

Секция «Клиническая психология (патопсихология, психосоматика и психология телесности)»

## Восприятие образа собственного тела у лиц, с различным индексом массы тела

Научный руководитель – Кондакова Аграфена Аграфена Петровна

*Кылычбекова Каухар Кылычбековна*

*Студент (специалист)*

Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, Институт психологии, Кафедра Социальная и этническая психология, Якутск, Россия

*E-mail: kylychbekovakauhar@bk.ru*

В последние годы феномен образа собственного тела является одним из важных аспектов в современном обществе. Значимость внешней привлекательности возрастает, а вместе с ней и степень неудовлетворенности собственным телом, в особенности среди лиц с избыточной массой тела [1]. Проблема веса, не подходящей под нормы имеет серьезные последствия в виде влияние на представление, оценку и степень удовлетворенности собственным телом. Восприятие образа собственного тела влияет и на формирование самооценки и самоотношения к себе, в целом, что может приводить к нарушению пищевого поведения и ко многим другим последствиям клинического характера [2]. Особенно актуальной проблема восприятия собственного тела становится для молодого поколения, что отражается на их социальной адаптации, успешности в различных сферах жизни, включая образование, карьеру, отношение и самореализацию. Также мы понимаем, что здесь не обойтись без физической составляющей человека, когда дело касается массы тела, так как именно это способствует формированию физической неполноценности и негативного самоотношения [3].

Цель исследования: изучить особенности восприятия образа собственного тела у лиц, с различным индексом массы тела. Объект исследования: молодежь в возрасте от 18 до 24 лет. Предмет исследования: восприятие образа собственного тела, уровень самооценки и специфика самоотношения у лиц, с различным индексом массы тела (ИМТ). Методики исследования: опросник образа собственного тела (О.А Скугаревский, С.В. Сивуха), тест-опросник «Определение уровня самооценки» (С.В. Ковалев) и тест-опросник самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантिलеев).

Характеристика выборки: В исследовании приняли участие 40 студентов учебных заведений среднего и высшего профессиональных образований г. Якутска. Среди них 72% составили лица женского пола и 27% лиц мужского пола. Неравномерность гендерного состава выборки можно объяснить меньшей заинтересованностью данной темой студентов мужского пола. Процентное соотношение по массе тела составило: 50% с нормальным весом и 50% (25% с недостатком и 25% с избытком массы тела).

Результаты исследования. Обнаружено, что всего лишь 52,5% опрошенных лиц, удовлетворены собственным телом ( $U_{выч}=56 < U_{крит}=127$ ): это 9,5% лица с избытком ИМТ; 19% - с недостатком ИМТ и 71% - с нормальным ИМТ. Процент неудовлетворенных выше в выборке респондентов с избытком и недостатком ИМТ.

Если рассматривать уровень самооценки, то обнаружено, что у большинства опрошенных студентов (75%) уровень самооценки ниже среднего, лишь 12,5 % имеют средний уровень и высокий уровень самооценки. Среди опрошенных лиц, с избытком веса уровень самооценки ниже, чем во всех выделенных группах. Но также стоит отметить, что и среди лиц с нормальным ИМТ отмечается низкий уровень самооценки. В то время как у лиц, с дефицитом веса средние показатели по уровню самооценки.

Результаты опросника по самоотношению, показали, что у лиц, с нормальным ИМТ низкий уровень самоуважения и уверенности в себя, но тем не менее, высокий уровень интереса к своей личности; отсутствие готовности к оценке близких, низкий уровень презрения и обвинения себя в ошибках и обстоятельствах. Лица же с избытком ИМТ не относятся к себе с уважением, но обладают высоким уровнем самопринятия, в том числе и тела, часто относятся к себе критически, тяжело разбираются в своих желаниях. Лица с дефицитом ИМТ характеризуются частым ощущением чувства противоречия, обладают силой волей и умением выполнять действия с полным контролем и последовательностью.

Корреляционный анализ между уровнем и степенью удовлетворенности собственным телом и самооценкой показал следующее. Избыток и недостаток массы тела имеет отрицательную связь со степенью удовлетворенности ( $r=-0,50$ ), то есть можно сказать, что в данном случае масса тела влияет на степень удовлетворенности собственным телом. Не обнаружена корреляционная связь между нормальным и недостатком ИМТ с самооценкой личности. Избыточная масса тела положительно коррелирует с уровнем самооценки, свидетельствующий о том, что чем выше вес, тем ниже уровень самооценки ( $r=0,50$ ). В целом, степень удовлетворенности собственным телом положительно коррелирует с самооценкой личности ( $r=0,30$ ), то есть удовлетворенность влияет на уровень самооценки личности.

Таким образом, особенности восприятия образа собственного тела будут зависеть от индекса массы тела. Лица, с дефицитом и избытком ИМТ имеют более низкий уровень удовлетворенности собственным телом. Среди лиц, с нормальным ИМТ процент удовлетворенных восприятием собственного тела больше. Обнаружено, что уровень самооценки не всегда может зависеть от индекса массы тела, возможно влияют и другие факторы, но также это может проявляться и как защитный механизм личности. Результаты исследования восприятия образа собственного тела у молодежи подчеркивают важность построения позитивного и заботливого отношения к своему телу, а также необходимость создания условий для формирования здоровой самооценки и самопринятия среди молодого поколения. Внедрение программ психологического самопознания, психологической поддержки направленных на формирование адекватного отношения к себе, прежде всего, через восприятия собственного тела, может способствовать улучшению психического благополучия и самопонимания среди молодежи.

### Источники и литература

- 1) Креславский Е.С. Избыточная масса тела и образа физического «Я». / 2IV1984
- 2) Михайлова, А. П. Пищевое поведение в норме, в условиях стресса и при патологии: библиографический обзор / А. П. Михайлова, А. В. Штрахова // Вестник Южно-Уральского государственного университета: серия Психология. – 2018. – Т. 11. – № 3. – С. 80-95.
- 3) Фонталова Н. С. Социально-психологические особенности людей с различной степенью избыточной массы тела / Н. С. Фонталова, А. О. Шишкина, Р. Н. Фонталов // Baikal Research Journal. - 2017. - Т. 8, Ne 1. – С. 9