. Ola M., Dweep Dr. Chand Singh Relationship of Gymming with Mental Health, Body Image Satisfaction, Aggression and Happiness // World Journal of Research and Review. 2016. Vol. 3, iss. 3. P. 43–46.
26. Andrade do Nascimento Junior J.R., Moreira C.R., Gonçalves M.P., Bezerra T.A., Neco de Souza Filho A., Fiorese L., Carvalho F.O. Is lifestyle a Determining Factor for Body Satisfaction in Higher Education? // Cuadernos de Psicología del Deporte. 2019. Vol. 19, iss. 2. P. 265–277. <https://doi.org/10.6018/cpd.329921>.
27. Mert A., Kahraman M. Body Satisfaction and Well-being Status as Predictors of Conscious Awareness // Bartın University Journal of Faculty of Education. 2019. Vol. 8, iss. 2. P. 645–665. <https://doi.org/10.14686/buefad.482699>.
28. Farnam A., Marashi F., Sana'tnama M. Op. cit.
29. Валитова И.Е., Галиновская А.А. Указ. соч.
30. Ola M., Dweep Dr. Op. cit.

Редактор: Ситникова Ольга Валериевна
Переводчик: Аракелян Нина Сергеевна