

6. Romashko, Yu.S. and Gorskaya, G.B. (2022), "Gender specificity of metacognitive skills of teachers in physical culture and sports and coaches", Education, professional development and preservation of teacher health in the 21st century: a collection of scientific papers of the VIII International Forum on Teacher Education, Kazan, pp. 320–330.

7. Tolochev, V.A. (2022), "Conditions of the social environment, resources and social success of subjects: open questions", *Psychological journal*, Vol. 43 No. 4, pp. 36–47.

8. Azevedo, R. (2020), "Reflections on the field of metacognition: issues, challenges, and opportunities", *Metacognition and Learning*, Vol. 15, pp. 91–98.

9. Bandura, A. (1982), "Self-efficacy mechanism in human agency", *American Psychologist*, Vol. 37, pp. 122–147.

Контактная информация: u.s.romashko@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 23.02.2023

УДК 159.99

ВЗАИМОСВЯЗЬ ХАРАКТЕРИСТИК САМООТНОШЕНИЯ С ТИПАМИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ

Татьяна Николаевна Черняева, кандидат педагогических наук, доцент Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского, Саратов

Аннотация

Актуальность исследования продиктована необходимостью изучения базовых характеристик самооотношения как важнейшего компонента самооценки личности. Специфика, структура и содержание феномена самооотношения напрямую связаны с конкретным возрастным этапом формирования личности, ее кризисными периодами. Подростковый возраст является самым нестабильным, противоречивым в аспекте формирования «Я – концепции». Неадекватность осознания себя в постоянно меняющемся мире, в том числе и за счет искажения СМИ, СМК эталонов восприятия тела приводит к деформации пищевого поведения подростков. Высока вероятность взаимосвязи у них отдельных характеристик самооотношения и формируемыми типами пищевого поведения. Представлены и интерпретированы результаты эмпирического исследования, доказывающие корреляцию самооотношения у подростков с выбором ими паттернов пищевой аддикции. Доказывается взаимосвязь характеристик негативного, позитивного и амбивалентного самооотношения у подростков с эмоциональным и ограниченным типом пищевого поведения. Конкретизируются направления психолого-педагогической профилактики и коррекции пищевых зависимостей в данном возрасте.

Выборка – 80 обучающихся общеобразовательных школ г. Саратова в возрасте 14 лет. Диагностический материал – методика определения компонентов самооотношения личности (МИС) в динамичных характеристиках 9 шкал и голландский опросник определения типа пищевого поведения DEBQ. Статистические процедуры: корреляционный анализ по критерию Спирмена (Statistica 8.0).

Ключевые слова: «Я – концепция», самооотношение, самооценка, пищевое поведение, аддикция.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p611-614

RELATIONSHIP OF THE CHARACTERISTICS OF SELF-ATTITUDE WITH THE TYPES OF EATING BEHAVIOR OF ADOLESCENTS

Tatiana Nikolaevna Chernyaeva, the candidate of pedagogical sciences, docent, Saratov State University

Abstract

The relevance of the study is dictated by the need to study the basic characteristics of self-attitude as the most important component of self-esteem. The specifics of the structure and content of the phenomenon of self-attitude are directly related to the specific age stage of personality formation, its crisis periods. Adolescence is the most unstable, contradictory in the aspect of the formation of the "I – concept". The inadequacy of self-awareness in an ever-changing world, including due to the distortion of the media, QMS

standards of body perception leads to deformation of eating behavior of adolescents. There is a high probability of the relationship between their individual characteristics of self-attitude and the formed eating behavior. The results of an empirical study proving the correlation of adolescents' self-attitude with their choice of patterns of food addiction are presented and interpreted. The conclusion is made about the relationship between the characteristics of negative, positive and ambivalent self-attitude in adolescents with emotional and restricted type of eating behavior. The directions of psychological and pedagogical prevention and correction of food addictions at this age are specified. Sample – 80 students of secondary schools in Saratov at the age of 14. Diagnostic material – a method for determining the components of a person's self-attitude (MIS) in the dynamic characteristics of 9 scales [1] and a Dutch questionnaire for determining the type of eating behavior DEBQ. Statistical procedures: correlation analysis according to Spearman's criterion (Statistica 8.0).

Keywords: "I am a concept", self-attitude, self-esteem, eating behavior, addiction.

Феномен самоотношения относится к числу экзистенциальных в современной психологии и отражает динамику в иерархической системе мотивов личности, изменение характера самооценки по мере формирования социального, личностного опыта [1] и реверсивную трансформацию моделей восприятия собственного «Я» (позитивная, негативная, амбивалентная) [2], отраженных в поведении и деятельности субъекта. Взаимосвязь самоотношения и поведения прослеживается в исходном звучании термина «самоотношение», трактуемого как установочное поведение, реализуемое личностью через познание, эмоциональное состояние, совершаемые действия [3].

Особо рискованным в плане выстраивания адекватного поведения и самоотношения является подростковый возраст, характеризуемый целым спектром психосоциальных противоречий: кризисом зависимости/независимости; социальной и нравственной дезориентацией и даже разочарованием в социально одобряемых ценностях, эталонах поведения и поиска, в связи с этим, собственных, причем нередко за гранью существующих норм.

Своеобразным видом девиантной активности [4] в ситуации нестабильности самоотношения могут считаться различные виды пищевой аддикции – анорексия, булимия, орторексия. Что касается подростков, то выбор каждого из его видов различен в аспекте субъекта целеполагания. Анорексия и булимия у них связана в большинстве своем с личными переживаниями по поводу несовершенства своего тела и внешности, желанием, что отражается в социальной самоизоляции, стремлении уйти от негативной, по его мнению, реальности, посредством закрепления фальш-эмоциональной оценки собственного «Я». Орторексия в подавляющем большинстве своем является результатом доминанты средового фактора, а именно семьи, где родители навязывают маниакальный вариант соблюдения ЗОЖ, в том числе через жесткую категоричность в питании. Таким образом, фокус данного исследования сосредоточен на выявлении и описании значимых взаимосвязей характеристик самоотношения и типов пищевого поведения у подростков.

При исследовании выраженности основных составляющих самоотношения по методике МИС [5] были установлены ранговые позиции от максимальных (10–8 стен) до минимально средних значений (1–3 стен) основных шкал: «самообвинение» (8,18) – «внутренняя конфликтность» (2,42). Наглядно полученные средние значения представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Средние значения по методике МИС Р.С. Пантелеева, стены

№	Характеристика самоотношения	Среднее значение (Σ стен)
1	Закрытость	4,03
2	Самоуверенность	6,80
3	Саморуководство	3,62
4	Отраженное самоотношение	6,30
5	Самоценность	4,82
6	Самопринятие	5,42
7	Самопривязанность	5,13
8	Внутренняя конфликтность	2,42
9	Самообвинение	8,18

Цифровые показатели подтверждают нестабильность параметральных характеристик самоотношения у респондентов подросткового возраста. Бальное измерение основных критериев (близость, симпатия, уважение) и перевод их в стандартные значения фиксирует не только наличие, но и степень выраженности основных видов самоотношения – негативного («самообвинение», «внутренняя конфликтность»), позитивного («самоуверенность», «саморуководство», «самоценность», «самопринятие») и амбивалентного («отраженное самоотношение», «закрытость»).

Исходя из полученных средних значений, можно сделать вывод о наибольшей выраженности у большинства респондентов амбивалентного, в ином звучании конфликтного, двойственного самоотношения. Заниженный уровень самоотношения, наиболее ярко выраженных в характеристике «самообвинение» (Σ 8,18 стев) доказывает эмоциональную нестабильность подростков, ограниченность их межличностного общения, закрепление негативной оценки, как в отношении себя, так и окружающих, особенно сверстников. Все это может быть интерпретировано как дисбаланс в осознании «Я – реальное» и «Я – идеальное», выраженный в увеличении риска отклонений в самооценке и ориентации на выбор аддитивных моделей поведения, в том числе и пищевого.

Проверка данного гипотетического предположения была осуществлена посредством с опросника DEBQ, распределяющего выборку в трех шкалах – экстернальное, эмоциональное и ограничительное пищевое поведение. Полученные расчеты представлены в таблице 2. По первой шкале были получены завышенные средние баллы – 3,8 (при норме $\pm 2,7$), что подтверждает наличие у подростков проблем в этой области. Разрыв по отношению к средним значениям по шкале «эмоциональное» и «ограниченное» в $2,9/\pm 1,8^{\text{норм.}}$ и $2,7/\pm 2,4^{\text{норм.}}$ служит свидетельством стремления детей в этом возрасте трансформировать самооценку за счет изменения паттерна пищевого поведения.

Таблица 2 – Корреляционный анализ показателей отношения и видов пищевого поведения (** – уровень значимости $p \leq 0,01$), $n=80$

Характеристика/показатель самоотношения	Шкала ограничительного пищевого поведения	Шкала эмоционального пищевого поведения	Шкала экстернального пищевого поведения
Закрытость	0,249	0,326	0,619**
Самоуверенность	0,413*	-0,214	0,033
Саморуководство	0,213	0,345	0,214
Отраженное самоотношение	0,111	0,125	0,315
Самоценность	0,115	0,145	0,314
Самопринятие	0,228	0,115	0,215
Самопривязанность	0,113	0,242	0,317
Внутренняя конфликтность	0,116	0,462**	0,214
Самообвинение	0,234	0,478**	0,114

Из таблицы видно, что получены четыре значимые положительные взаимосвязи между показателем «закрытости» и экстернальным пищевым поведением (0,619**), «самоуверенность» и ограничительной шкалой (0,413*), «внутренняя конфликтность», «самообвинение» и эмоциональной моделью пищевого поведения. Это доказывает, что у подростков доминирует амбивалентное самоотношение, двойственность которого выражается во внешней инспирации через нестабильность восприятия собственного тела и стремлении исказить рациональные стереотипы питания. Чем выше уверенность у подростка в себе, осознание собственного соответствия эталонам внешних данных, принятых в референтных группах, тем больше вероятность поддержки желаемого веса посредством осознанного самоограничения в питании.

Наличие внутренних личностных противоречий, неадекватность рефлексии жизненных ситуаций, наличие проблем в межличностном общении, особенно в среде сверстников, отражаются в доминанте негативного самоотношения подростков в виде «внутренней конфликтности» и «самообвинения». Все это в совокупности выступает как стимул, основание для выбора подростками нестабильных – эмоциональных паттернов пищевого

поведения – компульсивному перееданию и нервной анорексии.

Данный вид аддикций позволяет за достаточно короткий промежуток времени иллюзорно выровнять эмоциональный фон, снять или снизить состояние тревоги, неудовлетворенности собой, закрепить иллюзию успеха, успешности, особо значимые в подростковом возрасте. Именно эмоциональный тип является самым неустойчивым, провоцируя и закрепляя стремление личности к поиску компенсаторных вариантов повышения оценки и самооценки за счет обращения к аддиктивным паттернам пищевого поведения.

ВЫВОД

В результате исследования установлены корреляционные связи между самоотношением и типом пищевого поведения подростков. Это может служить основанием для определения векторных направлений работы педагога – психолога общеобразовательного учреждения по превентивной профилактике и коррекции нарушений пищевого поведения у подростков: развитие позитивного самоотношения через укрепление самоуверенности в различных областях жизнедеятельности, повышение низких и средних показателей «отраженного самоотношения» и минимизация высоких характеристик шкалы «внутренняя конфликтность».

ЛИТЕРАТУРА

1. Черняева Т.Н. Риски социализации детей и подростков в условиях вынужденной самоизоляции (в период пандемии коронавируса) / Т.Н. Черняева, Ю.В. Лукашин // Общество: социология, психология, педагогика. – 2021. – № 9. – С. 111–118.
2. Кочеткова Т.Н. Смыслоразнозначные ориентации лиц с разным самоотношением / Т.Н. Кочеткова // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2010. – № 2 (92). – С. 118–123.
3. Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой / Н.И. Сарджвеладзе. – Тбилиси : Мецниереба, 1989. – 204 с.
4. Шаров А.А. Особенности киберагрессии как современного феномена девиантной активности молодежи / А.А. Шаров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 6 (184). – С. 486–490.
5. Пантелеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С.Р. Пантелеев. – Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1991. – 100 с.

REFERENCES

1. Chernyaeva, T.N. and Lukashin, Yu. V. (2021), “Risks of socialization of children and adolescents in conditions of forced self-isolation (during the coronavirus pandemic)”, *Society: sociology, psychology, pedagogy*, No. 9, pp. 111–118.
2. Kochetkova, T.N. (2010), “Life orientations of persons with different self-attitudes”, *Bulletin of Tomsk State Pedagogical University*, No. 2 (92), pp. 118–123.
3. Sarjveladze, N.I. (1989), *Personality and its interaction with the social environment*, Metsniereba Tbilisi
4. Sharov, A.A. (2020), “Features of cyber aggression as a modern phenomenon of deviant activity of youth”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 6 (184), pp. 486–490.
5. Panteleev, S.R. (1991), *Self-attitude as an emotional-evaluative system*, Publishing house Moscow University, Moscow.

Контактная информация: cherniaeva@inbox.ru

Статья поступила в редакцию 20.03.2023

УДК 159.9

ИССЛЕДОВАНИЕ БИОПСИХИЧЕСКИХ ДЕТЕРМИНАНТ СОЦИАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Валерия Каусаровна Шаяхметова, кандидат психологических наук, доцент, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, Челябинск