

ОБРАЗ ТЕЛА, САМООЦЕНКА И РИСК НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕВОЧЕК МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

И.Ю. КУЛАГИНА

Московский государственный психолого-педагогический университет
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3095-4329>,
e-mail: kulaginaiu@mgppu.ru

О.И. РУЖИНА

Московский государственный психолого-педагогический университет
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5340-4389>,
e-mail: ruzhina.olga.igorevna@gmail.com

Цель исследования — определить степень риска нарушений пищевого поведения у девочек младшего школьного возраста. **Актуальность** этого вопроса связана с более ранним возникновением ряда проблем, традиционно типичных для подросткового возраста. **Процедура и методы.** В исследовании приняли участие 68 девочек 8—9 лет, обучающихся в 3-х классах школы; группу сравнения составили ученицы 6-х классов — 71 девочка-подросток 11—12 лет. Использовались методики: Опросник пищевых расстройств EDI-2 (шкала «Риск нарушений пищевого поведения»), Шкала удовлетворенности телом BAS, Шкала ранжирования фигур FRS, шкалы самооценки Дембо—Рубинштейн. **Результаты.** Показано, что у девочек в младшем школьном и подростковом возрастах сходны показатели риска нарушений пищевого поведения, склонности к худобе, реального и идеального образа тела, т. е. рассматриваемая проблема, ранее характерная для девочек-подростков, сейчас требует внимания в отношении девочек, не достигших пубертата. В то же время девочки младшего школьного возраста в большей степени, чем подростки, удовлетворены своим телом. Установлена значимая отрицательная корреляция риска нарушений пищевого поведения и самооценки, в частности, самооценки красоты (внешней привлекательности), способностей, уверенности в себе и счастья. Высокая

самооценка может служить личностным ресурсом, помогающим снизить риск нарушений пищевого поведения в этом возрасте.

Ключевые слова: младший школьный возраст, девочки, риск нарушений пищевого поведения, стремление к худобе, реальный образ тела, идеальный образ тела, самооценка.

Для цитаты: Кулагина И.Ю., Ружина О.И. Образ тела, самооценка и риск нарушений пищевого поведения у девочек младшего школьного возраста // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Том 30. № 1. С. 132—148. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2022300108>

BODY IMAGE, SELF-ESTEEM AND THE RISK OF DISTURBED EATING BEHAVIOR IN PRIMARY SCHOOL GIRLS

IRINA YU. KULAGINA

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3095-4329>,

e-mail: kulaginaiu@mgppu.ru

OLGA I. RUZHINA

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-2345-6789>,

e-mail: ruzhina.olga.igorevna@gmail.com

The aim of the study is to determine the degree of risk of eating disorders in girls of primary school age. **The relevance** of this issue is related to the earlier occurrence of a number of problems that are traditionally typical for adolescence. **Procedure and methods.** The study involved 68 girls aged 8—9 years studying in the 3rd grades of the school; the comparison group consisted of students of the 6th grades — 71 teenage girls aged 11—12 years. The following methods were used: Eating Disorder Inventory-2 (the “risk of eating disorders” scale), Body Appreciation Scale, Figure Rating Scale, Dembo-Rubinstein self-esteem scales. **Results.** It is shown that girls in primary school and adolescence have similar indicators of the risk of eating disorders, a tendency to thinness, a real and ideal body image, i.e. the problem under consideration, previously characteristic of adolescent girls, now requires attention in relation to girls who have not reached puberty. At the same time girls of primary school age are more satisfied with their bodies than teenagers. A significant negative correlation has been established between the risk of eating disorders and self-esteem, in particular, self-esteem of beauty (external attractiveness), abilities, self-confidence and happiness. High self-esteem can serve as a personal resource that helps reduce the risk of eating disorders at this age.

Keywords: primary school age, girls, risk of eating disorders, desire for thinness, real body image, ideal body image, self-esteem.

For citation: Kulagina I.Yu., Ruzhina O.I. Body image, self-esteem and the risk of disturbed eating behavior in primary school girls. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2022. Vol. 30, no. 1, pp. 132—148. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2022300108>

Введение

Проблема нарушений пищевого поведения (НПП) — актуальная и сложная с позиций как медицины, так и психологии. В настоящее время ставится задача профилактики НПП [18], что повышает интерес к образу тела и факторам его формирования в онтогенезе. Искажения образа тела считаются предвестниками и симптомами такого рода расстройств [32].

Образ тела или образ физического Я — один из аспектов самосознания, развитие которого начинается с детства. Среди различных направлений исследования образа тела выделяется подход, раскрывающий субъективную значимость внешности, при котором тело выступает как объект, имеющий форму и размеры, а также как носитель социальных и личностных смыслов. В первом случае на первый план выходит эмоциональная составляющая (отношение к объекту, удовлетворенность/неудовлетворенность телом), во втором — когнитивная составляющая (точность/искажение восприятия тела) [20; 24; 27].

Становление и изменение образа тела происходит под влиянием социального окружения, начиная с семьи как микросистемы и заканчивая экзо- и макросистемами, транслирующими ценности и идеалы, представленные в массовом сознании [21]. Образы изящной, худой женщины и брутального, с выраженной мускулатурой мужчины стали идеальными в современной культуре и тиражируются в СМИ и социальных сетях. Сложилась установка идеализировать определенный тип внешности и придавать внешнему виду первостепенную значимость [4; 26]. Наряду с объективирующими таким образом невербальными и вербальными сообщениями, наблюдается феномен самообъективации. Самообъективация свойственна чаще всего женщинам и может приводить к принятию своего тела, не соответствующего эталонам красоты, использованию вредных для здоровья средств похудения, расстройствам пищевого поведения.

Социальные факторы НПП, включающие травмирующие межличностные отношения (буллинг, насмешки, касающиеся внешности, в детстве и подростковом возрасте) оказываются сопряженными с самообъективацией, интернализированными («присвоенными», по А.Н.Леонтьеву) представлениями об идеальном теле, а также страхом негативной оценки внешности [19]. Если в детстве пищевое поведение ребенка зависит ис-

ключительно от требований и поведения родителей, то начиная с младшего школьного возраста оно включается в контекст более широких социальных связей, межличностных отношений и коммуникации [6]. Главным фактором риска НПП считается женский пол; что касается возраста, то наиболее уязвимыми становятся подростки [16].

Подавляющее большинство исследований, в которых определяются особенности образа тела и НПП, выполнено на женских выборках: в них входят чаще всего девочки-подростки и молодые женщины [1; 5; 7; 8; 9], реже — взрослые женщины [12; 17], редко — девочки до пубертата.

Исследования, проведенные в последнее десятилетие, показали, что «... проблема пищевого поведения и отношения к телу, традиционно относящаяся к подростковому возрасту, явно “помолодела”» [18, с. 32]. У современных детей 6—7 лет низкая самооценка сочетается с усвоением идеалов внешности и неудовлетворенностью своим телом. Около половины девочек и мальчиков 8—12 лет хотели бы похудеть. Дети 6—11 лет склонны к самообъективации [29].

Данные, полученные при изучении образа тела и риска НПП в детстве и подростковом возрасте, позволили предложить различные направления профилактической и коррекционной работы. Психологами, в частности, рекомендуются создание в социальных сетях альтернативного контента для подростков, вовлечение подростков в виды деятельности, стимулирующие восприятие тела с точки зрения его функциональности, а не внешнего вида, а также просвещение их родителей [2; 8; 22]. Профилактическая работа в современных условиях должна начинаться с младшего школьного возраста, что требует проведения дополнительных исследований.

Цель данного исследования — уточнить риск нарушений пищевого поведения в связи с особенностями образа тела и самооценкой девочек младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования. Мы предполагаем, что образ тела, самооценка внешней привлекательности и риск нарушений пищевого поведения у девочек младшего школьного возраста в настоящее время имеют те же тенденции развития, что и в подростковом возрасте.

Метод

Выборка. В исследовании, проводившемся в 2019—2020 гг., приняла участие 68 девочек младшего школьного возраста, обучающихся в 3-х классах средней общеобразовательной школы и лицея в Московской области (14 девочек 8 лет и 54 девочки 9 лет, средний возраст 8,8 лет). Группу сравнения составила 71 девочка подросткового возраста, из 6-х классов тех же образовательных учреждений (10 девочек 11 лет и

61 девочка 12 лет, средний возраст 11,9 лет). На проведение психологического исследования было получено разрешение родителей детей.

Методики. В исследовании применялись следующие методики:

1. Шкала ранжирования фигур (Figure Rating Scale) — использовалась для изучения образа тела. Разработанная в 1980-е годы (A. Stunkard, T. Sorensen, F. Schulsinger), шкала позже модифицировалась с ориентацией на оценку реального и идеального образа тела [31; 35]. На русскоязычной выборке апробирована М.Ю. Дурневой [5]. Шкала представляет собой серию фигур (рис. 1). Участвующая в исследовании девочка в соответствии с двумя последовательно предъявляемыми инструкциями выбирает тот силуэт, который максимально приближен к ее фигуре, затем — желательный.

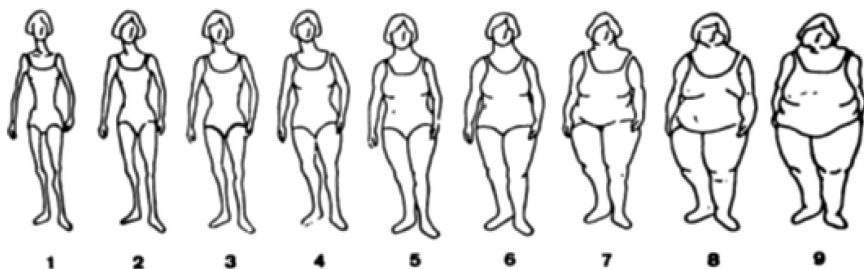


Рис. 1. Шкала ранжирования фигур (FRS)

2. Для выявления уровня самооценки использовались шкалы Дембо—Рубинштейн (версия А.М. Прихожан). Устанавливались показатели самооценки здоровья, красоты, уверенности в себе, счастья и способностей.

3. С целью определения риска нарушений пищевого поведения применялись опросник пищевых расстройств (Eating Disorder Inventory-2), объединенная шкала «Риск нарушений пищевого поведения», включающая, в частности, шкалу «Стремление к худобе», а также Шкала удовлетворенности телом (Body Appreciation Scale). Опросник пищевых расстройств [28] апробировался на различных выборках, причем в исследованиях участвовала и неклиническая популяция [10; 14; 25]; его валидизация проводилась, в том числе, на русскоязычной выборке [5]. Шкала удовлетворенности телом [23] апробировалась и валидизировалась на разных выборках, в том числе русскоязычной [5; 13; 33; 34], и в настоящее время модифицируется [30].

Исследование проводилось с детьми младшего школьного возраста индивидуально, с подростками — в малых группах.

При анализе полученных результатов использовались методы математической статистики: коэффициент корреляции r -Spearman, критерий U Манна—Уитни.

Результаты

Как показал выбор девочками младшего школьного возраста реального и идеального образа тела (методика FRS), первый превосходит по размеру и весу идеал. В группе девочек 8—9 лет, выбирающих одну из девяти фигур, среднее значение в случае реального образа тела составляет 3,2, идеального образа тела — 2,7. Для реального образа тела характерно то, что свое тело девочки воспринимают как более объемное (массивное) и тяжелое, чем идеальное. По данным опросника EDI-2, стремление к худобе у них коррелирует с неудовлетворенностью телом ($r=0,47$ при $p\leq 0,01$).

Соотнесем показатели образа тела, удовлетворенности телом и самооценки в младшем школьном возрасте. Как видно из табл. 1, самооценка в целом и по ряду параметров имеет положительные связи с удовлетворенностью телом и отрицательные связи с образом тела, как идеальным, так и реальным. Значимые корреляции установлены между удовлетворенностью телом и самооценкой, уровнем притязаний по параметру «уверенность в себе», а также уровнем притязаний в целом. Чем выше удовлетворенность девочек своим телом, тем в большей степени они ощущают уверенность в себе и тем выше их уровень притязаний.

Таблица 1

Связь самооценки и уровня притязаний с образом тела и удовлетворенностью телом у девочек младшего школьного возраста (коэффициент корреляции r -Spearman)

Параметр самооценки / уровня притязаний (шкалы Дембо—Рубинштейн)		Образ тела (FRS)			Удовлетворенность телом (BAS)
		Реальный	Идеальный	Расхождение	
Здоровье	Самооценка	-0,09	-0,09	-0,11	0,01
	Притязания	-0,23	-0,13	-0,14	0,12
Красота	Самооценка	-0,37**	-0,18	-0,27*	0,19
	Притязания	-0,31*	-0,05	-0,25*	0,15
Уверенность в себе	Самооценка	-0,28*	-0,19	-0,24*	0,30*
	Притязания	-0,38**	-0,09	-0,33**	0,35**
Счастье	Самооценка	-0,13	-0,11	-0,13	0,23
	Притязания	-0,24**	-0,05	-0,20	0,21
Способности	Самооценка	-0,35**	-0,13	-0,32**	0,21
	Притязания	-0,37**	-0,09	-0,31*	0,19
Общий показатель	Самооценка	-0,27*	-0,13	-0,28*	0,22
	Притязания	-0,39**	-0,12	-0,29*	0,25*

Примечание: «*» — $p\leq 0,05$; «**» — $p\leq 0,01$.

Выявлены значимые отрицательные корреляции между реальным образом тела, расхождением между реальным и идеальным образом тела и самооценкой, уровнем притязаний в целом и по параметрам «красота», «уверенность в себе», «способности»; кроме того — между реальным образом тела и уровнем притязаний на счастье.

Самооценка, имеющая отрицательные связи с образом тела, связана также с риском пищевого поведения (табл. 2).

Между самооценкой, уровнем притязаний, с одной стороны, и риском НПП, неудовлетворенностью телом, с другой стороны, установлены отрицательные корреляции. Чем выше самооценка красоты, уверенности в себе и способностей, а также самооценка в целом, тем меньше неудовлетворенность телом и ниже риск НПП.

Таблица 2

Связь самооценки и уровня притязаний с показателями риска нарушений пищевого поведения у девочек младшего школьного возраста (коэффициент корреляции r -Spearman)

Параметр самооценки / уровня притязаний (шкалы Дембо-Рубинштейн)		Стремление к худобе (EDI-2)	Неудовлетворенность телом (EDI-2)	Риск НПП (EDI-2)
Здоровье	Самооценка	-0,03	-0,23	-0,21
	Притязания	0,16	-0,14	0,01
	Расхождение	0,19	0,31**	0,33**
Красота	Самооценка	-0,16	-0,33**	-0,32**
	Притязания	-0,01	-0,22	-0,15
	Расхождение	0,28*	0,35**	0,40**
Уверенность в себе	Самооценка	-0,17	-0,38**	-0,36**
	Притязания	0,03	-0,40**	-0,21
	Расхождение	0,33**	0,30*	0,42**
Счастье	Самооценка	-0,14	-0,15	-0,24*
	Притязания	-0,03	-0,10	-0,09
	Расхождение	0,19	0,14	0,25*
Способности	Самооценка	-0,15	-0,35**	-0,28**
	Притязания	0,01	-0,27*	0,17
	Расхождение	0,14	0,21	0,16
Общий показатель	Самооценка	-0,19	-0,35**	-0,37**
	Притязания	0,15	-0,18	-0,06
	Расхождение	0,33**	0,28*	0,37**

Примечание: «*» — $p \leq 0,05$; «**» — $p \leq 0,01$.

Со стремлением к худобе ситуация не столь определенная. Тем не менее, увеличение разрыва между самооценкой и уровнем притязаний по параметрам «красота» и «уверенность в себе» приводит к усилению стремления к худобе. Девочки младшего школьного возраста, недостаточно уверенные в себе и считающие себя недостаточно красивыми, хотели бы похудеть.

В целом, риск НПП возрастает при существенном расхождении между самооценкой и уровнем притязаний, касающихся таких физических и психологических показателей, как здоровье, красота, уверенность в себе и счастье.

Отметим также наличие значимой положительной корреляции между расхождением реального и идеального образов тела, с одной стороны, и риском НПП — с другой ($r=0,44$ при $p \leq 0,01$).

Проследим основные отличия и сходство рассматриваемых показателей у девочек младшего школьного и подросткового возрастов. Как видно из табл. 3, значимые различия между двумя возрастными группами отсутствуют по параметрам «образ тела» (реальный и идеальный), «стремление к худобе» и «риск НПП». При этом неудовлетворенность телом значимо выше в подростковом возрасте и, соответственно, удовлетворенность телом выше в младшем школьном возрасте.

Таблица 3

Значимость различий между группами девочек младшего школьного и подросткового возрастов по показателям образа тела и риска нарушений пищевого поведения

Параметр / методика	Средние ранги		U Манна—Уитни	p
	Младший школьный возраст	Подростковый возраст		
Неудовлетворенность телом (EDI-2)	2,20	2,80	1670,0	0,00
Стремление к худобе (EDI-2)	3,60	3,20	2034,5	0,11
Риск НПП (EDI-2)	7,90	8,10	4599,0	0,70
Удовлетворенность телом (BAS)	4,00	3,60	1891,0	0,03
Реальный образ тела (FRS)	3,20	3,50	2006,5	0,07
Идеальный образ тела (FRS)	2,70	2,90	2186,0	0,32
Расхождение в образах тела (FRS)	0,50	0,60	2279,0	0,54

Наряду со значительным сходством показателей, следует учитывать различие связей между ними в разных возрастах. В то время как в младшем школьном возрасте образ тела и риск НПП связаны с самооценкой, в подростковом возрасте эти связи полностью или частично отсутствуют. У девочек-подростков выявлены только значимые положительные связи удовлетворенности телом и самооценки здоровья ($r=0,30$; $p\leq 0,05$), красоты ($r=0,47$; $p\leq 0,01$), уверенности в себе ($r=0,40$; $p\leq 0,01$), счастья ($r=0,29$; $p\leq 0,05$), самооценки в целом ($r=0,42$; $p\leq 0,01$). Риск НПП имеет отрицательные связи не с широким спектром параметров самооценки, а лишь с самооценкой здоровья ($r=-0,35$; $p\leq 0,01$) и красоты ($r=-0,27$; $p\leq 0,05$).

Обсуждение результатов

Результаты проведенного исследования согласуются с выдвинутым в последнее время положением о возрастном сдвиге проблем, связанных с образом тела и пищевым поведением: проблемы, традиционно считающиеся подростковыми, оказываются актуальными в младшем школьном возрасте, последнем периоде эпохи детства [18; 29]. Идеальный образ тела, сформировавшийся благодаря рекламе СМИ, мнениям окружающих женщин, требованиям педагогов в спортивных секциях и танцевальных студиях, является меньшим (по размеру и весу), чем реальный образ тела у девочек младшего школьного возраста. Расхождение между идеальным и реальным образами тела порождает неудовлетворенность телом и, наряду с другими субъективными факторами, — риск нарушений пищевого поведения. Риск НПП, стремление к худобе, соотношение реального и идеального образов тела сходны у девочек 8—9 лет и девочек 11—12 лет, т. е. в младшем школьном и подростковом возрастах.

Представляет интерес соотношение образа тела, самооценки и риска нарушений пищевого поведения. Обращает на себя внимание отрицательная корреляция неудовлетворенности телом и уровня притязаний в области способностей, установленная у девочек младшего школьного возраста. Можно предположить, что ориентация на способности, обеспечивающие в представлении детей успех в учебной и неучебных видах деятельности, снижает значимость внешности и неудовлетворенность своим телом. В связи с этим следует иметь в виду, что именно в младшем школьном возрасте учебная деятельность является ведущей, а социальная ситуация развития представляет собой ситуацию обучения [15]. Кроме того, в этом возрастном периоде для современных детей особенно важны разнообразные виды продуктивной деятельности и ценными личными мотивами становится стремление совершенствовать свои уме-

ния и приобретать новые, развивать свои способности [3], что наряду с учебными достижениями приводит к становлению чувства компетентности. В подростковом возрасте, при изменении социальной ситуации развития, при ориентации на общение со сверстниками, удовлетворенность телом связана с различными параметрами самооценки, но самооценка способностей среди них отсутствует.

Представления о здоровье в младшем школьном возрасте не вполне сформированы, хотя в течение трех лет (от 1-го к 3-му классу) они дифференцируются и здоровье осознается не только как источник активности и хорошего настроения, но и как следствие правильного питания, гигиены, физических упражнений [11]. Самооценка здоровья и соответствующий уровень притязаний не коррелируют значимо с риском НПП и его составляющими. Но расхождение между самооценкой здоровья и уровнем притязаний связано с неудовлетворенностью телом и риском НПП. Возможно, здесь, в частности, наблюдается неудовлетворенность телом с точки зрения его функциональности, а осознание недостаточного здоровья возникает при его понимании как условия, обеспечивающего не только возможность «ходить в школу», но и «бегать и прыгать», «ходить по спортивным секциям» и т. п. [11, с. 22—23]. Роль здоровья становится более значимой для девочек в подростковом возрасте, в процессе развития понятийного мышления и возрастания проявлений биологического фактора в развитии. Повышение самооценки здоровья и красоты у них способствует снижению риска НПП.

Красота (внешняя привлекательность) в большей мере, чем здоровье, связана с образом тела в младшем школьном возрасте. Значимой для формирования образа тела и возникновения риска НПП является уверенность в себе. Чем изящнее воспринимает себя девочка, тем выше ее самооценка в целом и самооценка красоты, уверенности в себе, способностей, тем в большей степени она претендует на счастье. Чем ниже общая самооценка и уровень притязаний на счастье (слабее ожидание субъективного благополучия), тем больше реальный образ тела отличается от идеального: девочке кажется, что она недостаточно соответствует современным стандартам красоты.

Выводы

1. У девочек младшего школьного возраста реальный образ тела отличается от идеального образа тела. Идеал, усвоенный детьми, является меньшим по размеру и весу.
2. Соотношение реального и идеального образов тела, стремление к худобе и риск нарушений пищевого поведения у девочек сходны в млад-

шем школьном и подростковом возрастах. При этом неудовлетворенность своим телом в большей степени выражена у подростков.

3. Возрастной особенностью девочек, не достигших пубертата, является связь самооценки с реальным образом тела и риском нарушений пищевого поведения. В младшем школьном возрасте способствует повышению удовлетворенности собственным телом выраженная уверенность в себе; снижается риск нарушений пищевого поведения при повышении самооценки красоты (внешней привлекательности), своих способностей, уверенности в себе и счастья (субъективного благополучия).

4. Не только девочки-подростки, но и современные девочки младшего школьного возраста требуют к себе особого внимания со стороны родителей, педагогов и психологов в связи с имеющимся риском нарушений пищевого поведения. Мишенями в работе психолога могут служить неудовлетворенность телом, неуверенность в себе, низкий уровень субъективного благополучия, низкая самооценка красоты и способностей.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Александрова Р.В., Мешкова Т.А.* Особенности внутрисемейных отношений девочек-подростков с риском нарушения пищевого поведения // Клиническая и специальная психология. 2016. Том 5. № 2. С. 33—45. DOI: 10.17759/cpse.2016050203
2. *Белогай К.Н., Осипова Д.А.* Представления о своем теле девочек-подростков с разным уровнем физической активности // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2019. Том 27. С. 3—15. DOI: 10.26516/2304-1226.2019.27.3
3. *Данилова Е.Е.* Содержание и динамика мотивационных предпочтений современных младших школьников и младших подростков // Психологическая наука и образование. 2019. Том 24. № 4. С. 51—61. DOI: 10.17759/pse.2019240404
4. *Дмитриева Н.В., Дмитриева А.Д., Соколова Г.И.* Психологические особенности «современного идеала женской красоты» в социальной сети Instagram // Ученые записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы. 2019. Том 32. № 2. С. 9—21.
5. *Дурнева М.Ю.* Формирование отношения к телу и пищевого поведения у девушек подросткового и юношеского возраста: дисс. ... канд. психол. наук. М., 2014. 175 с.
6. *Дурнева М.Ю.* Формирование пищевого поведения: путь от младенчества до подростка. Обзор зарубежных исследований // Клиническая и специальная психология. 2015. Том 4. № 3. С. 1—19.
7. *Дурнева М.Ю., Мешкова Т.А.* Влияние социокультурных стандартов привлекательности на формирование отношения к телу и пищевого поведения у девушек подросткового и юношеского возраста // Психологическая наука и образование. 2013. Том 18. № 2. С. 25—34.

8. *Ерохина Е.А., Филиппова Е.В.* Образ тела и отношение к своему телу у подростков: семейные и социокультурные факторы влияния (по материалам зарубежных исследований) // Современная зарубежная психология. 2019. Том 8. № 4. С. 57—68. DOI: 10.17759/jmfp.2019080406
9. *Иванов Д.В., Хохрина А.А.* Образ тела у подростков с нарушением пищевого поведения // Вестник ГУУ. 2019. № 6. С. 198—204.
10. *Ильчик О.А., Сивуха С.В., Скугаревский О.А., Суихи С.* Русскоязычная адаптация методики «Шкала оценки пищевого поведения» // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2011. №1 (03). С. 1—18.
11. *Казанская К.О., Меццержак Б.Г.* Концептуальные изменения в представлениях о здоровье и болезни у младших школьников // Культурно-историческая психология. 2012. № 3. С. 19—29.
12. *Каменецакая Е.В., Ребеко Т.А.* Репрезентация телесного Я при нарушении пищевого поведения // Экспериментальная психология. 2015. Том 8. № 3. С. 118—128. DOI: 10.17759/exppsy.2015080311
13. *Келина М.Ю., Маренова Е.В., Мешкова Т.А.* Неудовлетворенность телом и влияние родителей и сверстников как факторы риска нарушений пищевого поведения среди девушек подросткового и юношеского возраста // Психологическая наука и образование. 2011. № 5. С. 44—51.
14. *Келина М.Ю., Мешкова Т.А.* Алекситимия и ее связь с пищевыми установками в неклинической популяции девушек подросткового и юношеского возраста // Клиническая и специальная психология. 2012. № 2. С. 1—16.
15. *Леонтьев А.Н.* Психологические основы развития ребенка и обучения. М.: Смысл, 2019. 423 с.
16. *Мешкова Т.А.* Роль наследственности и среды в этиологии нарушений пищевого поведения. 1. Обзор семейных исследований // Клиническая и специальная психология. 2015. Том 4. № 1. С. 1—14.
17. *Овчарова Р.В.* Психологические особенности женщин с нарушениями пищевого поведения // Вестник Курганского государственного университета. 2016. № 2 (41). С. 91—97.
18. *Павлова Н.В., Филиппова Е.В.* Взаимосвязь пищевого поведения и формирования образа тела у детей и подростков в контексте детско-родительских отношений // Современная зарубежная психология. 2020. Том 9. № 4. С. 32—44. DOI: 10.17759/jmfp.2020090403
19. *Разваляева А.Ю., Польская Н.А.* Русскоязычная адаптация методик «Чувствительность к отвержению из-за внешности» и «Страх негативной оценки внешности» // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Том 28. № 4. С. 118—143. DOI: 10.17759/cpp.2020280407
20. *Соколова Е.Т.* Я-образ тела // Психология самосознания. Хрестоматия / Под ред. Д.Я. Райгородского. Самара: Бахрах-М, 2007. С. 406—422.
21. Социальная возрастная психология / Н.Н. Толстых [и др.]. М.: Академический проект, 2019. 345 с.
22. *Якубовская Д.К., Польская Н.А.* Идеал «худого тела» и самообъективация в социальных медиа // Возможности и риски цифровой среды. VII Всероссийская научно-практическая конференция по психологии развития (чтения памяти Л.Ф.Обуховой). М.: МГППУ, 2019. С. 368—371.

23. Avalos L., Tylka T., Wood-Barcalow N. The Body Appreciation Scale: Development and psychometric evaluation // *Body Image*. 2005. № 2. P. 285—297.
24. Cash T.F., Pruzinsky T. *Body Image: a Handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press, 2002. 530 p.
25. Clausen L., Rokkedal K., Rosenvinge J. Validating the Eating Disorder Inventory (EDI-2) in Two Danish Samples: A Comparison between Female Eating Disorder Patients and Females from the General Population // *European Eating Disorders Review*. 2009. № 17. P. 462—467.
26. Fardouly J., Willburger B., Vartanian L. Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways // *New media & society*. 2018. Vol. 20 (4). P. 1380—1395. DOI: 10.1177/1461444817694499
27. Fisher S. *Development and structure of the Body Image*. New Jersey: L. Erlbaum Associates, 1985. 556 p.
28. Garner D., Olmsted P., Polivy J. Development and validation of multidimensional Eating Disorder Inventory for anorexia nervosa and bulimia // *International Journal of Eating Disorders*. 1983. Vol. 2, № 2. P. 15—34.
29. Jongenelis M., Byrne S., Pettigrew S. Self-objectification, body image disturbance and eating disorder symptoms in young Australian children // *Body Image*. 2014. Vol. 11. № 3. P. 290—302. DOI: 10.1016/j.bodyim.2014.04.002
30. Junqueira A.C.P., Laus M.F., Sousa Almeida S., Braga Costa T.M., Swami V., Todd J. Translation and validation of a Brazilian Portuguese version of the Body Appreciation Scale-2 in Brazilian adults // *Body Image*. 2019. № 31. P. 160—170.
31. Pine K. Children's Perceptions of Body Shape: A Thinness Bias in Pre-Adolescent Girls and Associations with Femininity // *Clinical Child Psychology and Psychiatry*. 2001. Vol. 6. № 4. P. 519—536.
32. Schuck K., Munsch S., Schneider S. Body image perceptions and symptoms of disturbed eating behavior among children and adolescents in Germany // *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 2018. Vol. 12. № 10 (2018), published 24.01.2018. DOI: 10.1186/s13034-018-0216-5
33. Swami V., Chamorro-Premuzic T. Factor structure of the Body Appreciation Scale among Malaysian women // *Body Image*. 2008. № 5. P. 409—413.
34. Swami V., Stieger S., Haubner T., Voracek M. German translation and psychometric evaluation of the Body Appreciation Scale // *Body Image*. 2008. № 5. P. 122—127.
35. Tsiantas C., King R. Similarities in Body Image in Sisters: The Role of Sociocultural Internalization and Social Comparison // *Eating Disorders: The Journal of Treatment and Prevention*. 2001. Vol. 9. № 2. P. 141—158.

REFERENCES

1. Aleksandrova R.V., Meshkova T.A. Osobennosti vnutrisemeinykh otnoshenii devochek-podrostkov s riskom narusheniya pishchevogo povedeniya [Features of intra-family relations of adolescent girls at risk of eating disorders]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya = Clinical and Special Psychology*, 2016. Vol. 5, no. 2, pp. 33—45. DOI: 10.17759/cpse.2016050203. (In Russ., abstr. in Engl.).
2. Belogai K.N., Osipova D.A. Predstavleniya o svoem tele devochek-podrostkov s raznym urovnem fizicheskoi aktivnosti [Ideas about the body of teenage girls with different levels of physical activity]. *Izvestiya Irkutskogo gosudarstvennogo*

- universiteta. Seriya Psikhologiya = The bulletin of Irkutsk state university. Psychology Series*, 2019. Vol. 27, pp. 3–15. DOI: 10.26516/2304-1226.2019.27.3. (In Russ., abstr. in Engl.).
3. Danilova E.E. Soderzhanie i dinamika motivatsionnykh predpochtenii sovremennykh mladshikh shkol'nikov i mladshikh podrostkov [Content and dynamics of motivational preferences of modern primary school children and young teenager], *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2019. Vol. 24, no. 4, pp. 51–61. DOI: 10.17759/pse.2019240404. (In Russ., abstr. in Engl.).
 4. Dmitrieva N.V., Dmitrieva A.D., Sokolova G.I. Psikhologicheskie osobennosti «sovremennogo ideala zhenskoi krasoty» v sotsial'noi seti Instagram [Psychological features of the “modern ideal of female beauty” in the social network Instagram]. *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsial'noi raboty = Scientific notes journal of St. Petersburg state institute of psychology and social work*, 2019. Vol. 32, pp. 9–21. (In Russ., abstr. in Engl.).
 5. Durneva M.Yu. Formirovanie otnosheniya k telu i pishchevogo povedeniya u devushek podrostkovogo i yunosheskogo vozrasta. Diss. kand. psikhol. nauk [Formation of attitude to the body and eating behavior in adolescent girls. Ph. D. (Psychology) diss.]. Moscow, 2014. 175 p.
 6. Durneva M.Yu. Formirovanie pishchevogo povedeniya: put' ot mladenchestva do podrostka. Obzor zarubezhnykh issledovaniy [The formation of eating behavior: the path from infancy to adolescence. Overview of foreign research]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya = Clinical and Special Psychology*, 2015. Vol. 4, no. 3, pp. 1–19. (In Russ., abstr. in Engl.).
 7. Durneva M.Yu., Meshkova T.A. Vliyaniye sotsiokul'turnykh standartov privlekatel'nosti na formirovanie otnosheniya k telu i pishchevogo povedeniya u devushek podrostkovogo i yunosheskogo vozrasta [Influence of sociocultural standards of attractiveness on the formation of attitudes to the body and eating behavior in adolescent girls]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2013. Vol. 18, no. 2, pp. 25–34. (In Russ., abstr. in Engl.).
 8. Erokhina E.A., Filippova E.V. Obraz tela i otnoshenie k svoemu telu u podrostkov: semeinye i sotsiokul'turnye factory vliyaniya (po materialam zarubezhnykh issledovaniy) [Body image and attitude to your body in adolescents: family and socio-cultural factors of influence (based on the materials of foreign studies)]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Modern Foreign Psychology*, 2019. Vol. 8, no. 4, pp. 57–68. DOI: 10.17759/jmfp.2019080406. (In Russ., abstr. in Engl.).
 9. Ivanov D.V., Khokhrina A.A. Obraz tela u podrostkov s narusheniem pishchevogo povedeniya [Body image in adolescents with eating disorders]. *Vestnik GUU = Bulletin of the State University of Management*, 2019, no. 6, pp. 198–204. (In Russ., abstr. in Engl.).
 10. Il'chik O.A., Sivukha S.V., Skugarevskii O.A., Suikhi S. Russkoyazychnaya adaptatsiya metodiki «Shkala otsenki pishchevogo povedeniya» [Russian-language adaptation of the methodology “Scale of assessment of eating behavior”]. *Psikhiatriya, psikhoterapiya i klinicheskaya psikhologiya = Psychiatry, psychotherapy and clinical psychology*, 2011. Vol. 1 (03), pp. 1–18.

11. Kazanskaya K.O., Meshcheryakov B.G. Kontseptual'nye izmeneniya v predstavleniyakh o zdorov'e i bolezni u mladshikh shkol'nikov [Conceptual changes in the ideas of health and illness in younger schoolchildren]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-Historical Psychology*, 2012, no. 3, pp. 19–29. (In Russ., abstr. in Engl.).
12. Kamenetskaya E.V., Rebeko T.A. Rerezentatsiya telesnogo Ya pri narushenii pishchevogo povedeniya [Representation of the body Self in eating disorders]. *Ehksperimental'naya psikhologiya = Experimental psychology*, 2015. Vol. 8, no. 3, pp. 118–128. DOI: 10.17759/exppsy.2015080311. (In Russ., abstr. in Engl.).
13. Kelina M.Yu., Marenova E.V., Meshkova T.A. Neudovletvorennost' telom i vliyanie roditeli i sverstnikov kak faktory riska narushenii pishchevogo povedeniya sredi devushek podrostkovogo i yunosheskogo vozrasta [Dissatisfaction with the body and the influence of parents and peers as risk factors for eating disorders among adolescent and adolescent girls]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2011, no. 5, pp. 44–51.
14. Kelina M.Yu., Meshkova T.A. Aleksitimiya i ee svyaz' s pishchevymi ustanovkami v neklinicheskoi populyatsii devushek podrostkovogo i yunosheskogo vozrasta [Alexithymia and its connection with food attitudes in a non-clinical population of adolescent girls]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya = Clinical and special psychology*, 2012, no. 2, pp. 1–16.
15. Leont'ev A.N. Psikhologicheskie osnovy razvitiya rebenka i obucheniya [Psychological foundations of child development and learning]. Moscow: Smysl, 2019. 423 p. (In Russ.).
16. Meshkova T.A. Rol' nasledstvennosti i sredy v ehtiologii narushenii pishchevogo povedeniya. 1. Obzor semeinykh issledovaniy [The role of heredity and environment in the etiology of eating disorders. 1. Review of family research]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya = Clinical and special psychology*, 2015. Vol. 4, no. 1, pp. 1–14. (In Russ., abstr. in Engl.).
17. Ovcharova R.V. Psikhologicheskie osobennosti zhenshchin s narusheniyami pishchevogo povedeniya [Psychological characteristics of women with eating disorders]. *Vestnik Kurganskogo gosudarstvennogo universiteta = Bulletin of the Kurgan State University*, 2016, no. 2 (41), pp. 91–97. (In Russ.).
18. Pavlova N.V., Filippova E.V. Vzaimosvyaz' pishchevogo povedeniya i formirovaniya obraza tela u detei i podrostkov v kontekste detsko-roditel'skikh otnoshenii [Interrelation of eating behavior and body image formation in children and adolescents in the context of child-parent relations]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Modern Foreign Psychology*, 2020. Vol. 9, no. 4, pp. 32–44. DOI: 10.17759/jmfp.2020090403. (In Russ., abstr. in Engl.).
19. Razvalyaeva A.Yu., Pol'skaya N.A. Russkoyazychnaya adaptatsiya metodik «Chuvstvitel'nost' k otverzheniyu iz-za vneshnosti» i «Strakh negativnoi otsenki vneshnosti» [Russian-language adaptation of the methods “Sensitivity to rejection due to appearance” and “Fear of negative evaluation of appearance”]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2020. Vol. 28, no. 4, pp. 118–143. DOI: 10.17759/cpp.2020280407. (In Russ., abstr. in Engl.).

20. Sokolova E.T. Ya-obraz tela [Body Image]. In Raigorodskii D.Ya. (ed.), *Psikhologiya samosoznaniya. Khrestomatiya [Psychology of self-awareness. Anthology]*. Samara: Bakhrakh-M Publ., 2007, pp. 406—422. (In Russ.).
21. Tolstykh N.N. Sotsial'naya vozrastnaya psikhologiya [Social age psychology]. Moscow: Akademicheskii proekt, 2019. 345 p. (In Russ.).
22. Yakubovskaya D.K., Pol'skaya N.A. Ideal «khudogo tela» i samoob"ektivatsiya v sotsial'nykh media [The "lean body" ideal and self-objectification in social media]. In *Vozmozhnosti i riski tsifrovoi sredy. VII Vserossiiskaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya po psikhologii razvitiya [Opportunities and risks of the digital environment. VII All-Russian Scientific and Practical Conference on Developmental Psychology]*. Moscow: MGPPU Publ., 2019, pp. 368—371. (In Russ.).
23. Avalos L., Tylka T., Wood-Barcalow N. The Body Appreciation Scale: Development and psychometric evaluation // *Body Image*, 2005, no. 2, pp. 285—297.
24. Cash T.F., Pruzinsky T. *Body Image: a Handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press. 2002. 530 p.
25. Clausen L., Rokkedal K., Rosenvinge J. Validating the Eating Disorder Inventory (EDI-2) in Two Danish Samples: A Comparison between Female Eating Disorder Patients and Females from the General Population // *European Eating Disorders Review*, 2009, no. 17, pp. 462—467.
26. Fardouly J., Willburger B., Vartanian L. Instagram use and young women's body image concerns and self-objectification: Testing mediational pathways // *New media & society*, 2018. Vol. 20 (4), pp. 1380—1395. DOI: 10.1177/1461444817694499.
27. Fisher S. *Development and structure of the Body Image*. New Jersey: L. Erlbaum Associates. 1985. 556 p.
28. Garner D., Olmsted P., Polivy J. Development and validation of multidimensional Eating Disorder Inventory for anorexia nervosa and bulimia // *International Journal of Eating Disorders*, 1983. Vol. 2, no. 2, pp. 15—34.
29. Jongenelis M., Byrne S., Pettigrew S. Self-objectification, body image disturbance and eating disorder symptoms in young Australian children // *Body Image*, 2014. Vol. 11, no. 3, pp. 290—302. DOI: 10.1016/j.bodyim.2014.04.002.
30. Junqueira A.C.P., Laus M.F., Sousa Almeida S., Braga Costa T.M., Swami V., Todd J. Translation and validation of a Brazilian Portuguese version of the Body Appreciation Scale-2 in Brazilian adults // *Body Image*, 2019, vol. 31, pp. 160—170.
31. Pine K. Children's Perceptions of Body Shape: A Thinness Bias in Pre-Adolescent Girls and Associations with Femininity // *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 2001. Vol. 6, no. 4, pp. 519—536.
32. Schuck K., Munsch S., Schneider S. Body image perceptions and symptoms of disturbed eating behavior among children and adolescents in Germany // *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 2018. Vol. 12, no. 10 (2018), published 24.01.2018. DOI: 10.1186/s13034-018-0216-5.
33. Swami V., Chamorro-Premuzic T. Factor structure of the Body Appreciation Scale among Malaysian women // *Body Image*, 2008, no. 5, pp. 409—413.
34. Swami V., Stieger S., Haubner T., Voracek M. German translation and psychometric evaluation of the Body Appreciation Scale // *Body Image*, 2008, no. 5, pp. 122—127.

35. Tsiantas C., King R. Similarities in Body Image in Sisters: The Role of Sociocultural Internalization and Social Comparison // *Eating Disorders: The Journal of Treatment and Prevention*, 2001. Vol. 9, no. 2, pp. 141—158.

Информация об авторах

Кулагина Ирина Юрьевна, кандидат психологических наук, профессор кафедры возрастной психологии имени проф. Л.Ф. Обуховой, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3095-4329>, e-mail: kulaginaiu@mgppu.ru

Ружина Ольга Игоревна, магистр, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5340-4389>, e-mail: ruzhina.olga.igorevna@gmail.com

Information about the authors

Irina Yu. Kulagina, PhD in Psychology, Professor, Department of Educational Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3095-4329>, e-mail: kulaginaiu@mgppu.ru

Olga I. Ruzhina, magister, Department of Educational Psychology, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5340-4389>, e-mail: ruzhina.olga.igorevna@gmail.com

Получена 12.08.2021

Received 12.08.2021

Принята в печать 15.12.2021

Accepted 15.12.2021