

**ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ,
ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ**

УДК 159.9.072

**Психологические факторы удовлетворённости своим внешним обликом
женщин молодого и среднего возраста**

**Киреева Татьяна Ивановна, кандидат медицинских наук, доцент
Самарский государственный медицинский университет**

Аннотация. В статье представлены результаты изучения психологических факторов удовлетворенности своей внешностью женщин разных возрастных групп. В ходе исследования были определены как положительно влияющие, так и негативно влияющие психологические факторы (самооценка, самоотношение, личностные характеристики), а также выявлены различия между женщинами молодого и среднего возраста в аспекте оценки своей внешности и удовлетворенности ею. Полученные результаты могут быть использованы в консультировании женщин, прибегающих к услугам косметологической хирургии.

Ключевые слова: женщины, внешний облик, удовлетворенность, самооценка, самоотношение, самоинтерес.

**Psychological factors of satisfaction with the appearance
of young and middle-aged women**

**Kireeva Tatyana Ivanovna, candidate of medical sciences, associate professor
Samara State Medical University**

Abstract. The article presents the results of studying the psychological factors of satisfaction with their appearance of women of different age groups. In the course of the study, both positively influencing and negatively influencing psychological factors (self-esteem, self-attitude, personal characteristics) were identified, as well as differences between young and middle-aged women in terms of assessing their appearance and satisfaction with it. The results obtained can be used in counseling women resorting to cosmetic surgery.

Keywords: women, appearance, satisfaction, self-esteem, self-attitude, self-interest.

ВВЕДЕНИЕ. Проблема внешней привлекательности достаточно актуальна в настоящее время. Образ физического Я как одна из составляющих Я-концепции играет важную роль во взаимодействии человека с другими людьми. Это связано с тем, что визуальная культура и визуальные способы представления информации лидируют по сравнению с другими способами. Внешность человека в современных условиях является не столько физической данностью, сколько новым культурным образованием, которое должно подстраиваться под динамичные эталоны красоты [1].

Каждый год десятки тысяч людей подвергаются плановым косметическим операциям по изменению своей внешности. Наиболее распространенными косметическими процедурами являются липосакция, увеличение груди, ринопластика и подтяжка лица. Эти процедуры предпринимаются для повышения самооценки и удовлетворенности людей своей внешностью [2].

Многочисленные исследования показали, что как неудовлетворенность своим телом, так и нарушение образа тела связаны с рядом проблем, таких как ухудшение социального функционирования, повышенная тревожность в социальных ситуациях, избегание ситуаций, вызывающих тревогу, ухудшение сексуальной активности, большая вероятность набора лишнего веса, хроническое употребление препаратов, улучшающих внешний вид и работоспособность, а также использование косметической хирургии [3].

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ. Исследование проводилось на базе отделения косметологии многопрофильной клиники. В качестве респондентов в иссле-

довании приняли участие 60 женщин, не имеющих выраженных дефектов внешности, обратившихся в клинику для проведения косметологических манипуляций. Группа респондентов была разделена на две подгруппы в соответствии с возрастом: 30 человек в возрасте от 18 до 25 лет — группа женщин молодого возраста, 30 человек в возрасте 40–50 лет — группа женщин среднего возраста.

В исследовании были использованы следующие методики: методика исследования самоотношения к образу физического Я (МИСОФ) А.Г. Черкашиной; методика исследования самоотношения (МИС) В.В. Столина, С.Р. Пантелеева; опросник образа собственного тела О.А. Скутаревского, С.В. Сивухи; исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн (в модификации А.М. Приходян). Математическая обработка данных осуществлялась с помощью U-критерия Манна-Уитни, коэффициента углового преобразования Фишера, коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Изучение самоотношения к образу физического Я у женщин молодого возраста показало, что обследуемые в подавляющем большинстве полностью довольны своим лицом и фигурой. Только 16,5% обследованных имеют среднюю удовлетворенность. В группе женщин среднего возраста высокий уровень выявлен у 56%, средний уровень — у 44%. Различия между двумя группами являются значимыми: молодые обследуемые в гораздо большей степени удовлетворены своей внешностью, чем женщины среднего возраста ($\phi=2,3$, при $p<0,05$). Личностная значимость анатомических характеристик в обеих группах попадает в интервал средних значений, то есть для молодых женщин и женщин среднего возраста важность их внешности имеет умеренное значение.

Исследование образа собственного тела показало, что в обеих группах все женщины молодого и среднего возраста имеют положительный образ своей внешности (3,97 и 3,27 балла соответственно), но между группами есть статистически значимые различия: женщины среднего возраста более удовлетворены своим телом ($U=225,5$, при $p<0,001$).

Исследование самоотношения показало, что у женщин молодого возраста высокие значения отмечаются по шкалам самоуважения (9,8 балла), аутосимпатии (8,8 балла) и ожидаемого отношения (8,9 балла), как и у женщин среднего возраста (10,3; 9,6; 9,4 балла). Это означает, что большинство обследуемых женщин относятся к себе с уважением и симпатией и ожидают положительного отношения к себе от других людей.

Показатель глобального самоотношения у женщин среднего возраста значительно выше, чем у женщин молодого возраста ($U=303,0$, при $p<0,029$). Это различие основывается на показателях самоуверенности ($U=313,5$, при $p<0,038$) и ожидания положительного отношения со стороны других ($U=292,5$, при $p<0,016$), которые более благоприятны у женщин среднего возраста. У молодых женщин значительно выше самоинтерес ($U=304,5$, при $p<0,026$).

У всех обследованных женщин показатели самооценки (ум, характер, авторитет, внешность) выше средней величины. У молодых женщин самые высокие показатели самооценки отмечаются по шкале ума, а самые низкие — по шкалам авторитета и уверенности в себе. У женщин среднего возраста наблюдается аналогичная картина. Уровень притязаний у женщин молодого возраста выше их самооценки,

что свидетельствует о предполагаемом положительном развитии по всем параметрам. У женщин среднего возраста уровень притязаний ниже, чем самооценка, по шкалам внешности и уверенности в себе, что означает, что со временем женщины ожидают снижения своих характеристик.

Значимые различия между группами проявляются в показателях уровня притязаний по шкалам характера, авторитета, внешности и уверенности в себе. У молодых обследуемых выше показатели характера ($U=264,5$, при $p<0,009$), внешности ($U=237,0$, при $p<0,003$) и уверенности в себе ($U=114,5$, при $p<0,0001$). У обследуемых среднего возраста – показатели авторитета ($U=308,5$, при $p<0,05$). Таким образом, женщины среднего возраста более реалистично оценивают свои перспективы в плане характера, внешности и уверенности в себе, но предполагают, что их авторитет вырастет со временем. Женщины молодого возраста в большей степени рассчитывают на развитие внешности и уверенности в себе.

Для выявления факторов формирования удовлетворенности внешностью результаты проведенных методик были прокоррелированы. Факторами, влияющими на удовлетворенность молодых женщин внешностью, являются самообвинение ($r_s=-0,410$, при $p<0,05$), самооценка внешности ($r_s=-0,577$, при $p<0,01$), самоинтерес ($r_s=0,415$, при $p<0,05$), авторитет ($r_s=0,394$, при $p<0,05$), саморуководство ($r_s=0,483$, при $p<0,01$), ожидаемое отношение ($r_s=0,397$, при $p<0,05$).

Факторами, влияющими на удовлетворенность женщин среднего возраста внешностью, являются аутосимпатия ($r_s=0,435$, при $p<0,05$), самоинтерес ($r_s=0,409$, при $p<0,05$), самопринятие ($r_s=0,499$, при $p<0,01$), самооценка ума ($r_s=-0,376$, при $p<0,05$), самооценка характера ($r_s=-0,442$, при $p<0,05$).

ВЫВОДЫ.

1. Большинству обследуемых молодого и среднего возраста свойственно принятие своего внешнего облика, функциональных и социальных характеристик, но молодые обследуемые в гораздо большей степени удовлетворены своей внешностью, чем женщины среднего возраста.

2. Факторами, положительно влияющими на удовлетворенность молодых женщин внешностью, являются высокий уровень самоинтереса, положительная самооценка авторитета и внешности, способность к саморуководству, а также позитивные ожидания отношения от окружающих. Негативно влияет на удовлетворенность склонность к самообвинению.

3. Факторами, положительно влияющими на удовлетворенность женщин среднего возраста внешностью, являются аутосимпатия, самоинтерес и самопринятие. Чем выше самооценка ума и характера, тем меньше у женщин значимость внешности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Психика находится в телесной оболочке, с помощью которой происходит построение отношений с другими людьми, а также процесс взаимодействия и взаимовлияния. Образ тела динамичен и формируется под влиянием физиологических, психологических и социокультурных факторов. Неудовлетворенность телом — это наличие негативных мыслей относительно собственной внешности, которые включают в себя оценки как всего физического образа, так и недовольство отдельными его частями. Страх, печаль и досада, испытываемые человеком

при неудовлетворенности внешностью, приводят к нарушению целостности Я, порождая не только внутриличностные конфликты, но и деструктивные отношения с социальной средой. В большинстве случаев коррекция внешности не приводит к получению удовлетворения от внешнего вида, либо результат оказывается кратковременным. Психологическая работа должна проводиться на уровне Я-концепции.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ.

1. Хавыло А. В., Ситцева М. С., Еремина И. И. Удовлетворенность образом тела как компонент субъективного благополучия человека // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. 2021. Т. 38. С. 100–113.
2. Sarwer D. B. [et al.]. The psychology of cosmetic surgery: A review and reconceptualization // *Clinical psychology review*. 2018. V. 18, № 1. P. 1–22.
3. Roncero M. [et al.]. Confirmatory factor analysis and psychometric properties of the Spanish version of the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales // *Body Image*. 2015. V. 14. P. 47–53.

REFERENCES

1. Khavylo A. V., Sittseva M. S., Eremina I. I. (2021), “Satisfaction with body image as a component of subjective human well-being”, *Proceedings of Irkutsk State University. Series: Psychology*, Vol. 38, pp. 100–113.
2. Sarwer D. B. [et al.] (2018), “The psychology of cosmetic surgery: A review and reconceptualization”, *Clinical psychology review*, V. 18, № 1, pp. 1–22.
3. Roncero M. [et al.] (2015), “Confirmatory factor analysis and psychometric properties of the Spanish version of the Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire-Appearance Scales”, *Body Image*, V. 14, pp. 47–53.

Информация об авторах:

Киреева Т.И., доцент кафедры общей и клинической психологии, t.i.kireeva@samsmu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-7909-3611>.

Поступила в редакцию 14.05.2024.

Принята к публикации 13.06.2024.