

**OWN BODY SATISFACTORINESS IS THE INVESTIGATION OBJECT IN LIFE  
AND PERCEPTION OF MODERN YOUNG ADULTS**  
**Shakura K.V.<sup>1</sup>, Zaitsev D.V.<sup>2</sup> (Russian Federation) Email: Shakura543@scientifictext.ru**

<sup>1</sup>Shakura Karina Vadimovna – Student,  
DEPARTMENT OF CLINICAL PSYCHOLOGY AND PSYCHOPHYSIOLOGY,  
URAL HUMANITARIAN INSTITUTE;

<sup>2</sup>Zaitsev Dmitrii Valeryevich – Graduate Student,  
DEPARTMENT OF PHYSICAL METHODS AND CONTROL QUALITY INSTRUMENTS,  
PHYSICS AND TECHNOLOGY INSTITUTE

URAL FEDERAL UNIVERSITY NAMED AFTER THE FIRST PRESIDENT OF RUSSIA B.N. YELTSIN, YEKATERINBURG

**Abstract:** this article is dedicated the own image formation problem in young adults age because the physical young adult image influences his future behavior, relationship with people and health. In the article the own body image perception features of the young adults are analysed as follows the comparison study results of the young adults' unsatisfactoriness level with own body image and different body parts that allows to eliminate perceptive and cognitive distortion, problems in motor and body areas.

**Keywords:** body image perception, own body satisfactoriness, sex differences.

**УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ СОБСТВЕННЫМ ТЕЛОМ КАК ОБЪЕКТ  
ИССЛЕДОВАНИЯ В ЖИЗНИ И ВОСПРИЯТИИ СОВРЕМЕННЫХ  
ПОДРОСТКОВ**

**Шакура К.В.<sup>1</sup>, Зайцев Д.В.<sup>2</sup> (Российская Федерация)**

<sup>1</sup>Шакура Карина Вадимовна – студент,  
кафедра клинической психологии и психофизиологии,  
Уральский гуманитарный институт;

<sup>2</sup>Зайцев Дмитрий Валерьевич – студент магистратуры,  
кафедра физических методов и приборов контроля качества,  
физико-технологический институт

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования  
Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина,  
г. Екатеринбург

**Аннотация:** статья посвящена проблеме формирования представления о себе в подростковом возрасте, поскольку от осознания своего физического образа подростком зависит его будущее поведение, отношения с окружающими и само здоровье. В статье анализируются особенности восприятия образа собственного тела в подростковом возрасте, а именно результаты сравнительного анализа степени неудовлетворенности образом собственного тела и различными частями тела у мальчиков и девочек, что позволит в дальнейшем устранить перцептивные искажения, проблемы с двигательной и телесной сферой.

**Ключевые слова:** восприятие образа тела, удовлетворенность собственным телом, половые различия.

Среди актуальных проблем психологии особое место занимает проблема восприятия образа собственного тела в подростковом возрасте [5, с. 69]. Подростковый возраст представляет собой особый этап в формировании образа тела индивида, от которого зависят отношение к своей личности, успешность социальной адаптации, эффективность функционирования в обществе, взаимодействие с окружающими объективными условиями, здоровье и поведение подростка [4]. Однако, адекватное принятие своей телесности становится практически невозможным для подростка в связи с навязанными нереалистичными образами, нормами и эталонами тела, что приводит к искаженному восприятию образа собственного тела и/или неудовлетворенности им и как следствие к дисгармоничному развитию личности [1, с. 255]. Данное противоречие и все вышесказанное свидетельствуют о важности и актуальности проблемы, которая заключается в выявлении особенностей удовлетворенности собственным телом у девушек и юношей в подростковом возрасте в современных условиях.

Целью исследования является определение особенностей восприятия образа собственного тела у девочек и мальчиков в подростковом возрасте.

В эмпирическом исследовании приняли участие 60 учащихся МОУ Октябрьской СОШ имени Героя России Ю.А. Чумака, в возрасте 16-17 лет (10-11 классы), среди которых 30 девочек и 30 мальчиков. В ходе исследования были использованы следующие психодиагностические методики: «Опросник образа собственного тела» О.А. Скугаревский, С.В. Сивуха (ООСТ); «Шкала оценки уровня удовлетворенности собственным телом» О.А. Скугаревский (ШУСТ).

Результаты исследования уровня удовлетворенности собственным телом показали, что адекватное отношение к образу собственного тела имеют 30% мальчиков и 23% девочек, пониженный уровень удовлетворенности собственным телом выражен у 47% мальчиков и 37% девочек, средний уровень удовлетворенности у 13% мальчиков и у 10% девочек и низкая удовлетворенность телом наблюдается только в группе девочек - 10%.

Полученные результаты идентичны результатам исследований 1990-х годов, проведенных С. Брауном, А. Фейнголдом и Р. Маззеллом, согласно которым на протяжении всей жизни, начиная с подросткового возраста представительницы женского пола проявляют больше недовольства своим телом в сравнении с мужчинами [1, с. 253; 2, с. 47].

Также в ходе исследования были получены данные подтверждающие выявленную тенденцию роста неудовлетворенности телом среди мужчин, обнаруженную в исследованиях А. Фейнголда и Р. Маззелла (1998) [1, с. 254; 3, с. 112].

С помощью анализа данных были выявлены половые различия в характере неудовлетворенности различными частями тела: девочек беспокоит образ головы (лицо, зубы), образ туловища (грудь, живот) и образ нижней части тела (таз, ноги), в то время как мальчиков в большей степени не удовлетворяет только образ туловища (грудная клетка, живот).

Показатель значимости образа тела у обеих групп подростков равен 80%, что говорит о том, что для подростков как женского, так и мужского пола присуще усиленное внимание к своему телу. Кроме того, были выявлены наиболее значимые части тела для подростков: для девочек - лицо, волосы, глаза, зубы, кожа, ягодицы, для мальчиков - лицо, глаза, кожа, рост, руки, ягодицы, ноги.

Результаты проведенного исследования среди подростков показали, что около 60% мальчиков и 57% девочек испытывают в той или иной степени неудовлетворенность собственным телом. В таких случаях особенно эффективными являются профилактические мероприятия в рамках психодрамы, дополняемые коммуникативными техниками.

Таким образом, рассмотренная в статье проблема нарушения собственного образа тела в подростковом возрасте является актуальной в настоящее время и имеет большую значимость, что указывает на целесообразность дальнейших исследований с учетом большего количества данных для обеспечения надежной научной базы для организации профилактических мероприятий.

#### *Список литературы / References*

1. Бухлина Л.Ю. Социально-психологические проблемы самовосприятия телесного образа в современных условиях // Психология телесности: теоретические и практические исследования. Пенза, 2009. 251-257 с.
2. Калиновская В.В., Скугаревский О.А. «Обратная сторона» внешней привлекательности // Белорусский медицинский журнал. Беларусь, 2004. С. 46-48.
3. Суэми В., Фернхем А. Психология красоты и привлекательности. СПб., 2009. С. 240.
4. Улыбина Е.В. Связь отношения к телу с гендерными характеристиками в юношеском возрасте [Текст] / Е.В. Улыбина // Психологические исследования, 2011. № 18. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://psystudy.ru/> (дата обращения: 15.02.2017).
5. Фильштинская Е.Г., Беленова М.Т. Особенности самовосприятия и удовлетворенности физическим я у девушек с нарушением пищевого поведения // Личность, семья и общество: сб. ст. по матер. LIV междунар. науч.-практ. конф. Самара, 2015. С. 69 - 75.