

## ВЛИЯНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК НА САМООЦЕНКУ ВНЕШНОСТИ И НЕУДОВЛЕТВОРЁННОСТЬ СВОИМ ТЕЛОМ

**Материалы и методы.** В работе использованы материалы комплексного антропологического обследования и психологического тестирования 502 юношей и девушек в возрасте от 17 до 25 лет, проводившегося в гг. Москве и Тирасполе в мае-декабре 2018 года. Программа исследования включала антропометрические измерения и оценку компонентов состава тела. Для изучения отношения респондентов к собственной внешности использовались шкала Штункарда для определения неудовлетворённости собственным телом, опросник SIBID для оценки выраженности социально обусловленного негативного отношения субъекта к собственной внешности и опросник BIQLI для определения влияния субъективного восприятия внешности на различные сферы жизнедеятельности человека.

**Результаты.** Показано, что своим телом не удовлетворены 66,7% обследованных девушек (из них 82,9% из-за мнимой или реальной избыточности массы тела) и 68,5% обследованных юношей (из них 56,7% из-за недостаточной массы тела). Для девушек характерен более высокий уровень требований и критичности к своей внешности ( $p < 0,001$ ) по сравнению с юношами; самооценка внешности оказывает большее влияние на различные сферы их жизнедеятельности. Коэффициенты корреляции между неудовлетворённостью телом и индексом массы тела, обхватными размерами и массой жировой ткани положительные, их величина имеет средние значения и выше среднего (0,4-0,6). Высокий уровень неудовлетворённости своим телом, обнаруженный как у юношей, так и девушек свидетельствует о равносильном социальном давлении стандартов привлекательности на представителей обоих полов. Совместная изменчивость морфологических признаков и показателей самооценки внешности и её гендерная специфика связаны с принятыми в современном обществе западными стандартами физической привлекательности.

**Заключение.** Проведённое исследование позволило выявить особенности совместной изменчивости морфологических признаков и показателей самооценки внешности: с увеличением индекса массы тела, обхватных размеров корпуса и массы жировой ткани возрастает неудовлетворённость собственной внешностью; для невысоких индивидов характерна пониженная самооценка внешности; чем сильнее развит жировой компонент телосложения, тем более негативное влияние оказывает самооценка внешности на различные аспекты повседневной жизни.

**Ключевые слова:** антропология; антропометрия; психология; индекс массы тела; физическая привлекательность; самооценка внешности

---

### Введение

В современных антропологических исследованиях всё больший интерес представляет изучение изменений телосложения под воздействием социокультурных факторов и изучение психосоматических ассоциаций как комплексной реакции человеческого организма на социальные вызовы современного общества. Важный вклад в понимание подобного воздействия вносят работы, посвящённые выявлению взаимосвязей между самооценкой внешности и соматическими особенностями.

Интерес людей к внешнему облику является базовой установкой человеческого сознания, реализуемой посредством восприятия, оценки и сравнения своей внешности с внешностью других людей и обмена реакциями в ходе коммуникации [Халдеева, 2004]. Непосредственное влияние на межличностные оценки внешности и её самооценку оказывают господствующие в том или ином обществе эстетические нормы, иными словами, стандарты привлекательности, которые транслируются через культурные каналы и интернализируются людьми [Суэми, Фернам, 2009].

В современном обществе ввиду усиления роли визуальной культуры и расширения возможностей визуальной репрезентации различных аспектов жизнедеятельности человека в реальном и виртуальном пространстве, внешний облик наделяется особой значимостью. Помимо массового распространения СМИ унифицированного канона физической привлекательности, культивируются идеи о превосходстве красивых людей, о связи успеха и благополучия в жизни от внешнего облика [Улыбина, 2011; Dohnt, Tiggemann, 2006]. Такой социальный контекст становится причиной неуклонного роста неудовлетворённости собственной внешностью у современного населения развитых стран [Рамси, Харкорт, 2009; Sigman, 2014]. Обыденность этого явления создаёт опасность недооценки его последствий. Согласно результатам многочисленных исследований, негативное восприятие собственной внешности оказывает отрицательное воздействие на психическое и физическое здоровье людей и становится причиной низкой самооценки и неуверенности в себе [Davison, McCabe, 2005; Johnson, Wardle, 2005; Neighbors, Sobal, 2007; Milhausen et al., 2015], повышенной тревожности [Fitzsimmons-Craft, Bardone-Cone, 2012], депрессии [Kevin, Thompson, Smolak, 2001; Flores-Cornejo et al., 2017], нарушений пищевого поведения [Smolak, Levine, 2015], дисморфофобического расстройства [Hrabosky et al., 2009]. Кроме того, неудовлетворённость собственным физическим обликом, вызванная несоответствием телесным стандартам, нередко инициирует потенциально опасные для здоровья формы поведения, направленные на совершенствование собственной внешности [Brunet et al., 2010]: хирургическое вмешательство [Баранская, 2010; Sarwer, Crerand, 2004], деструктивные практики контроля веса и тренировочные программы [Olivardia et al., 2004; Wharton, Adams, Hampl, 2008].

Для исследования степени объективности самооценки внешности индивида важно определить его реальный морфологический статус. Комплексные исследования, включающие одновременно психологические и антропометрические методики, позволяют оценить, насколько субъективное восприятие внешности людей обусловлено их соматическими особенностями, и имеет ли неудовлетворённость физическим обликом реальные причины или она обусловлена социокультурным влиянием и/или индивидуальными личностными особенностями. К настоящему времени в научной литературе уже накоплено обширное количество данных о связях между субъективным восприятием внешности и морфологическими особенностями [Халдеева, 2004; Локк, Бахолдина, 2006; Бахолдина, Ступина, 2013;

Задорожная, Ромашко, Година, 2015; Бахолдина, Титова, 2018; Белогай, 2018; Фаустова, Яковлева, 2018; Cheung et al., 2011; Streeter, Milhausen, Buchholz, 2012; Legey et al., 2016]. Для оценки морфологического статуса используются антропометрические признаки [Pelegri et al., 2014; Ramos-Jiménez et al., 2017], показатели состава тела [McCreary, 2006; Streeter et al., 2012; Legey et al., 2016], конституциональный тип [Задорожная, Ромашко, Година, 2015; Monsma, 2008; Ramos-Jiménez et al., 2017] и различные индексы.

Индекс массы тела (далее – ИМТ) является одним из широко используемых прогностических параметров самооценки внешности [Cash, Smolak, 2011]. В настоящее время установлено существование связи между негативным отношением к телу и ИМТ, а также её особенности у мужчин и женщин. Результаты исследований, проведённых в разных странах, свидетельствуют об устойчивости выявленных ассоциаций вне зависимости от этнической принадлежности и места жительства респондентов [Miller et al., 2000; Thompson, Stice, 2001; Costa, Vasconcelos, 2010; Cash, Smolak, 2011; Cheung et al., 2011; Grogan, 2016]. Также ИМТ является стойким предиктором недовольства собственной внешностью не только у взрослых, но и у детей и подростков обоего пола [Lawler, Nixon, 2011; Gualdi-Russo et al., 2012].

Внешний облик играет важное значение в самоидентификации и социальном поведении современной молодёжи и именно в данной возрастной группе наиболее явно прослеживается зависимость реальных морфологических параметров от социальных влияний. Данная работа посвящена изучению влияния особенностей телосложения на самооценку внешности и неудовлетворённость своим телом у современной студенческой молодёжи.

## Материалы и методы

В настоящей работе использованы материалы, собранные в ходе комплексного антропологического обследования и психологического тестирования студентов высших учебных заведений городов Москвы и Тирасполя в 2018 году. Общее число обследованных – более 500 человек в возрасте от 17 до 25 лет. Для изучения региональных и половых особенностей вариации морфологических и психологических характеристик общая выборка подразделялась на две территориальные группы, которые, в свою очередь, делились на мужскую и женскую выборки. В первую группу вошли 111 девушек, проживающих в Москве и

Московской области, преимущественно русских по национальности (89,2%). Во вторую – 391 человек (187 юношей и 204 девушки), обследованных в Тирасполе, преимущественно русских (47,19%) и молдаван (39,13%).

Антропометрическое исследование проводилось по традиционной методике [Негашева, 2017]. Измерялись длина тела и длина ноги, масса тела, диаметры плеч и таза, обхваты груди, талии, бёдер, голени, толщина кожно-жировых складок. Наряду с измерением традиционных соматических признаков в работе была проведена количественная оценка компонентов состава тела с помощью биоимпедансного анализатора «Медасс ABC-01» [Николаев с соавт., 2009].

Для оценки соотношения длины и массы тела испытуемых был использован ИМТ, или индекс Кетле II ( $BMI=W/L^2$ , где  $W$  – масса тела в кг,  $L$  – длина тела в м). Интерпретация полученных значений осуществлялась в соответствии с градацией, рекомендованной Всемирной организацией здравоохранения:  $\leq 18,4$  кг/м<sup>2</sup> – недостаточная масса тела, 18,5–24,9 кг/м<sup>2</sup> – нормальная масса тела, 25,0–29,9 кг/м<sup>2</sup> – избыточная масса тела,  $\geq 30$  кг/м<sup>2</sup> – ожирение [WHO n.d.].

Программа исследования, помимо антропометрических процедур включала также психологическое тестирование. Для определения отношения респондентов к собственной внешности в различных повседневных ситуациях был использован опросник SIBID (Situational Inventory of Body-Image Dysphoria) [Cash, 2002], а для оценки влияния самооценки внешности на различные сферы жизнедеятельности – опросник BIQLI (Body Image Quality of Life Inventory) [Cash, Fleming, 2002; Cash, Jakatdar, Williams, 2004]. Обе методики были переведены на русский язык и адаптированы для российской выборки [Баранская, Ткаченко, Татарова, 2008].

Опросник SIBID позволяет выявить социальные контексты, которые могут спровоцировать негативное отношение индивида к собственному телу и обеспокоенность внешним обликом, и оценить степень социально обусловленного негативного отношения к собственному телу. Тест включает в себя 20 утверждений, каждое из которых описывает ситуацию, с которой человек регулярно сталкивается (знакомство с новыми людьми, общение с привлекательными людьми своего или противоположного пола, покупка новой одежды и т. д.). Испытуемым предлагалось по шкале от 1 до 4 оценить частоту возникновения отрицательных эмоций (переживания по поводу ощущаемой непривлекательности, чувство неловкости, застенчивость) по отношению к собственной внешности, в каждой из них. Полученные баллы суммируются, а

затем определяется среднее арифметическое значение, которое преобразуется в производные показатели.

Опросник BIQLI позволяет количественно определить влияние (положительное или отрицательное) самооценки внешности человека на различные аспекты его психосоциальной деятельности и функционирования в повседневной жизни. Методика применения данного опросника аналогична предыдущему. В тесте 19 пунктов, отражающих различные сферы жизнедеятельности человека, а именно, самоощущение, повседневные эмоции, межличностные отношения, сексуальность, физическая активность, уход за собой, общая удовлетворённость жизнью и т.д. Испытуемым предлагалось оценить влияние, которое оказывает их отношение к собственной внешности на каждую из этих областей по биполярной шкале от -3 (крайне отрицательное влияние) до +3 (очень положительное влияние). Полученные результаты складываются, и вычисляется среднее арифметическое значение. Шкалы двух тестовых методик имеют противоположную направленность: по тесту BIQLI – чем меньше суммарный балл, тем больше негативное влияние, которое оказывает самооценка внешности на различные аспекты повседневной жизни, а по тесту SIBID, напротив, увеличение суммарного балла свидетельствует о большей выраженности ситуативной неудовлетворённости телом.

Кроме того, в рамках психологического тестирования для выявления и оценки степени неудовлетворённости своим телом у мужчин и женщин применялась силуэтная шкала или шкала Штункарда [Stunkard, Sorensen, Schulsinger, 1983]. Данная методика была разработана в 1983 году и на сегодняшний день остаётся наиболее используемой и валидной из аналогичных психологических методик, разработанных позднее [Stunkard, 2000]. Стимульный материал представляет собой набор из девяти телесных силуэтов обоего пола, ранжированных в зависимости от комплекции от очень худых (оценка – «1») до очень полных (оценка – «9»). Испытуемым предлагалось выбрать из ряда фигур своего пола ту, которая с их точки зрения наиболее близка к их собственной (реальную), а также фигуру, соответствующую той, какую бы они хотели иметь (идеальную). Разница между реальным и идеальным выборами определяла степень неудовлетворённости (Body Image Dissatisfaction, BID). Коэффициент BID принимает нулевое значение в том случае, когда респондент не испытывает неудовлетворённости собственным телом. Отрицательные или положительные значения BID свидетельствуют о недовольстве своим телом ввиду недостаточной или избыточной массы тела соответственно.

**Таблица 1. Средние значения антропометрических показателей у молодежи гг. Тирасполя и Москвы**  
**Table 1. Mean values of measured anthropometric variables in Moscow and Tiraspol youth**

Признак	Тирасполь				Москва	
	Юноши		Девушки		Девушки	
	М	S	М	S	М	S
Масса тела, кг	71,21	13,79	57,47	10,91	58,49	9,84
Длина тела, см	176,91	7,01	163,80	5,88	165,39	5,72
Длина корпуса, см	78,10	3,58	72,00	2,96	71,11	3,53
Длина ноги, см	98,81	4,93	91,81	4,33	92,61	4,02
Диаметр плеч, см	39,86	1,97	35,56	1,68	36,13	1,53
Диаметр таза, см	28,33	1,83	27,73	1,98	27,63	1,82
Обхват груди, см	94,62	8,09	86,22	6,55	85,65	5,81
Обхват талии, см	78,14	8,66	69,24	7,84	69,50	7,16
Обхват бёдер, см	98,18	7,73	95,69	7,63	96,55	7,50
Обхват голени, см	37,04	4,00	35,09	3,02	35,91	2,79
Жировая складка под лопаткой, мм	10,59	4,74	12,67	4,85	–	–
Жировая складка на плече, мм	9,39	3,60	13,57	3,2	–	–
Жировая складка на предплечье, мм	6,17	2,46	7,64	2,67	–	–
Жировая складка на животе, мм	14,91	8,63	18,67	7,11	–	–
Жировая складка на бедре, мм	14,19	6,35	22,01	4,79	–	–
Жировая складка на голени, мм	11,76	4,76	15,92	4,84	–	–

Все материалы комплексного обследования собраны с соблюдением правил биоэтики и подписанием протоколов информированного согласия. При обработке и анализе индивидуальные данные были деперсонифицированы.

Статистическая обработка материалов осуществлялась на персональном компьютере в пакете программ STATISTICA-10.0 и программе Microsoft Excel из стандартного пакета Microsoft Office, с применением методов одномерной и многомерной статистики [Дерябин, 2007]. Достоверность различий средних арифметических величин и средних квадратических отклонений в двух группах устанавливалась с помощью t-критерия Стьюдента и U-критерия Манна-Уитни, а в нескольких выборках с помощью однофакторного дисперсионного анализа и его непараметрического аналога – критерия Краскела-Уоллиса. Теснота связей психологических и морфологических признаков оценивалась с помощью непараметрического коэффициента ранговой корреляции Спирмена и коэффициента параметрической корреляции Пирсона. Для изучения особенностей внутригрупповой вариации и описания тенденций взаимной изменчивости морфологических и психологических признаков был применён факторный анализ.

## Результаты

Этническая неоднородность выборки молодежи Тирасполя предполагала предварительное проведение проверки на достоверность различий средних значений и средних квадратических отклонений морфологических и психологических показателей у представителей разных этнических групп. Обнаруженные в единичных случаях неслучайные межгрупповые различия носили мозаичный характер и были связаны преимущественно с малочисленными этническими группами, что позволило объединить обследованных юношей и девушек в многоэтнические мужскую и женскую выборки.

В таблице 1 представлены средние значения показателей телосложения у юношей и девушек в исследованных группах.

Значения продольных, поперечных и обхватных размеров у обследованных в Тирасполе юношей статистически достоверно превосходят таковые у девушек ( $p < 0,001$ ), в то время как толщина всех измеренных кожно-жировых складок больше у девушек ( $p < 0,001$ ). Среднее значение ИМТ у девушек ниже ( $p < 0,001$ ), чем у юношей, и составляет  $21,52 \text{ кг/м}^2$ , тогда как у юношей  $23,06 \text{ кг/м}^2$ . Более

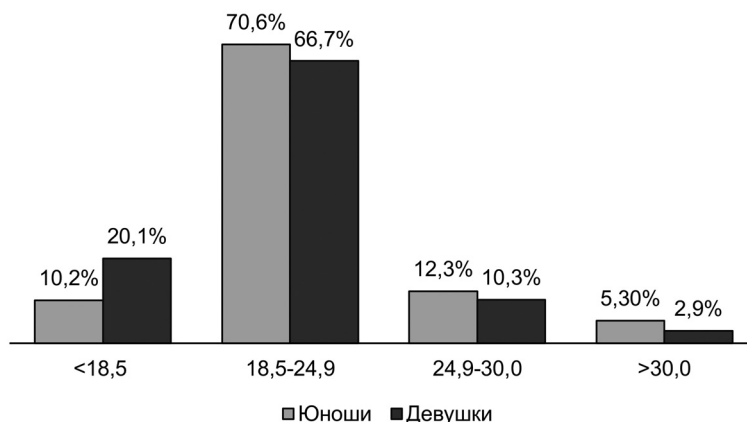


Рисунок 1. Распределение юношей и девушек, обследованных в г. Тирасполе, по группам в соответствии со значениями ИМТ

Figure 1. Distribution of Tiraspol young males and females according to BMI

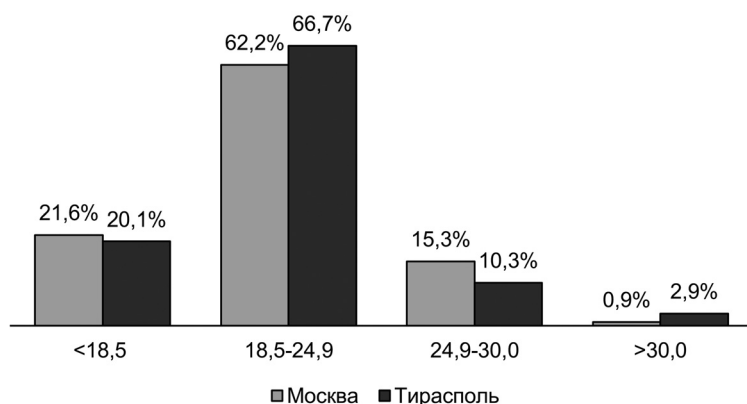


Рисунок 2. Распределение девушек, обследованных в г. Москве и Тирасполе, по группам в соответствии со значениями ИМТ

Figure 2. Distribution of Moscow and Tiraspol young females according to BMI

высокие показатели ИМТ (в рамках нормальных значений) у юношей, по всей вероятности, обусловлены проявлением полового диморфизма в развитии компонентов состава тела, в частности, бóльшим развитием скелетно-мышечной массы у юношей по сравнению с девушками, что подтверждается результатами сравнительного анализа показателей состава тела, полученных с помощью биоимпедансометрии. Абсолютное значение массы жировой ткани и её доля от общей массы тела больше у девушек ( $p < 0,001$ ). Жировая масса у них составляет 16,06 кг (26,6%), а у юношей – 12,29 кг (16,3%). При этом абсолютное значение скелетно-мышечной массы (и её доля от общей массы тела) больше у юношей – 32,2 кг (55,2%), в то время как у девушек – 20,74 кг (49,4%). Вариация в развитии компонентов телосложения и толщине кожно-жировых складок у юношей и девушек объясняется тем, что в норме у мужчин доминирует

развитие скелетно-мышечного компонента телосложения, а у женщин, начиная с периода полового созревания, сильнее развит жировой компонент, что является одним из основных проявлений полового диморфизма [Wells, 2007; Bredella, 2017].

В группах девушек, обследованных в разных городах, были получены близкие значения большинства антропометрических признаков. Статистически достоверные различия обнаружены по длине тела ( $p < 0,05$ ), диаметру плеч ( $p < 0,01$ ) и обхвату голени ( $p < 0,05$ ). Среднее значение ИМТ в группе девушек, обследованных в Москве – 21,37 кг/м<sup>2</sup>, что почти совпадает с рассчитанным для девушек, обследованных в Тирасполе. На рисунках 1-2 представлены результаты распределения респондентов по группам на основании индивидуальных значений ИМТ.

Среди обследованных юношей и девушек процент неудовлетворённых своим телом индивидов,

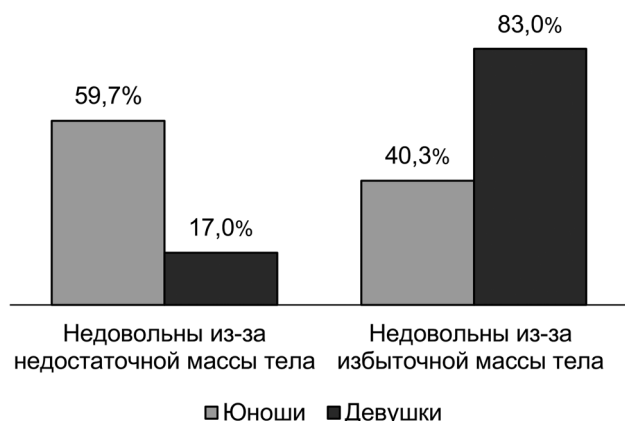


Рисунок 3. Соотношение недовольных из-за избыточной и недостаточной массы тела респондентов в мужской и женской выборках

Figure 3. Ratio of respondents dissatisfied due to excess and low body mass in male and female samples

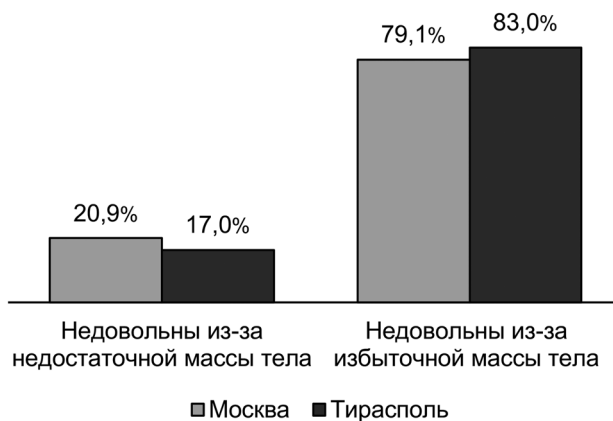


Рисунок 4. Соотношение недовольных из-за избыточной и недостаточной массы тела респондентов в группах девушек, обследованных в г. Москве и Тирасполе

Figure 4. Ratio of respondents dissatisfied due to excess and low body mass in Moscow and Tiraspol female samples

**Таблица 2. Средние значения некоторых морфологических признаков в группах довольных и недовольных своим телом девушек, обследованных в г. Тирасполе**

**Table 2. Mean values of some morphological parameters in groups of satisfied and dissatisfied with their bodies young females investigated in Tiraspol**

	Довольны своим телом	Недовольны своим телом из-за избыточной массы тела	Недовольны своим телом из-за недостаточной массы тела
ИМТ***, кг/м <sup>2</sup>	20,13	22,96	18,47
Длина тела, см	163,13	164,55	162,31
Масса тела***, кг	53,42	62,15	46,64
Диаметр плеч, см	35,30	35,97	34,39
Диаметр таза**, см	27,57	28,04	26,64
Обхват груди***, см	83,91	88,89	79,99
Обхват талии***, см	66,28	72,58	61,76
Обхват бёдер***, см	92,83	99,01	87,90
Жировая масса***, кг	13,39	18,97	9,55
Тощая масса***, кг	40,49	43,15	40,40
Активная клеточная масса**, кг	22,94	24,66	23,08
Скелетно-мышечная масса*, кг	20,16	21,14	20,43
Удельный обмен веществ*, ккал/м <sup>2</sup>	855,44	840,21	874,17

Примечания. \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ .

Notes. \*  $p < 0,05$ ; \*\*  $p < 0,01$ ; \*\*\*  $p < 0,001$ .

в целом, сопоставим: 66,7% девушек и 68,5% юношей, при этом обнаружена гендерная специфика этой неудовлетворённости (рис. 3).

Региональных различий в соотношении довольных и недовольных своим телом девушек обнаружено не было. Среди обследованных в Москве девушек своим телом не удовлетворены 69,1%, а

среди обследованных в Тирасполе – 66,7%. Причиной недовольства в обеих группах выступает избыточная масса тела (рис. 4).

В таблицах 2-4 приведены средние значения некоторых морфологических признаков в группах довольных и недовольных ввиду избыточной или недостаточной массы тела респондентов.

**Таблица 3. Средние значения некоторых морфологических признаков в группах довольных и недовольных своим телом юношей, обследованных в г. Тирасполе**  
**Table 3. Mean values of some morphological parameters in groups of satisfied and dissatisfied with their bodies young males investigated in Tiraspol**

	Довольны своим телом	Недовольны своим телом из-за избыточной массы тела	Недовольны своим телом из-за недостаточной массы тела
ИМТ***, кг/м <sup>2</sup>	23,98	26,28	20,26
Длина тела, см	176,68	177,52	176,80
Масса тела***, кг	71,15	82,97	63,39
Диаметр плеч, см	40,33	40,31	39,22
Диаметр таза***, см	28,22	29,36	27,67
Обхват груди***, см	95,04	101,10	89,78
Обхват талии***, см	77,35	86,38	73,11
Обхват бёдер***, см	97,57	105,30	93,76
Жировая масса***, кг	11,61	19,68	8,05
Тощая масса***, кг	57,92	63,37	55,34
Активная клеточная масса***, кг	34,76	37,99	32,77
Скелетно-мышечная масса**, кг	31,79	34,09	31,32
Удельный обмен веществ, ккал/м <sup>2</sup>	928,43	908,94	918,58

Примечания. \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

Notes. \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

**Таблица 4. Средние значения некоторых морфологических признаков в группах довольных и недовольных своим телом девушек, обследованных в г. Москве**  
**Table 4. Mean values of some morphological parameters in groups of satisfied and dissatisfied with their bodies young females investigated in Moscow**

	Довольны своим телом	Недовольны своим телом из-за избыточной массы тела	Недовольны своим телом из-за недостаточной массы тела
ИМТ***, кг/м <sup>2</sup>	19,91	22,83	18,44
Длина тела, см	166,37	164,57	165,39
Масса тела***, кг	55,24	61,80	50,41
Диаметр плеч, см	36,06	36,17	35,26
Диаметр таза, см	27,39	27,89	27,61
Обхват груди***, см	83,83	87,44	80,54
Обхват талии***, см	66,79	71,74	64,52
Обхват бёдер***, см	95,03	98,71	89,49
Жировая масса**, кг	13,57	19,04	10,67
Тощая масса*, кг	41,67	42,93	39,74
Активная клеточная масса*, кг	23,11	24,07	21,65
Скелетно-мышечная масса, кг	20,84	21,07	19,89
Удельный обмен веществ (ккал/м <sup>2</sup> )	834,13	828,83	838,36

Примечания. \* p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

Notes. \* p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

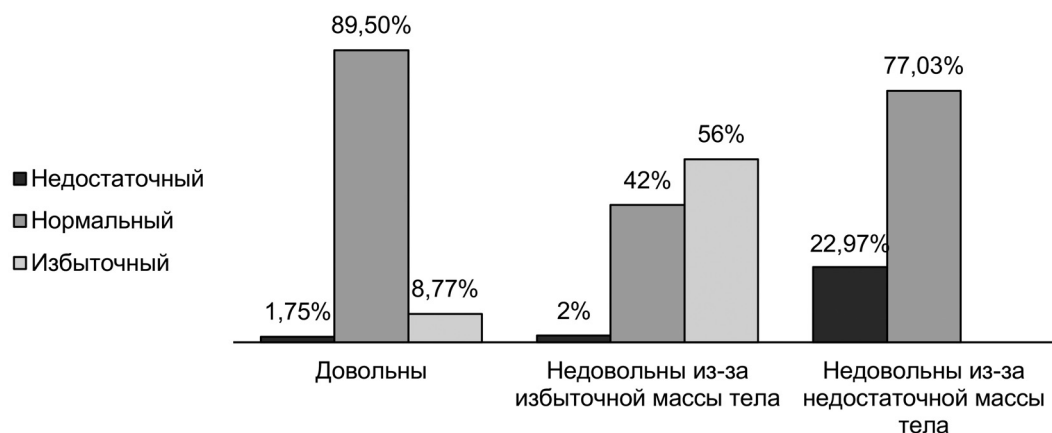


Рисунок 5. Распределение юношей с разным ИМТ по группам в зависимости от их отношения к собственному телу  
Figure 5. Distribution of young males with different BMI according to their attitude to own body

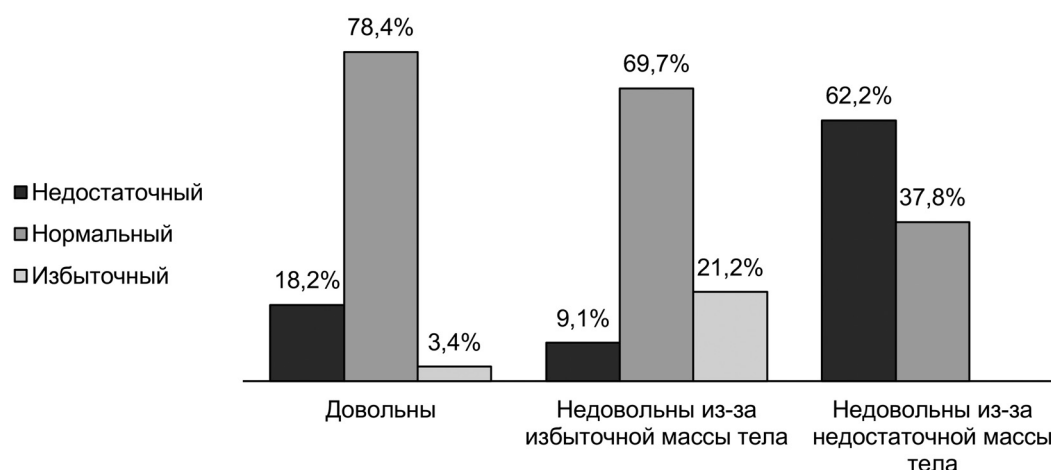


Рисунок 6. Распределение девушек с разным ИМТ по группам в зависимости от их отношения к собственному телу  
Figure 6. Distribution of young females with different BMI according to their attitude to own body

Распределение респондентов с разным ИМТ по группам в зависимости от их отношения к собственному телу представлено на рисунках 5-6.

Среднее значение показателя SIBID составляет 0,95 (SD=0,73) у юношей и 1,24 (SD=0,76) у девушек. Распределение значений унимодалное. Для мужчин нормативное значение показателя SIBID, приводимое автором методики, составляет M=1,17, SD=0,76, а для женщин M=1,8, SD=0,9. Уровень ситуативной неудовлетворённости телом у девушек значимо выше ( $p < 0,01$ ), чем у юношей.

Среднее значение показателя BIQLI составляет 1,36 (SD=0,90), при норме M=1,24, SD=0,99, а в группе девушек 1,39 (SD=0,91), при норме M=1, SD=1,09. Распределение значений данного показателя нормальное. Среднее значение показателя BIQLI у девушек незначительно превышает таковое у юношей, однако это недостоверно.

Среднее значение показателей ситуативной неудовлетворённости внешностью (SIBID) у деву-

шек, обследованных в Москве, составило 1,45 (SD=0,76). Распределение значений унимодалное. Среднее значение показателя SIBID в московской группе более высокое ( $p < 0,05$ ), по сравнению с группой девушек из Тирасполя. Среднее значение показателя BIQLI в группе московских девушек составило 0,56 (SD=0,89), что статистически достоверно ниже, чем в группе девушек, обследованных в Тирасполе ( $p < 0,001$ ).

Коэффициенты корреляции между показателем BID и морфологическими признаками у юношей и девушек приведены в таблице 5.

Следует отметить, что поскольку достоверных различий в средних значениях и распределении значений BID в группах девушек, обследованных в Москве и Тирасполе, обнаружено не было, на следующем этапе работы две эти группы были объединены в общую женскую выборку. Коэффициенты корреляции морфологических признаков с показателем неудовлетворённости своим телом



**Таблица 5. Коэффициенты корреляции показателя неудовлетворённости собственным телом (BID) с морфологическими признаками у юношей и девушек**

**Table 5. Correlation coefficients between Body dissatisfaction (BID) and morphological parameters for young males and females**

Морфологические признаки	Юноши	Девушки
	R	
ИМТ	0,72***	0,57***
Масса тела	0,61***	0,54***
Длина тела	0,05	0,05
Диаметр плеч	0,26***	0,26***
Диаметр таза	0,36***	0,21***
Обхват груди	0,60***	0,50***
Обхват талии	0,65***	0,52***
Обхват бёдер	0,63***	0,52***
Жировая масса	0,62***	0,55***
Тощая масса	0,46***	0,36***
Активная клеточная масса	0,48***	0,35***
Скелетно-мышечная масса	0,35***	0,26***
Основной обмен	0,48***	0,35***
Удельный обмен веществ	-0,04	-0,18**

Примечания. R–коэффициент корреляции Спирмена; \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

Notes. R–Spearman's correlation coefficient; \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

(по тесту BID) положительные и, в основном, их величина имеет средние значения и выше среднего (0,4–0,6). В целом уровень связей в мужской группе несколько выше, чем в женской.

В мужской выборке корреляционные связи между морфологическими признаками и значениями показателей SIBID и BIQLI практически не обнаружены, за исключением слабых, но статистически достоверных связей с уровнем удельного основного обмена веществ: прямая – с показателем BIQLI ( $r=0,23$ ,  $p<0,05$ ) и обратная связь – с показателем SIBID ( $r=0,21$ ,  $p<0,05$ ).

Результаты корреляционного анализа морфологических признаков и показателей SIBID и BIQLI для девушек приведены в таблицах 6, 7.

Ввиду того, что между исследуемыми женскими группами установлены достоверные региональные различия по показателям SIBID и BIQLI, корреляционный анализ проводился отдельно в группах девушек Тирасполя и девушек Москвы.

**Таблица 6. Коэффициенты корреляции между значениями показателя SIBID и морфологическими признаками у девушек, обследованных в гг. Москве и Тирасполе**

**Table 6. Correlation coefficients between SIBID and morphological parameters for young females investigated in Moscow and Tiraspol**

Морфологические признаки	Москва		Тирасполь	
	r	R	r	R
ИМТ	0,15	0,14	0,18*	0,21**
Масса тела	0,15	0,10	0,20**	0,22**
Длина тела	0,02	-0,02	0,09	0,08
Обхват груди	0,09	0,01	0,16*	0,17*
Обхват талии	0,17	0,08	0,17*	0,20***
Обхват бёдер	0,06	0,00	0,21**	0,23***
Жировая масса	0,15	0,12	0,22**	0,23**
Тощая масса	0,10	0,06	0,18**	0,22**
Активная клеточная масса	0,11	0,05	0,15*	0,20**
Скелетно-мышечная масса	0,07	0,03	0,13	0,15*
Основной обмен	0,11	0,04	0,15*	0,20**
Удельный обмен веществ	-0,04	-0,04	-0,10	-0,08

Примечания. r – коэффициент корреляции Пирсона; R – коэффициент корреляции Спирмена; \*p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

Notes. r–Pearson's correlation coefficient;

R–Spearman's correlation coefficient; \* p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

В группе девушек, обследованных в Тирасполе, показатель отношения респондентов к собственной внешности в различных повседневных ситуациях (по тесту SIBID) статистически достоверно связан с несколькими морфологическими признаками, однако, величина обнаруженных связей невысока и не превышает значение 0,25. В московской группе девушек статистически достоверных связей между значениями SIBID и морфологическими показателями обнаружено не было. В обеих женских группах удалось установить большое число статистически достоверных связей морфологических признаков с показателем влияния самооценки внешности на качество жизни (по опроснику BIQLI), причём значения коэффициентов корреляции между показателями BIQLI и морфологическими признаками, полученные в московской группе девушек, выше, чем в выборке девушек, обследованных в Тирасполе.

Таблица 7. Коэффициенты корреляции между значениями показателя BIQLI и морфологическими признаками у девушек, обследованных в гг. Москве и Тирасполе  
 Table 7. Correlation coefficients between BIQLI and morphological parameters for young females investigated in Moscow and Tiraspol

Морфологические признаки	Москва		Тирасполь	
	r	R	r	R
ИМТ	-0,41***	-0,40***	-0,18	-0,17*
Масса тела	-0,33***	-0,34***	-0,21**	-0,22**
Длина тела	0,13	0,08	-0,12	-0,13
Обхват груди	-0,28**	-0,26**	-0,17	-0,15*
Обхват талии	-0,40***	-0,39***	-0,17	-0,17*
Обхват бёдер	-0,32**	-0,31**	-0,20**	-0,19**
Жировая масса	-0,38***	-0,38***	-0,22**	-0,22**
Тощая масса	-0,16	-0,19	-0,12	-0,17*
Активная клеточная масса	-0,11	-0,12	-0,07	-0,12
Скелетно-мышечная масса	-0,05	-0,07	-0,06	-0,13
Основной обмен	-0,11	-0,12	-0,07	-0,13
Удельный обмен веществ	0,15	0,17	0,17	0,15*

Примечания. r – коэффициент корреляции Пирсона; R – коэффициент корреляции Спирмена; \*p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

Notes. r–Pearson's correlation coefficient; R–Spearman's correlation coefficient; \* p<0,05; \*\* p<0,01; \*\*\* p<0,001.

С целью выявления тенденций совместной внутригрупповой изменчивости морфологических и психологических признаков была проведена серия факторных анализов. Наиболее значимые результаты факторных анализов, проведённых отдельно в группах юношей и девушек, обследованных в Тирасполе и в Москве, представлены в таблицах 8–10.

### Обсуждение

Результаты сравнения уровня неудовлетворённости своим телом в выборках обследованных юношей и девушек свидетельствуют о том, что социокультурные требования, предъявляемые к внешности, заставляют современных мужчин и женщин испытывать равносильное давление со стороны окружения. На рисунке 3 показано, что причиной недовольства большинства девушек (82,9%) становится избыточная, с их точки зрения, масса тела, а юноши чаще недовольны из-за недостаточной массы тела (59,7%). Таким образом, можно сделать вывод, что негативные эмоционально-

Таблица 8. Результаты факторного анализа морфологических и психологических характеристик в группе московских девушек  
 Table 8. Results of factor analysis conducted for morphological and psychological characteristics in the sample of Moscow young females

Признаки	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Масса тела	<b>0,95</b>	0,08	-0,01
Длина тела	0,19	<b>0,60</b>	-0,73
Длина ноги	0,24	<b>0,57</b>	-0,54
Диаметр плеч	0,55	0,24	-0,24
Диаметр таза	0,54	0,05	-0,30
Обхват груди	<b>0,87</b>	0,02	-0,24
Обхват талии	<b>0,90</b>	-0,02	-0,21
Обхват бёдер	<b>0,90</b>	0,12	0,18
SIBID	0,16	<b>-0,74</b>	-0,37
BIQLI	-0,43	<b>0,59</b>	0,03
Доля суммарной изменчивости	0,35	0,20	0,13

Примечания. Жирным шрифтом выделены факторные нагрузки наиболее информативных признаков.

Note. The most informative factor loads are highlighted in bold.

**Таблица 9. Результаты факторного анализа морфологических и психологических характеристик в группе юношей, обследованных в Тирасполе**  
**Table 9. Results of factor analysis conducted for morphological and psychological characteristics in the sample of Tiraspol young males**

Признаки	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Масса тела	<b>0,93</b>	0,07	0,20
Длина тела	0,44	0,52	<b>0,60</b>
Длина ноги	0,40	0,45	<b>0,62</b>
Диаметр плеч	0,52	0,18	0,47
Диаметр таза	0,66	0,16	0,35
Обхват груди	<b>0,83</b>	-0,09	0,10
Обхват талии	<b>0,88</b>	-0,07	0,02
Обхват бёдер	<b>0,91</b>	0,03	0,08
Жировая складка под лопаткой	<b>0,79</b>	-0,21	-0,32
Жировая складка на плече	<b>0,72</b>	-0,19	-0,29
Жировая складка на предплечье	<b>0,82</b>	-0,06	-0,21
Жировая складка на животе	<b>0,83</b>	-0,16	-0,26
Жировая складка на бедре	<b>0,87</b>	-0,25	-0,25
Жировая складка на голени	<b>0,76</b>	-0,08	-0,25
SIBID	0,03	0,62	<b>-0,26</b>
BIQLI	-0,09	-0,60	<b>0,37</b>
Доля суммарной изменчивости	0,45	0,14	0,12

Примечания. Жирным шрифтом выделены факторные нагрузки наиболее информативных признаков  
 Note. The most informative factor loads are highlighted in bold.

оценочные суждения в отношении собственного тела возникают из-за его несоответствия господствующим западным телесным канонам: у девушек – лептосомному идеалу женского тела, у юношей – атлетическому идеалу мужского тела, что находит подтверждение в ряде зарубежных работ [Grogan, Richards, 2002; Frederick, Peplau, Lever, 2006; Neighbors, Sobal, 2007; Kruger et al., 2008; Pelegrini et al., 2014; Zaccagni et al., 2014; Legey et al., 2016].

Гендерная специфика телесных канонов обуславливает возникновение в современном обществе таких устойчивых тенденций как *стремление к стройности* (drive for thinness) и *стремление к мускулистости* (drive for muscularity), которые прослеживаются и в настоящем исследовании.

**Таблица 10. Результаты факторного анализа морфологических и психологических характеристик в группе девушек, обследованных в Тирасполе**  
**Table 10. Results of factor analysis conducted for morphological and psychological characteristics in the sample of Tiraspol young females**

Признаки	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Масса тела	<b>0,95</b>	-0,02	0,12
Длина тела	0,32	-0,11	<b>0,83</b>
Длина ноги	0,34	-0,14	<b>0,84</b>
Диаметр плеч	0,47	-0,05	0,49
Диаметр таза	0,59	-0,15	0,42
Обхват груди	<b>0,88</b>	-0,09	0,04
Обхват талии	<b>0,93</b>	-0,05	-0,02
Обхват бёдер	<b>0,94</b>	0,02	0,03
Жировая складка под лопаткой	<b>0,77</b>	0,07	-0,23
Жировая складка на плече	<b>0,67</b>	-0,04	-0,23
Жировая складка на предплечье	<b>0,74</b>	0,05	-0,30
Жировая складка на животе	<b>0,81</b>	0,11	-0,21
Жировая складка на бедре	<b>0,81</b>	-0,10	-0,49
Жировая складка на голени	<b>0,73</b>	-0,06	-0,20
SIBID	0,26	0,69	<b>-0,12</b>
BIQLI	-0,21	-0,57	<b>0,18</b>
Доля суммарной изменчивости	0,43	0,13	0,12

Примечания. Жирным шрифтом выделены факторные нагрузки наиболее информативных признаков  
 Note. The most informative factor loads are highlighted in bold.

Женщины чаще, чем мужчины обнаруживают недовольство массой своего тела, ввиду её мнимой или реальной избыточности [Keel et al., 2007; Millstein et al., 2008], поэтому *стремление к стройности* в большей степени относится к женщинам и проявляется в навязчивом желании уменьшить массу тела, одержимости диетами и практиками контроля веса, а также страхом поправиться. В данной работе большинство обследованных девушек были недовольны из-за избыточной массы тела (рис. 4) независимо от их реального морфологического статуса. Только 21,2% из них в действительности имели избыточную массу тела (рис. 6), в то время как для остальных была характерна либо нормальная (69,7%), либо, что более опасно, недо-

статочная масса тела (9,1%) (рис. 6). Кроме того, в женской выборке, по сравнению с мужской, среди довольных своим телом индивидов значительно чаще встречались респонденты с недостаточной массой тела (рис. 5-6). Аналогичные результаты получены в исследованиях других авторов [Chang, Christakis, 2003; Neighbors, Sobal, 2007]. Вероятно, женщины с недостаточной массой тела положительно воспринимают свой вес и фигуру, не проявляют недовольство ими и желание что-то изменить, поскольку лептосомные особенности телосложения обладают высокой степенью привлекательности в молодёжном сообществе. Современный телесный канон и социальное поощрение обуславливают тенденцию к увеличению количества девочек и молодых женщин с конституцией астеноидного типа [Negasheva, Godina, 2018], которая прослеживается и в настоящей работе. Так, индивиды с дефицитом массы тела чаще ( $p < 0,05$ ) встречаются среди девушек (20,1%), чем среди юношей (10,2%) (рис. 1), при практическом отсутствии региональных различий в процентном соотношении девушек с разным ИМТ (рис. 2).

Для мужчин больше свойственно *стремление к мускулистости*, проявляющееся в восприятии своей мускулатуры недостаточно развитой и желании увеличить её [McCabe, Ricciardelli, 2004; Frederick et al., 2007]. Согласно полученным результатам, недовольство своим телом у обследованных юношей чаще связано с недостаточной массой тела. При этом 77% из них имели нормальную массу и лишь 23% в действительности недостаточную (рис. 5). По всей вероятности, для молодых людей желателен не просто прирост массы тела, а увеличение количества мышечной ткани [McCabe, Ricciardelli, 2004; Frederick et al., 2007; Grogan, 2016; Bassett-Gunter, McEwan, Kamarhie, 2017].

Сравнения средних значений антропометрических признаков и показателей компонентного состава тела в группах довольных и недовольных ввиду избыточной и недостаточной массы тела респондентов показали реально существующие морфологические различия между данными группами (табл. 2-4). Как девушки, так и юноши, недовольные своим телом из-за избыточного веса, имеют объективно большую массу тела и обхватные размеры, чем представители других групп. Масса жировой ткани достоверно различается между всеми группами и имеет наибольшее среднее значение в группе недовольных из-за избыточной массы тела, а наименьшее – в группе недовольных из-за недостаточной массы тела, что позволяет говорить об объективности неудовлетворённости респондентов обоего пола из-за избыточного и недостаточного веса.

Корреляционный анализ морфологических признаков с показателем неудовлетворённости собственным телом (BID) показал (табл. 5), что вне зависимости от половой принадлежности наблюдается одна и та же закономерность – чем более массивное телосложение у индивида, тем больше выражено недовольство внешностью. Причём, в данном контексте под большей массивностью подразумевается большее развитие жирового компонента телосложения. Наибольшие коэффициенты корреляции обнаружены между показателем BID и массой тела, а также ИМТ, а вот достоверно значимых связей данного показателя с длиной тела обнаружено не было. Полученные корреляции подтверждают результаты, полученные ранее в данной работе, и согласуются с результатами других исследователей [Burger, Dolny, 2002; Yates, Edman, Aruguet, 2004; Markey, Markey, 2005; Cilliers, Senekal, Kunneke, 2006; Streeter, Milhausen, Buchholz, 2012; Ferrari, Petroski, Silva, 2013; Hricova et al., 2015; Legey et al., 2016], в которых также была обнаружена зависимость между недовольством собственной внешностью и величиной ИМТ.

Более выраженное, по сравнению с мужчинами, критичное отношение женщин к своей внешности и чаще возникающая неудовлетворённость ею в контексте различных жизненных ситуаций отражается в разнице показателей SIBID у обследованных юношей и девушек. Показано, что внешность женщин чаще становится предметом обсуждения и критической оценки, чем внешность мужчин [Oehlhof et al., 2009], что становится причиной большей обеспокоенности женщин тем, как они выглядят [La Rocque, Cioe, 2011]. Кроме того, мужчины придают большее значение физической привлекательности потенциального романтического партнёра [Legenbauer et al., 2009]; женщины, в свою очередь, также считают, что внешний облик играет весьма важную роль в их жизни [Pliner, Chaiken, Flett, 1990]. Подобный социальный контекст становится причиной повышенной критичности женщин к своему физическому облику, причиной дискомфорта, испытываемого в определённых ситуациях, особенно в тех, когда акцент делается на тело, а также причиной для приложения больших усилий в создание и поддержание своей физической привлекательности [La Rocque, Cioe, 2011]. Кроме того, полученные в данной работе результаты свидетельствуют о том, что московские девушки, в целом, более критично относятся к своей внешности, а влияние, которое оказывает их отношение к собственной внешности на разные сферы жизнедеятельности, более значимое,

чем у девушек из Тирасполя, что согласуется с результатами исследований других авторов. Показано, что внешность и физическая привлекательность гораздо важнее для жителей мегаполисов, чем для жителей маленьких городов и сельской местности [Anderson, Adams, Plaut, 2008; Plaut, Adams, Anderson, 2009; Swami et al., 2010; Anderson, 2019]. Значительно более ограниченная социальная мобильность, свойственная последним, резко возрастает в условиях мегаполиса. Жители крупных городов имеют возможность общаться с большим количеством разных социальных партнёров, в то время как жители менее урбанизированных населённых пунктов ограничены меньшим кругом людей, часто постоянным на протяжении всей жизни. Таким образом, необходимость устанавливать новые отношения, основанные не на родственных связях и старых знакомствах, предполагает презентацию себя (и своей внешности) новым людям, что становится причиной пристального внимания к ней, поскольку именно внешность является первым параметром оценки при знакомстве. Иными словами, различия влияния самооценки внешности на качество жизни у жителей населённых пунктов с разной степенью урбанизации обусловлены её большей значимостью при установлении социальных контактов.

Особенности вариации показателей SIBID и BIQLI в зависимости от ИМТ, заключающиеся в большей ситуативной неудовлетворённости внешностью и более негативном влиянии самооценки внешности на качество жизни в группе девушек с избыточной массой тела, связано с социальной стигматизацией полноты, особенно среди женщин [Puhl, Brownell, 2001]. В группе юношей, обследованных в Тирасполе, респонденты с разным ИМТ статистически значимо различаются по показателям ситуативной неудовлетворённости телом, но картина тут несколько иная, чем у девушек. Ситуативная неудовлетворённость телом наиболее высока в «полярных» группах – у респондентов с избыточной и недостаточной массой тела, а самое низкое значение обнаружено в группе юношей с нормальным весом. Самооценка внешности последних наиболее благоприятно влияет на различные сферы их жизнедеятельности, в отличие от юношей с недостатком и избытком веса. Аналогичный результат получен в исследовании S.B. Austin и соавторов (2009), где была обнаружена U-образная связь между ИМТ и степенью неудовлетворённости своим внешним видом: юноши с низкими и высокими значениями ИМТ проявляли больше недовольства, чем юноши с умеренными значениями ИМТ [Austin et al., 2009].

По всей видимости, это можно объяснить тем, что представители с «полярными» значениями ИМТ более далеки от современного идеала мужской физической привлекательности, под которым подразумевается стройное атлетическое тело с развитой мускулатурой [McCabe, Ricciardelli, 2004; Grogan, 2016].

Корреляционный анализ морфологических признаков и показателей SIBID и BIQLI в женских выборках показал (табл. 6-7), что чем больше масса тела (а также ИМТ, обхватные размеры, масса жировой ткани), тем больше показатель недовольства своей внешностью в определённых повседневных ситуациях. Об устойчивости выявленных тенденций свидетельствует то, что обнаруженная зависимость показателя BIQLI от морфологических признаков противоположна наблюдавшейся с показателями SIBID: чем больше масса тела у девушек (а также ИМТ, обхватные размеры, масса жировой ткани), тем меньше показатель BIQLI, т.е. тем более негативное влияние оказывает самооценка внешности на их социальное функционирование и психологическое благополучие.

Обнаруженные ранее в работе особенности совместной вариации морфологических признаков и показателей самооценки внешности подтверждаются результатами факторного анализа. Во всех исследуемых группах первый фактор описывает изменчивость преимущественно морфологических особенностей и является показателем микро-макросомии (табл. 8-10). На одном из полюсов изменчивости первого фактора находятся индивиды с относительно большими значениями массы тела и обхватных размеров, у которых при этом наблюдаются пониженные значения показателя BIQLI, т.е. чем более макросомен индивид, тем большее негативное влияние оказывает его отношение к собственной внешности на различные сферы жизнедеятельности. Выявленная тенденция подтверждает полученные ранее результаты одномерного корреляционного анализа. Второй фактор в группе московских девушек (табл. 8) и третий фактор в группах юношей и девушек, обследованных в Тирасполе (табл. 9-10), выявил весьма важное, устойчивое для обоих полов, направление совместной внутригрупповой изменчивости морфологических и психологических признаков: чем больше длина тела, тем меньше ситуативная неудовлетворённость внешностью (низкие значения SIBID) и тем выше положительное влияние самооценки внешности на различные сферы жизнедеятельности (высокие значения BIQLI).

## Заключение

В результате исследования выявлены достоверные взаимосвязи между особенностями телосложения и самооценкой внешности: с увеличением значений ИМТ, обхватных размеров корпуса и массы жировой ткани возрастает неудовлетворённость собственной внешностью. Уровень неудовлетворённости телом сопоставим в группах юношей и девушек, при этом установлены гендерные особенности в проявлении неудовлетворённости своим телом, обусловленные господствующими канонами мужской и женской красоты: девушки недовольны избыточной массой тела, юноши – недостаточной. Отмечено, что самооценка внешности оказывает большее влияние на различные сферы жизнедеятельности девушек, они проявляют более высокий уровень требований и критичности к своему телу по сравнению с юношами. Установлены региональные различия в распределении показателей самооценки внешности: девушки из Москвы более критичны к своей внешности, чем девушки из Тирасполя, что связано с особенностями стиля жизни молодых женщин в мегаполисе и в маленьких городах. По итогам факторного анализа выявлены устойчивые тенденции совместной внутригрупповой изменчивости морфологических особенностей и психологических признаков: для невысоких индивидов характерна пониженная самооценка внешности; чем сильнее развит жировой компонент телосложения, тем более негативное влияние оказывает самооценка внешности на различные аспекты повседневной жизни.

## Благодарности

Работа выполнена при поддержке гранта РФФИ №19-09-00318 «Изучение психосоматических ассоциаций в качестве комплексной реакции человеческого организма на социальные вызовы современного общества с применением методов физической антропологии и психологии»

## Библиография

- Баранская Л.Т.* Факторы риска расстройств личностной адаптации у пациентов эстетической хирургии: Автореф. дисс. ... д-ра психол. наук, 2010, 44 с.
- Баранская Л.Т., Ткаченко А.Е., Татаурова С.С.* Адаптация методики исследования образа тела в клинической психологии // Образование и наука. Известия УрО РАО, 2008. Т. 3. № 51. С. 63–69.
- Бахолдина В.Ю., Ступина К.С.* Новые данные к психологической характеристике разных вариантов морфологической конституции // Вестник Московского университета. Серия 23. Антропология, 2013. № 3. С. 64–73.
- Бахолдина В.Ю., Титова Е.П.* Структура психосоматических связей в связи с оценкой адаптационного напряжения в выборках студентов МГУ и РУДН // Вестник Московского университета. Серия XXIII. Антропология, 2018. № 1. С. 50–58.
- Белогай К.Н.* Образ тела женщины в период ранней взрослости // Вектор науки ТГУ. Серия Педагогика, психология, 2018. Т. 4. № 35. С. 37–45.
- Дерябин В.Е.* Решение задач обработки антропологических данных с использованием компьютера. М.: МГУ, 2007. 79 с.
- Задорожная Л.В., Ромашко К.С., Година Е.З.* Гендерный, этнический и возрастной аспекты восприятия своего телосложения у детей школьного возраста // Вестник Московского университета. Серия 23. Антропология, 2015. № 3. С. 47–58.
- Локк К.Э., Бахолдина В.Ю.* Значимость отдельных антропологических признаков в восприятии внешности // Научный альманах кафедры антропологии, 2006. № 5. С. 178–186.
- Негашева М.А.* Основы антропометрии. М.: Экон-Информ, 2017. 216 с.
- Рамси Н., Харкорт Д.* Психология внешности. СПб: Питер, 2009. 256 с.
- Суэми В., Фернам А.* Психология красоты и привлекательности. СПб: Питер, 2009. 240 с.
- Улыбина Е.В.* Связь отношения к телу с гендерными характеристиками в юношеском возрасте // Психологические исследования: электронный научный журнал, 2011. № 4.
- Халдеева Н.И.* Антропозстетика. Опыт антропологических исследований. М.: Ин-т этнологии и антропологии РАН, 2004. 343 с.

### Сведения об авторах

*Хафизова Айнура Асхадовна*, ORCID ID: 0000-0003-4764-6792; aya.khafizova@gmail.com;  
*Негашева Марина Анатольевна*, д.б.н. проф.;  
 ORCID ID: 0000-0002-7572-4316; negasheva@mail.ru.

Поступила в редакцию 01.07.2019,  
 принята к публикации 18.07.2019.

Khafizova A.A., Negasheva M.A.

*Lomonosov Moscow State University, Faculty of Biology, Department of Anthropology,  
Leninskie Mount Street, 1, p. 12, Moscow, 119234, Russia*

## THE INFLUENCE OF SOMATIC FEATURES ON APPEARANCE SELF-ESTEEM AND BODY DISSATISFACTION IN YOUNG ADULT MEN AND WOMEN

**Material and methods.** *In this study, we used data collected during the comprehensive anthropological examination and psychological testing of 502 young males and females aged from 17 to 25 years, conducted in Moscow and Tiraspol in May–December 2018. The research program included anthropometric measurements and assessment of body composition components. Body dissatisfaction was evaluated using the silhouette figure rating scale proposed by Stunkard. The SIBID questionnaire was used to assess negative emotions or experiences about one's physical appearance arising in specific situational contexts. The BIQLI questionnaire was used to measure the impact of feelings about one's appearance on a variety of life*

**Results.** *Body dissatisfaction was observed among 66,7% of females (82,9% of them were dissatisfied due to the real or seeming excess weight) and 68,5% of males (56,7% of them were dissatisfied due to the real or seeming thinness). Females were more critical of their bodies than males ( $p < 0,001$ ); the different aspects of women's social functioning are more affected by their physical appearance. Body dissatisfaction was positively correlated with BMI, body circumferences and body fat mass. Correlation coefficients values revealed a moderate relationship and varied from 0,4 to 0,6. The results indicate those male and female participants experiencing similarly high levels of body dissatisfaction which means that both sexes are under increasing socio-cultural pressure. The combined variability of morphological parameters and self-esteem indicators is associated with gender-based physical appearance standards of modern western society.*

**Conclusion.** *The conducted study revealed a pattern of combined variability of morphological parameters and self-esteem indicators in the examined group of young adults: as BMI, body circumferences, body fat mass increase, appearance dissatisfaction increase; individuals with smaller height demonstrate lower appearance self-esteem; with the increase of body mass and body fat mass increase of negative impact of appearance self-esteem on the quality of life can be seen in both sexes.*

**Keywords:** anthropology; anthropometry; psychology; morphological features, body mass index; physical attractiveness; appearance self-esteem

### References

- Baranskaya L.T. *Faktory riska rasstroistv lichnostnoi adaptatsii u patsientov ehsteticheskoi khirurgii* [Risk factors for disorders of personal adaptation in aesthetic surgery patients] Thesis DSci in Psychology, 2010. 44 p. (In Russ.).
- Baranskaya L.T., Tkachenko A.E., Tataurova S.S. *Adaptatsiya metodiki issledovaniya obraza tela v klinicheskoi psikhologii* [Adaptation of body image assessment technique in clinical psychology] *Obrazovanie i nauka. Izvestiya UrO RAO* [Education and Science. News of UrD RAS], 2008, 3 (51), pp. 63–69. (In Russ.).
- Baholdina V.Yu., Stupina K.S. *Novye dannye k psikhologicheskoi kharakteristike raznykh variantov morfologicheskoi konstitutsii* [New data to the psychological characteristic of different morphological variants of the constitution]. *Moscow University Anthropology Bulletin* [Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya XXIII. Antropologiya], 2013, 3, pp. 64–73. (In Russ.).
- Bakholdina V.Yu., Titova E.P. *Struktura psikhosomaticheskikh svyazei v svyazi s otsenкой adaptatsionnogo napryazheniya v vyborkakh studentov MGU i RUDN* [The structure of psychosomatic relations as regards the adaptation stress estimation in the samples of MSU and RUDN students]. *Moscow University Anthropology Bulletin* [Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya XXIII. Antropologiya], 2018, 1, pp. 50–58. DOI: 10.32521/2074-8132.2018.1.050-058. (In Russ.).
- Belogai K.N. *Obraz tela zhenshchiny v period rannei vzroslosti* [The women's body image in the early adulthood period] *Vektor nauki TGU. Seriya Pedagogika, psikhologiya* [Science Vector of Togliatti State University Series: Pedagogy, Psychology], 2018, 4 (35), pp. 37–45. DOI: 10.21603/2078-8975-2017-1-94-98. (In Russ.).
- Deryabin V.E. *Reshenie zadach obrabotki antropologicheskikh dannykh s ispol'zovaniem komp'yutera* [Processing anthropological data using computer]. Moscow, MGU Publ., 2007, 79 p. (In Russ.).
- Zadorozhnaya L.V., Romashko K.S., Godina E.Z. *Gendernyi, ehtnicheskii i vozrastnoi aspekty vospriyatiya svoego teloslozheniya u detei shkol'nogo vozrasta* [Gender ethnic and age influences on the self-perception of their body in schoolchildren]. *Moscow University Anthropology Bulletin* [Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya XXIII. Antropologiya], 2015, 3, pp. 47–58. (In Russ.).
- Lokk K.Eh., Bakholdina V.Yu. *Znachimost' otdel'nykh antropologicheskikh priznakov v vospriyatii vneshnosti* [The importance of particular anthropological variables in appearance perception]. *Nauchnyi al'manakh kafedry antropologii* [Department of Anthropology Science almanac], 2006, 5, pp. 178–186. (In Russ.).

- Negasheva M.A. *Osnovy antropometrii* [Anthropometry basics]. Moscow, Ehkon-Inform Publ., 2017, 216 p. (In Russ.).
- Ramsi N., Kharkort D. *Psikhologiya vneshnosti* [The psychology of appearance]. Saint Petersburg, Piter Publ., 2009, 256 p. (In Russ.).
- Suehmi V., Fernam A. *Psikhologiya krasoty i privlekatel'nosti*. [The psychology of beauty and attractiveness]. Saint Petersburg, Piter Publ., 2009, 240 p. (In Russ.).
- Ulybina E.V. Svyaz' otnosheniya k telu s gendernymi kharakteristikami v yunosheskom vozraste [The relationship between body image and gender characteristics in youth]. *Psikhologicheskie issledovaniya: ehlektronnyi nauchnyi zhurnal* [Psychological research: electronic science magazine], 2011, 4. (In Russ.).
- Khaldeeva N.I. *Antropoehstetika* [Anthropoesthetics]. In: *Opyt antropologicheskikh issledovaniy* [The experience of anthropological research]. Moscow., Institute of Ethnology and Anthropology Publ., 2004. 343 p. (In Russ.).
- Anderson S.L. The Importance of Attractiveness Across Cultures. *Cross Cultural Psychol. Contemp. Themes Perspect.*, 2019, pp. 598-613. DOI: 10.1002/9781119519348.ch29.
- Anderson S.L., Adams G., Plaut V.C. The cultural grounding of personal relationship: The importance of attractiveness in everyday life. *J. Pers. Soc. Psychol.*, 2008, 95 (2), pp. 352-368. DOI: 10.1037/0022-3514.95.2.352.
- Austin S.B., Haines J., Veugelers P.J. Body satisfaction and body weight: gender differences and sociodemographic determinants. *BMC Public Health*, 2009, 9 (1) P. 313. DOI: 10.1186/1471-2458-9-313.
- Bassett-Gunter R., McEwan D., Kamarhie A. Physical activity and body image among men and boys: A meta-analysis. *Body Image*, 2017, 22, pp. 114-128. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.06.007>.
- Bredella M.A. Sex differences in body composition. *Adv. Exp. Med. Biol.*, 2017, 1043, pp. 9–27. DOI: 10.1007/978-3-319-70178-3\_2.
- Brunet J., Sabiston C.M., Dorsch K.D., McCreary D.R. Exploring a model linking social physique anxiety, drive for muscularity, drive for thinness and self-esteem among adolescent boys and girls. *Body Image*, 2010, 7 (2), pp. 137-142. DOI: 10.1016/j.bodyim.2009.11.004.
- Burger M., Dolny D. The relationship among Body Mass Index, body image, exercise habits and stage of change in college-aged females. *Women Sport Phys. Act. J.*, 2002, 11 (2), pp. 1-19.
- Cash T.F. The situational inventory of body image dysphoria: Psychometric evidence and development of a short form. *Int. J. Eat. Disord.*, 2002, 32 (3), pp. 362–366. DOI: 10.1002/eat.10100.
- Cash T.F., Fleming E.C. The impact of body image experiences: development of the body image quality of life inventory. *Int. J. Eat. Disord.*, 2002, 31 (4), pp. 455-460. DOI: 10.1002/eat.10033.
- Cash T.F., Jakatdar T.A., Williams E.F. The Body Image Quality of Life Inventory: Further validation with college men and women. *Body Image*, 2004, 1 (3), pp. 279-287. DOI: 10.1016/S1740-1445(03)00023-8.
- Cash T.F., Smolak L. *Body image: A handbook of science, practice, and prevention*. 2nd ed., New York, Guilford Press, 2011.
- Chang V.W., Christakis N.A. Self-perception of weight appropriateness in the United States. *Am. J. Prev. Med.*, 2003, 24 (4), pp. 332-339. DOI: 10.1016/S0749-3797(03)00020-5.
- Cheung Y.T.D., Lee A.M., Ho S.Y., Li E.T.S., Lam T.H. et al. Who wants a slimmer body? The relationship between body weight status, education level and body shape dissatisfaction among young adults in Hong Kong. *BMC Public Health*, 2011, 11 (1), P. 835. DOI: 10.1186/1471-2458-11-835.
- Cilliers J., Senekal M., Kunneke E. The association between the body mass index of first-year female university students and their weight-related perceptions and practices, psychological health, physical activity and other physical health indicators. *Public Health Nutr.*, 2006, 9 (2), pp. 234-243. DOI:10.1079/PHN2005846.
- Costa L. da C.F., Vasconcelos F. de A.G. de. Influence of socioeconomic, behavioral and nutritional factors on dissatisfaction with body image among female university students in Florianopolis, SC. *Rev. Bras. Epidemiol.*, 2010, 13 (4), pp. 665-676. DOI: 10.1590/S1415-790X2010000400011.
- Davison T.E., McCabe M.P. Relationships between men's and women's body image and their psychological, social, and sexual functioning. *Sex Roles*, 2005, 52 (7–8), pp. 463–475. DOI: 10.1007/s11199-005-3712-z.
- Dohnt H., Tiggemann M. The contribution of peer and media influences to the development of body satisfaction and self-esteem in young girls: A prospective study. *Dev. Psychol.*, 2006, 42 (5), P. 929.
- Ferrari E.P., Petroski E.L., Silva D.A.S. Prevalence of body image dissatisfaction and associated factors among physical education students. *Trends psychiatry Psychother.*, 2013, 35 (2), pp. 119-127. DOI: 10.1590/S2237-60892013000200005.
- Fitzsimmons-Craft E.E., Bardone-Cone A.M. Examining prospective mediation models of body surveillance, trait anxiety, and body dissatisfaction in African American and Caucasian college women. *Sex Roles*, 2012, 67 (3-4), pp. 187-200.
- Flores-Cornejo F., Kamego-Tome M., Zapata-Pachas M.A., Alvarado G.F. Association between body image dissatisfaction and depressive symptoms in adolescents. *Brazilian J. Psychiatry*, 2017, 39 (4), pp. 316-322. DOI: 10.1590/1516-4446-2016-1947.
- Frederick D.A., Buchanan G.M., Sadehgi-Azar L., Peplau L.A., Haselton M.G. et al. Desiring the muscular ideal: Men's body satisfaction in the United States, Ukraine, and Ghana. *Psychol. Men Masc.*, 2007, 8 (2), pp. 103-117.
- Frederick D.A., Peplau L.A., Lever J. The swimsuit issue: Correlates of body image in a sample of 52,677 heterosexual adults. *Body Image*, 2006, 3 (4), pp. 413-419. DOI: 10.1016/j.bodyim.2006.08.002.
- Grogan S. *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. 3rd ed, London, Routledge, 2016, 228 p.
- Grogan S., Richards H. Body image: Focus groups with boys and men. *Men Masc.*, 2002., 4 (3), pp. 219-232. DOI: 10.1177/1097184X02004003001.
- Gualdi-Russo E., Manzon V.S., Masotti S., Toselli S., Albertini A. et al. Weight status and perception of body image in children: the effect of maternal immigrant status. *Nutr. J.*, 2012, 11 (1), pp. 11-85. DOI: 10.1186/1475-2891-11-85.
- Hrabosky J.I., Cash T.F., Veale D., Neziroglu F., Soll E.A. et al. Multidimensional body image comparisons among patients with eating disorders, body dysmorphic disorder, and clinical controls: A multisite study. *Body Image*, 2009, 6 (3), pp. 155-163. DOI: 10.1016/j.bodyim.2009.03.001.
- Hricova L., Orosova O., Benka J., Petkeviciene J., Lukacs A. Body dissatisfaction, body mass index and self-determination among university students from Hungary, Lithuania and Slovakia. *Ceská a Slovenská Psychiatrie*, 2015, 111 (2), pp. 64-71.
- Johnson F., Wardle J. Dietary restraint, body dissatisfaction, and psychological distress: a prospective analysis. *J. Abnorm. Psychol.*, 2005, 114 (1), pp. 119-125. DOI: 10.1037/0021-843X.114.1.119.
- Keel P.K., Baxter M.G., Heatherton T.F., Joiner Jr T.E. A 20-year longitudinal study of body weight, dieting, and eating disorder symptoms. *J. Abnorm. Psychol.*, 2007, 116 (2), pp. 422–432. DOI: 10.1037/0021-843X.116.2.422.
- Kevin T.J., Thompson J.K., Smolak L. Body image, eating disorders, and obesity in youth: Assessment, prevention, and treatment, Taylor & Francis, 2001, 403 p.
- Kruger J., Lee C.D., Ainsworth B.E., Macera C.A. Body size satisfaction and physical activity levels among men and women. *Obesity*, 2008, 16 (8), pp. 1976-1979. DOI: 10.1038/oby.2008.311.
- Lawler M., Nixon E. Body dissatisfaction among adolescent boys and girls: the effects of body mass, peer appearance culture and internalization of appearance ideals. *J. Youth Adolesc.*, 2011, 40 (1), pp. 59-71.
- Legenbauer T., Vocks S., Schädler C., Schött-Strümel S., Hiller W. et al. Preference for attractiveness and thinness in a partner: Influence of internalization of the thin ideal and shape/weight dissatisfaction in heterosexual women, heterosexual men, lesbians, and gay men. *Body Image*, 2009, 6 (3), pp. 228-234. DOI: 10.1016/j.bodyim.2009.04.002.



- Legey S., Lamego M.K., Lattari E., Campos C., Paes F. et al. Relationship among body image, anthropometric parameters and mental health in physical education students. *Clin. Pract. Epidemiol. Ment. Heal. CP EMH*, 2016, 12, pp. 177-187.
- Markey C.N., Markey P.M. Relations between body image and dieting behaviors: An examination of gender differences. *Sex Roles*, 2005, 53 (7-8), pp. 519-530. DOI: 10.1007/s11199-005-7139-3.
- McCabe M.P., Ricciardelli L.A. Body image dissatisfaction among males across the lifespan: A review of past literature. *J. Psychosom. Res.*, 2004, 56 (6), pp. 675-685. DOI: 10.1016/S0022-3999(03)00129-6.
- McCreary D.R., Karvinen K., Davis C. The relationship between the drive for muscularity and anthropometric measures of muscularity and adiposity. *Body Image*, 2006, 3 (2), pp. 145-152. DOI: 10.1016/j.bodyim.2006.01.006.
- Milhausen R.R., Buchholz A.C., Opperman E.A., Benson L.E. Relationships between body image, body composition, sexual functioning, and sexual satisfaction among heterosexual young adults. *Arch. Sex. Behav.*, 2015, 44 (6), pp. 1621-1633. DOI: 10.1007/s10508-014-0328-9.
- Millstein R.A., Carlson A.A., Fulton J.E., Galuska D.A., Zhang J. Relationships between body size satisfaction and weight control practices among US adults. *Medscape J. Med.*, 2008, 10 (5), P. 119.
- Monsma E. V., Pfeiffer K.A., Malina R.M. Relationship of social physique anxiety to indicators of physique. *Res. Q. Exerc. Sport.*, 2008, 79 (3), pp. 417-422.
- Negasheva M., Godina E. Regional patterns of gender differences in body build in modern human populations. *Collegium Antropologicum.*, 2018, 42 (3), pp. 159-168.
- Neighbors L.A., Sobal J. Prevalence and magnitude of body weight and shape dissatisfaction among university students. *Eat. Behav.*, 2007, 8 (4), pp. 429-439. DOI: 10.1016/j.eatbeh.2007.03.003.
- Oehlhof M.E.W., Musher-Eizenman D.R., Neufeld J.M., Hauser J.C. Self-objectification and ideal body shape for men and women. *Body Image*, 2009, 6 (4), pp. 308-310. DOI: 10.1016/j.bodyim.2009.05.002.
- Olivardia R., Pope Jr H.G., Borowiecki III J.J., Cohane G.H. Biceps and body image: the relationship between muscularity and self-esteem, depression, and eating disorder symptoms. *Psychol. Men Masc.*, 2004, 5 (2), pp. 112-120. DOI: 10.1037/1524-9220.5.2.112.
- Pelegri A., Sacomori C., Santos M.C., Sperandio F.F., Cardoso F.L. Body image perception in women: prevalence and association with anthropometric indicators. *Rev. Bras. Cineantropometria Desempenho Hum.*, 2014, 16 (1), pp. 58-65. DOI: 10.5007/1980-0037.2014v16n1p58.
- Plaut V.C., Adams G., Anderson S.L. Does attractiveness buy happiness? "It depends on where you're from". *Pers. Relatsh.*, 2009, 16 (4), pp. 619-630. DOI: 10.1111/j.1475-6811.2009.01242.x.
- Pliner P., Chaiken S., Flett G.L. Gender differences in concern with body weight and physical appearance over the life span. *Personal. Soc. Psychol. Bull.* 1990, 16, 2. pp. 263-273. DOI: 10.1177/0146167290162007.
- Puhl R., Brownell K.D. Bias, discrimination, and obesity. *Obes. Res.*, 2001, 9 (12), pp. 788-805. DOI: 10.1038/oby.2001.108.
- Ramos-Jiménez A., Hernandez R.T., Wall A.M., Urquidez R.R., Barahona I., Villalobos R.M. Body shape as body image determinant in university students. *Nutricion hospitalaria*, 2017, 34 (5), pp. 1112-1118.
- Rocque C.L. La, Cioe J. An evaluation of the relationship between body image and sexual avoidance. *J. Sex Res.*, 2011, 48 (4), pp. 397-408.
- Sarwer D.B., Crerand C.E. Body image and cosmetic medical treatments. *Body Image*, 2004, 1 (1), pp. 99-111. DOI: 10.1016/S1740-1445(03)00003-2.
- Sigman A. *The Body Wars: Why body dissatisfaction is at epidemic proportions and how we can fight back*. London, Hachette UK, 2014.
- Smolak L., Levine M.P. Body image, disordered eating, and eating disorders: Connections and disconnects. *Wiley Handb. Eat. Disord.*, 2015, pp. 1-10.
- Streeter V.M., Milhausen R.R., Buchholz A.C. Body image, body mass index, and body composition: In young adults. *Can. J. Diet. Pract. Res.*, 2012, 73 (2), pp. 78-83.
- Stunkard A.J. Old and New Scales for the Assessment of Body Image. *Percept. Mot. Skills*, 2000, 90 (3), p. 930. DOI: 10.2466/pms.2000.90.3.930.
- Stunkard A.J., Sorensen T., Schulsinger F. Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. *Genet. Neurol. Psychiatr. Disord.*, 1983, pp. 115-120.
- Swami V., Frederick D.A., Aavik T., Alcalay L., Allik J. et al. The attractive female body weight and female body dissatisfaction in 26 countries across 10 world regions: Results of the International Body Project I. *Personal. Soc. Psychol. Bull.*, 2010, 36 (3), pp. 309-325. DOI: 10.1177/0146167209359702.
- Wells J.C. Sexual dimorphism of body composition. *Best practice & research Clinical endocrinology & metabolism*, 2007, 21 (3), pp. 415-430. DOI: 10.1016/j.beem.2007.04.007.
- Wharton C.M., Adams T., Hampl J.S. Weight loss practices and body weight perceptions among US college students. *J. Am. Coll. Heal.*, 2008, 56 (5), pp. 579-584. DOI: 10.3200/JACH.56.5.579-584.
- World Health Organization n.d. *Body mass index – BMI*, viewed 27 July 2019, <http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/a-healthy-lifestyle/body-mass-index-bmi>.
- Yates A., Edman J., Aruguete M. Ethnic differences in BMI and body/self-dissatisfaction among Whites, Asian subgroups, Pacific Islanders, and African-Americans. *J. Adolesc. Heal.*, 2004, 34 (4), pp. 300-307. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2003.07.014.
- Zaccagni L., Masotti S., Donati R., Mazzoni G., Gualdi-Russo E. Body image and weight perceptions in relation to actual measurements by means of a new index and level of physical activity in Italian university students. *J. Transl. Med.*, 2014, 12 (1), p. 42. DOI: 10.1186/1479-5876-12-42.

#### Information about Authors

Khafizova Ainur A., ORCID ID: 0000-0003-4764-6792; aya.khafizova@gmail.com;  
Negasheva Marina A., D.Sci., Prof., ORCID ID: 0000-0002-7572-4316; negasheva@mail.ru.