

Образ тела и отношение к своему телу у подростков: семейные и социокультурные факторы влияния (по материалам зарубежных исследований)

Ерохина Е.А.,

*магистрант кафедры детской и семейной психотерапии факультета консультативной
и клинической психологии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,
eaerokhina@gmail.com*

Филлипова Е.В.,

*кандидат психологических наук, заведующая кафедрой детской и семейной психотерапии
факультета консультативной и клинической психологии, ФГБОУ ВО МГППУ, Москва, Россия,
e.v.filippova@mail.ru*

Представлен обзор зарубежных исследований, посвященных проблеме образа тела и отношения к своему телу у подростков. Рассмотрено влияние социального окружения, социальных сетей и семьи на формирование образа тела и удовлетворенность им в подростковом возрасте. Акцент сделан на исследования, рассматривающие в качестве основного фактора влияния детско-родительские отношения, позицию родителей и их поведение по отношению к внешности и телесному облику подростков, собственное отношение к своему телу родителей и трансляцию своих моделей поведения детям. Показано, что отношение к своему телу может являться предиктором возникновения расстройств пищевого поведения, избыточной массы тела, депрессивных симптомов, дисморфий. Анализ представленных исследований подводит к пониманию необходимости просветительской работы с социокультурным и семейным окружением подростков, в первую очередь, с их родителями.

Ключевые слова: образ тела, детско-родительские отношения, расстройства пищевого поведения, депрессия, индекс массы тела, виктимность, СМИ, социальные сети, родители, сверстники, самооценка.

Для цитаты:

Ерохина Е.А., Филлипова Е.В. Образ тела и отношение к своему телу у подростков: семейные и социокультурные факторы влияния (по материалам зарубежных исследований) [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2019. Т. 8. № 4. С. 57—68. doi: 10.17759/jmfp.2019080406

For citation:

Erokhina E.A., Filippova E.V. Body image and attitude to one's body in adolescent: family and sociocultural factors (based on foreign researches) [Elektronnyi resurs]. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 2019. Vol. 8, no. 4, pp. 57—68. doi: 10.17759/jmfp.2019080406 (In Russ.; Abstr. in Engl.).

Введение

Образ тела и удовлетворенность своим телом является одной из наиболее популярных тем исследований в современной зарубежной науке. Эта тема изучается не только в рамках психологии, но и в рамках психиатрии и медицины в целом. Каждый год публикуются десятки исследований образа тела и отношения к телу в различных журналах, как в журналах общей направленности, так и узконаправленных (например, журнал «Body Image»).

В области исследований образа тела можно выделить несколько направлений, но самым важным и самым популярным на данный момент является изучение воздействия так называемого социокультурного треугольника на формирование образа тела и на удовлетворенность подростков, молодежи и даже взрослых людей своим телом. Под социокультурным треугольником исследователи имеют в виду три группы факто-

ров: влияние семьи (в том числе, родителей, если говорить о подростках и молодежи), сверстников (одноклассников, друзей, коллег) и средств массовой информации, причем в последние годы доминирует изучение влияния Интернета в целом и социальных сетей — в частности, таких как Facebook и Instagram в качестве самых популярных.

Изучаются также расстройства пищевого поведения. В исследованиях, посвященных этой теме, неудовлетворенность своим телом почти всегда выступает медиатором расстройств пищевого поведения. Также исследования выявили связь между неудовлетворенностью собственным телом и возникновением депрессивных и тревожных симптомов, что является актуальной проблемой в связи с распространением депрессивных расстройств в последние десятилетия.

К более узким исследованиям можно отнести изучение влияния вредных привычек на образ тела, особенностей тела у лиц с соматическими заболеваниями и др.

Такой интерес к проблеме образа тела и отношения к нему легко объясним, поскольку образ тела является важным элементом самосознания, влияющим на становление характера и личности человека. Понятие «образ тела» было введено в 1935 году австро-американским психоаналитиком П. Шильдером. Образ тела Шильдер понимал как «... представление о нашем собственном теле, которое мы создаем в нашем уме, т. е. то, как оно представляется нам самим». Как показано еще работами классиков детского психоанализа — Д.В. Винникотта, М. Малер, Фр. Дольто, — формирование образа Я начинается с формирования образа тела, первых телесных ощущений, возникающих во взаимодействии матери и ребенка.

Особую остроту проблема отношения к своему телу приобретает в подростковом возрасте, когда происходящая гормональная перестройка организма приводит к изменению форм и пропорций тела, внешности подростка, потере целостного ощущения себя. Все это происходит на фоне того, что общение со сверстниками становится ведущей деятельностью подростка, зарождаются романтические отношения, выходит на сцену личностный эгоцентризм (описанные Элкингом феномены «воображаемой аудитории» и «сосредоточенности на себе»). Принятие своего тела превращается порой в трудную, драматичную проблему для подростка, которая может непреднамеренно усугубляться самими родителями.

Среди исследований, представленных в настоящем обзоре, можно выделить несколько основных направлений: это общие исследования образа тела подростков, связь образа тела с самоощущением, самооценкой, удовлетворенностью собой; влияние социокультурных факторов (сверстников, социальных сетей) и, наконец, влияние родительского поведения по отношению к телесному облику подростка на образ тела подростков и удовлетворенность им. Конечно, разделение этих факторов весьма условно, они всегда действуют совокупно, оказывая воздействие если не прямо, то опосредованно.

В фокусе настоящего обзора находятся исследования, направленные, главным образом, на изучение влияния детско-родительских отношений, позиции родителей и их моделей поведения на образ тела подростков и их отношение к своему телу, возможные последствия ошибочных родительских стратегий. Часто влияние родителей рассматривается в совокупности с влиянием социальных сетей и сверстников.

1. Общие исследования образа тела, гендерные и возрастные аспекты

Среди общих исследований образа тела следует назвать работу чешских специалистов, целью которой стало изучение внешнего вида и удовлетворенности подростков своим телом [1]. В выборку вошли 3105 подростков в возрасте 18 лет, 52,2% девочек и 47,7% мальчиков.

Результаты исследования показали, что девочки в целом менее удовлетворены своей внешностью, чем мальчики. Тем не менее, для обоих полов неудовлетворенность телом скорее всего усиливается критическими комментариями сверстников и родителей относительно их внешности, веса тела и т. д. Было обнаружено, что попытки подростков изменить свой вес возрастают не только с повышением индекса массы тела (ИМТ), но и с усилением нелицеприятной критики. Для поддержания здорового отношения подростков к себе им необходима позитивная оценка со стороны их окружения, в то время как низкая самооценка и неуверенность в себе могут негативно сказываться на здоровье подростков, а следовательно, на их росте и развитии.

Похожие результаты были получены ранее в исследовании 2006 года Т. Дэвидсон и М. МакКэбе [6], направленном на изучение взаимосвязи между различными аспектами образа тела и психосоциальным функционированием подростков. Было выявлено, что у девушек более негативный образ тела чем у юношей, но отношение образа тела к самооценке одинаково для обоих полов.

Исследование также показало, что для самооценки девушек важнее была внешняя оценка их тела, в то время как у мальчиков на самооценку больше влияло их собственное восприятие своего тела. Авторы обнаружили, что негативный образ тела не связан с отрицательным аффектом обладателя тела, но напрямую связан с отношениями со сверстниками противоположного пола. Особенно это актуально для мальчиков.

Подробное исследование образа тела подростков в различных возрастах осуществили Пауло В., Миранда Н., Конти М. и коллеги [3]. Изучалась зависимость образа тела от пола и питания. В соответствии с периодизацией ВОЗ авторы выделили три периода подростничества — ранний (10—13 лет), средний (14—16 лет) и поздний (17—21 лет). В среднем возраст испытуемых составил 15,6 лет, среди них 158 человек — младших подростков, 290 — средних и 103 — старших. Оказалось, что 33% подростков, имеющих нормальный индекс массы тела, демонстрируют неудовлетворенность своим телом, причем подростки среднего возраста более недовольны своим телом, чем младшие и старшие. Девочки продемонстрировали большее недовольство своим телом, чем мальчики; что же касается возраста, то девушки в старшем подростковом возрасте чаще были недовольны своим телом, чем в младшем, в то время как мальчики показывают обратную тенденцию.

Таким образом, можно говорить о том, что девочки-подростки являются более уязвимыми в вопросах отношения к телу, поскольку они попадают под социальное давление — необходимость соответствовать некому идеалу формы тела, которого сложно достичь. Мальчики-подростки показали большую неудовлетворенность силуэтом своего тела, а не формой. Это может объясняться, по мнению авторов статьи, тем, что образ идеального мужского тела характеризуется как мускулистое и поджарое, а женского — как худое.

О. Вальтер и В. Шинар-Голан исследовали влияние детско-родительских отношений на образ тела мальчиков-подростков и их субъективное благополучие [33].

В исследовании приняли участи 107 юношей из Израиля в возрасте от 13 до 19 лет. Участники были разделены на три возрастные группы: 13—14 лет, 15—16 лет и 17—18 лет, измерялся ИМТ каждого участника. Исследование проводилось с помощью опросников.

Полученные данные могут свидетельствовать о том, что на формирование и определение подростками своего идеала образа тела влияют личностные и культурные факторы, физические изменения, а также взаимоотношения «родитель—подросток», в то время как возраст играет второстепенную роль.

Результаты регрессионного анализа показали, что фактор образа тела является основным и единственным предиктором субъективного благополучия, который основан на подростковом восприятии. В то же время детско-родительские отношения в значительной степени положительно связаны как с субъективным благополучием подростков, так и с образом тела.

II. Исследования влияния социокультурных факторов (социальных сетей, родителей и сверстников) на отношение к телу

Влияния современных визуальных социальных сетей на образ тела изучалось в университете Турина в Италии [16]. Целью его было выявление связи между временем, которое подростки проводят в социальных сетях, и проблемами, связанными с образом тела. В исследовании приняли участие 523 учащихся, девочек и мальчиков, из 6—11 классов школы.

Полученные данные подтвердили гипотезу о том, что частое использование социальных сетей может негативно влиять на образ тела у подростков. Кроме того, оказалось, что использование социальных сетей с высокой степенью визуального сопровождения влияет на образ тела более негативно, чем Facebook, и провоцирует появление эмоциональных симптомов. Это можно объяснить тем, что использование социальных сетей с высокой степенью визуального сопровождения повышает возможность сравнения себя с изображениями других пользователей, фотографии которых часто подражают социально принятым идеалам красоты. В результате разрыв между оценкой образа своего тела и этими изображениями способствует повышению неудовлетворенности собой и беспокойством об образе своего тела, что, в свою очередь, влияет на развитие таких симптомов, как депрессия и тревога.

Влияние социокультурных факторов на образ тела подростков было подтверждено в работе О. Доган, П. Байхан, А. Юкселен в 2018 году [7]. Полученные ими данные свидетельствуют о наличии положительной корреляции между образом тела подростков и такими факторами, как средства массовой информации, а также поведением родителей и сверстников.

Исследование связи образа тела с депрессивными симптомами в подростковом возрасте было предпринято Мюрреем К. с соавторами [22].

Было опрошено 298 подростков, учащихся частных школ Австралии, из которых 161 были девочками (средний возраст 15,36 лет) и 137 — мальчиками (средний возраст 15,54 года). Измерялись депрессивные симптомы, удовлетворенность телом, стратегии изменения тела, важность внешнего вида тела и самооценка, учитывались пол, возраст и ИМТ испытуемых.

Результаты показали, что девушки более склонны к неудовлетворенности своим телом, стрессу, желанию снизить вес, симптомам депрессии и более низкой самооценке. Они обнаружили стремление сбросить вес, в отличие от юношей, которые продемонстрировали желание увеличить мышечную массу.

Полученные данные позволяют предполагать, что отношение к телу может быть значительным предиктором депрессивных симптомов у девочек-подростков. Кроме того, это исследование обнаружило, что стратегии изменения тела, связанные с набором мышечной массы, являются предикторами депрессии как у девушек, так и юношей, в то время как предыдущие исследования показывали, что это характерно только для юношей.

Михаэль С.Л., Венцель К. и другие [23] изучали, как родительское воспитание, влияние сверстников (отношения со сверстниками, одиночество среди сверстников, виктимизация сверстниками и страх негативной оценки сверстниками) и физическая самооценка пятиклассников связаны с несоответствием в образе тела. Была выдвинута гипотеза о негативной связи между родительским воспитанием и несоответствием в образе тела. (Несоответствие образа тела было определено как разница между оценкой размера своего тела подростком и того размера, который, как они считают, должен быть у ребенка их возраста). Выборка составила 5147 детей.

Результаты показали, что для мальчиков воспитание отцом и общение со сверстниками отрицательно коррелируют с несоответствием в образе тела. Для девочек страх отрицательной оценки сверстниками положительно соотносится с несоответствиями в образе тела. Как для мальчиков, так и для девочек, хорошие отношения со сверстниками и страх негативной оценки со стороны сверстников напрямую связаны с физической самооценкой. Кроме того, материнское воспитание положительно соотносится с физической самооценкой девочек, а отцовское воспитание — с физической самооценкой мальчиков. В свою очередь, физическая самооценка, как для мальчиков, так и для девочек, отрицательно соотносится с несоответствиями в образе тела. Полученные результаты подчеркивают потенциал родительского влияния и влияния сверстников на снижение несоответствий в образе тела у пятиклассников, т. е. на снижение расхождений между восприятием своего тела и идеальным образом тела.

Заметим, что не все представленные исследования построены по принципу установления прямых корреляций.

ляций между образом тела и какими-либо параметрами. Во многих исследованиях образ тела выступил как опосредующая переменная между показателями, на первый взгляд, никак не связанными друг с другом.

Так, Эмиртекин С., Балтаб И. и др. [31] выдвинули гипотезу о том, что подростки, которые страдали от эмоционального жестокого обращения в детстве, будут более склонны к проблемному использованию смартфонов.

В исследовании приняли участие 443 турецких подростка (из них 60% девушек) в возрасте от 14 до 18 лет.

Результаты показали, что связь между эмоционально жестоким обращением в детстве и проблемным использованием смартфонов опосредуется некоторыми психологическими факторами риска, таким как неудовлетворенность образом своего тела, депрессией и социальной тревогой у подростков. Это говорит о том, что эмоционально жестокое обращение в детстве сложным образом связано с неудовлетворенностью своим телом, депрессией, тревогой.

Еще одной работой, в которой образ тела выступил промежуточной переменной, стало лонгитюдное исследование подростков с сахарным диабетом. Оно одним из первых связало образ тела как с детско-родительскими отношениями, так и с контролем гликемии [14]. Его авторы, Хартл А., Сейфжа-Кренке И. и Лаурсен В., предположили, что образ тела опосредует связь между семейными отношениями и контролем уровня сахара в крови у подростков с диабетом первого типа. Эта гипотеза была выдвинута в отношении тех подростков, которые еще не вступали в романтические отношения, поскольку предполагалось, что эти подростки больше ориентированы на свою семью, чем те, кто уже вступил в романтические отношения.

Участниками были немецкие подростки с сахарным диабетом первого типа (51 девочка, 58 мальчиков; средний возраст 15.84 лет). Подростки, которые не состояли в романтических отношениях, показали наличие связи между семейными отношениями и образом тела, который негативно влиял на факт контроля уровня сахара в крови. Чем хуже были семейные отношения, тем хуже был образ тела, и тем чаще подростки переставали регулярно измерять уровень сахара.

В то же время, для тех подростков, которые находились в романтических отношениях, семейные отношения не влияли на факт измерения уровня сахара в крови.

Ученые из США, Бурнетт К., Квитовски М. и Мазео С., изучали связь социальных сетей и образа тела у девочек-подростков [4]. Выборку составили ученицы частной школы для девочек, всего 38 девочек в возрасте 13—14 лет. Исследование проходило в форме интервью, которое показало, что использование интернета и социальных сетей было высоким у этих девочек, что согласуется с предыдущими данными по этой возрастной группе.

Влияние родителей оказалось важным фактором в степени использования социальных сетей этой выбор-

кой. Наиболее распространенной причиной отказа от использования социальных сетей девочками были родительские ограничения и значительный родительский контроль за использованием соцсетей. Многие участницы выразили недовольство ограничениями, установленными их родителями, однако эти родительские стратегии оказались эффективными и сдерживали использование социальных сетей девочками.

Девочки также говорили о конкретных программах, которые предлагала школа, таких как клуб, нацеленный на принятие физических различий, и клуб по образу тела. Результаты исследования свидетельствуют о том, что культура школы и участие родителей смягчают влияние социальных сравнений и способствуют воспитанию удовлетворенности образом своего тела.

Таким образом, эта работа показала, что просвещение девочек подросткового возраста относительно последствий сравнений своей внешности с «эталоном», а также оснащение их средствами, позволяющими переосмыслить такие сравнения (например, более широкая концептуализация красоты), могут быть эффективными средствами снижения негативного влияния социальных сетей на образ тела.

Серьезной проблемой, связанной с близким окружением подростка в современном обществе, остается виктимность, или особенности виктимного поведения, провоцирующие агрессию окружающих, которая, в силу неустойчивости подростковой психики, может быть обоюдоострым оружием.

Остановимся на исследованиях, где рассматривались связи между восприятием себя, образом тела, и виктимизацией, исходящей от родителей и сверстников.

Так, в 2014 году Дюарте Е., Пинто-Гувейя К. и Ферейра Д. провели исследование влияния на образ тела виктимизации сверстниками и родителями [2].

С этой целью была разработана «Шкала опыта виктимизации образа тела (Body Image Victimization Experiences Scale (BIVES))». С помощью этой шкалы измерялась частота и сила виктимизации, связанной с образом тела, которая исходила от сверстников и родителей и которую испытуемые пережили в детстве и подростковом возрасте.

В исследовании приняли участие 1207 женщин в возрасте 18—60 лет, среди них 718 студенток. Было показано, что опыт виктимизации тела положительно коррелирует с депрессивными, тревожными и стрессовыми симптомами, стыдом за свое тело и пищевыми расстройствами, а именно с перееданием. Эти результаты совпадают с предыдущими исследованиями, демонстрирующими роль этих переживаний в пищевых расстройствах, самооценке и межличностном взаимодействии.

Тема буллинга и виктимности звучит и в масштабном исследовании Лин Ю., Латнера Дж. и др. [26], которое было направлено на выявление связи между весом, восприятием своего образа тела, здоровьем, позитивными отношениями с родителями и опытом буллинга у подростков.

В исследовании приняли участие 8303 ученика 7—10 классов школ в Гонконге. Результаты подтвердили положительную связь между недовольством своим внешним видом и буллингом, они также показали, что хорошие отношения с родителями положительно коррелируют с меньшим количеством издевательств со стороны сверстников и лучшим психологическим здоровьем подростков. Родители могут оказывать поддержку подросткам в преодолении межличностных конфликтов, а привязанность к родителям может помочь подросткам развить социальные навыки, которые не позволят им стать жертвой издевательств. Таким образом, помощь подросткам в налаживании более тесных отношений с родителями и эффективное общение родителей со своими детьми может иметь важное значение для предотвращения буллинга и укрепления здоровья.

Австралийские авторы Уэбб Х., Циммер-Гембек М. и коллеги [27] изучали влияние «социокультурного треугольника» (сверстники, родители, СМИ) на чувствительность подростков к отвержению из-за внешности. Была выдвинута гипотеза, что чувствительность к отвержению из-за внешности у подростков будет расти в течение одного года, если они будут испытывать больше насмешек из-а внешнего вида от сверстников и родителей, а также давление с их стороны с тем, чтобы быть более привлекательными. Кроме того, предполагалось, что чувствительность к отвержению из-за внешности у подростков увеличивается из-за давления СМИ. В исследовании приняли участие 365 учеников (55% девочек) частных школ Австралии в возрасте от 9 до 14 лет.

Полученные результаты подтвердили значимость всех трех социокультурных факторов (сверстники, родители, СМИ) для формирования у подростков чувствительности к отвержению из-за внешности. Были выявлены также возрастные и гендерные различия. Младшие подростки (9—11 лет) показали больше зависимости от насмешек и мнения родителей, чем старшие (12—14 лет). Также данное исследование подтвердило, что все эти выводы более характерны для девочек, чем для мальчиков.

Целью исследования, которое провели Парк В. и Эпштейн Н. [24] стало изучение причинно-следственной связи между самооценкой и дистрессом, связанным с образом тела, на выборке корейских подростков. Кроме того, они изучали смягчающее влияние качества детско-родительских отношений на самооценку и дистресс подростков, вызванный образом тела.

Исследование проводилось с помощью опроса в течение шести лет с подростками, начиная с младших подростков. В нем участвовали 3166 человек (1584 мальчика и 1582 девочки).

Результаты свидетельствуют о том, что для того, чтобы понять направление связи между дистрессом, связанным с образом тела, и самооценкой необходимо учитывать гендерный фактор. Так, у мальчиков самооценка имела обратную корреляцию с последующим нарушением образа тела, но нарушение образа тела не

было фактором, предшествующим снижению самооценки. В отличие от мальчиков, более высокая самооценка у девочек была предиктором более низкого дистресса, связанного с образом тела, а больший дистресс, вызванный образом тела, был предиктором последующей более низкой самооценки.

Данные выводы совпадают с выводами предыдущих исследований (Mendelson et al.'s (1996)). Это позволяет сделать вывод о том, что внешность для мальчиков, в отличие от девочек, не является важным фактором в формировании самооценки.

Что касается смягчающего влияния детско-родительских отношений, здесь тоже были выявлены гендерные различия. Оказалось, что для девочек позитивные отношения с родителями не смягчают влияния дистресса, связанного с образом тела, на самооценку; более того, они даже усиливают это влияние. Возможно, в контексте пристального внимания общества к физической привлекательности, девушки сбрасывают со счетов безусловное положительное отношение со стороны родителей, поскольку считают, что их родители недооценивают серьезность проблемы физической привлекательности, которая так волнует самих девочек.

В то же время для мальчиков хорошие отношения с родителями смягчают длительное влияние дистресса, связанного с образом тела, на самооценку.

III. Исследования влияния родительского воздействия на внешний облик подростков (контроль питания, насмешки со стороны родителей, родительская поддержка, родительские установки)

В работе Хэлферт С. и Варшбургер П. [12] исследовалось влияние социального давления, связанного с внешним видом, на отношение к образу тела у девочек и мальчиков подросткового возраста. Авторы выдвинули гипотезу о том, что насмешки со стороны сверстников и родителей являются предикторами проблем с весом у девочек и проблем с весом и набором мышечной массы у мальчиков. В исследовании приняли участие 429 учеников немецких школ (236 девочек и 193 мальчика) в возрасте 11—16 лет. Был использован авторский опросник «Анкета социального давления на внешний вид».

Оказалось, что больше всего на образ тела подростков влияют модели поведения сверстников и родителей, школьные нормы, а также родительское одобрение поддержания веса и формы тела в определенных рамках. Таким образом, было показано, что социальное давление является одним из главных факторов, влияющих на формирование негативного образа тела у подростков. Кроме того, фиксация родителей на теме тела (чрезмерный контроль питания ребенка, отслеживание его веса родителями) приводит к набору веса у детей к старшему школьному возрасту, а негативно окрашенные разговоры о внешнем виде, диетах и лиш-

нем весе приводят к расстройствам пищевого поведения и нарушениям образа тела у старших подростков, особенно у девочек.

В исследовании Хоул К. изучалось влияние отношения матерей и отцов к внешнему виду подростков на образ тела, самооценку и отношение к еде у подростков мужского и женского пола (в возрасте 11—14 лет) [18].

Были сформулированы гипотезы о том, что отцы имеют большее влияние на мальчиков по названным переменным, а матери — на девочек. Кроме того, девочки будут иметь более низкую самооценку, более негативный образ тела и нездоровое отношение к еде, чем мальчики.

Как оказалось, отношение родителей имело незначительное косвенное влияние на самооценку их детей независимо от пола, при этом матери имели значительное влияние на удовлетворенность ребенка своим телом, также независимо от пола ребенка. Девочки продемонстрировали более низкую самооценку и удовлетворенность своим телом, чем мальчики. И у мальчиков, и у девочек самооценка оказалась связанной с образом тела и пищевыми привычками.

В то же время корреляционный анализ показал прямую связь между отношениями с обоими родителями и самооценкой у мальчиков, и удовлетворенностью своим телом у девочек.

С работой Хоул К. перекликается исследование Иванович М., Милосавлиевич С. и Иванович Ю., которые изучали влияние родителей на неудовлетворенность подростков своим телом [20].

Выборку составили 228 подростков мужского и женского пола в возрасте 16—19 лет. Было показано, что такие факторы, как родительские отзывы о внешнем виде, питание и физические упражнения; насмешки, а также стимуляция снижения веса, исходящие от обоих родителей; насмешки и стимуляция к набору мышечной массы со стороны отца и поведенческая модель отца являются значимыми предикторами общей неудовлетворенности телом в старшем подростковом возрасте. Испытуемые, получавшие положительные отзывы о внешнем виде, привычках в еде и физической активности от обоих родителей, были более удовлетворены своим телом. Напротив, подростки, получающие негативную обратную связь от родителей (насмешки, поощрение к похудению) были недовольны своим телом.

Это исследование подтвердило также выводы о том, что девочки-подростки больше ценят мнение матери о своем теле, а юноши — мнение отца, девушки больше стремятся сбросить вес, а юноши — увеличить мышечную массу. Подростки обоих полов, чьи родители поддерживают и одобряют, больше удовлетворены своим телом, чем подростки, чьи родители дразнят или стимулируют худеть или работать с телом.

Многие авторы обращают внимание на риски возникновения дисморфии (чрезмерная озабоченность небольшими дефектами или некоторыми особенно-

стями своего тела), которые могут усугубляться по вине родителей.

Тема воздействия родителей на отношение подростков к своему телу и последствий этого воздействия нашла свое отражение в исследовании Деншам К., Уэбб Х., Циммер-Гембек М. и др. [9]. Целью его было проверить, связаны ли симптомы дисморфии у подростков 9—14 лет с насмешками родителей над их весом и внешностью, а также с привычками и отношением к весу и внешности самих родителей. Информация об этом собиралась как у родителей, так и у детей. Симптомы дисморфии у младших подростков были рассмотрены как компенсаторный ответ на родительские послания подросткам об их внешнем виде.

Второй целью было проверить, связаны ли насмешки и негативные установки в сфере веса и внешности родителей тех детей, которые имели симптомы дисморфии, с озабоченностью детей тем, что социум может отвергнуть их из-за внешности. В исследовании приняли участие 302 ученика 5, 6 и 7 классов (53% девочек) трех австралийских школ в возрасте 9,7—14 лет.

Авторами была обнаружена связь между насмешками родителей над внешностью и весом детей с симптомами дисморфии у младших подростков. Результаты для мальчиков и девочек были одинаковыми. Те подростки, которые сообщали о негативном отношении родителей к их весу и внешности, демонстрировали и больше симптомов дисморфии и опасения о социальном отвержении из-за внешности.

Интересно, что родители продемонстрировали гораздо более негативное отношение к весу и внешности детей, чем воспринимали свой вес и внешность сами дети. При этом оказалось, что на возникновение симптомов дисморфии влияет не столько реальное отношение родителей к весу и внешности подростка, сколько то, как подростки эти отношения воспринимают.

К этому же направлению исследований можно отнести и работу Картер Дж., Смит С и др. [21], в которой была выдвинута гипотеза о том, что негативный образ тела является медиатором между детско-родительскими отношениями и интернализируемыми симптомами у подростков. Вторая гипотеза исследования заключалась в том, что и пол, и этническая принадлежность подростков опосредуют связь между детско-родительскими отношениями, негативным образом тела и интернализируемыми симптомами.

В исследовании приняли участие 140 школьников (из них 71% девочек) в возрасте 10—16 лет, среди них были представители разных рас.

Результаты показали, что образ тела действительно выполняет роль посредника между детско-родительскими отношениями и интернализируемыми симптомами тревожности и депрессии у подростков в семьях с низким доходом. Влияние образа тела как посредника в этих отношениях было одинаковым как для мальчиков, так и для девочек. Также было показано, что

влияние матери на образ тела подростка сильнее, чем влияние отца. Вопреки ожиданиям авторов, различий во влиянии образа тела на интернализируемые симптомы тревожности и депрессии в зависимости от гендера не было обнаружено.

Исследование, направленное на изучение связи между семейной поддержкой и возникновением расстройств пищевого поведения у подростков, уезжающих из семьи в колледж, провели Кириш А. и Шапиро Д. [10]. Результаты показали существование обратной корреляции между поддержкой семьи и расстройством пищевого поведения (РПП). Это говорит о том, что отношения подростков со своими семьями, даже когда они поступают в колледж, продолжают играть важную роль в развитии расстройств пищевого поведения как для мужчин, так и для женщин. Интересно, однако, что связь между отсутствием семейной поддержки и расстройствами пищевого поведения не была опосредована неудовлетворенностью телом и семейная поддержка не оказалась предиктором удовлетворенности телом. Это может указывать на то, что семейные отношения связаны особым образом с развитием расстройств пищевого поведения и не связаны с развитием негативных чувств о своем теле. Во время перехода подростка в колледж семейная поддержка может оказывать свое влияние на пищевое поведение через альтернативные механизмы.

В работе Чоу К. и Тан К. [5] изучалась связь расстройств пищевого поведения и депрессивных симптомов с динамикой разговоров о лишнем весе («fat talk» — «жирные разговоры») в диаде «мать—дочь» в подростковом возрасте. «Fat talk» — это форма диалога, которая включает взаимное раскрытие и поддержку недовольства, связанного с внешним видом. Авторы предположили, что ведение подобных бесед между матерью и дочерью будет связано с расстройствами пищевого поведения и депрессивными симптомами у обеих, а также будет влиять на развитие и усугубление этих проблем у собеседницы (так называемый «эффект партнера»). Было предположено, что матери и дочери с одинаково высоким желанием таких бесед будут переживать больше депрессивных симптомов и расстройств пищевого поведения.

Выборку составили 100 девочек-подростков в возрасте 11—18 лет и их матери. Оказалось, что «fat talk» между матерью и дочерью влияют на возникновение у дочерей-подростков расстройств пищевого поведения. Так, те подростки, чьи матери активно вовлекались в «fat talk», показали большее количество симптомов пищевых расстройств, чем те, чьи матери не вовлекались в такие разговоры. При этом обратной связи исследование не продемонстрировало. Таким образом, гипотеза о том, что вовлеченность девочек-подростков в «fat talk» имеет положительную корреляцию с имеющимися у них депрессивными симптомами, подтвердилась. При этом вовлеченность матерей в «fat talk» оказалась не связанной с собственными депрессивными симптомами матерей.

С этим исследованием вступает в переключку работа Хиллард Е, Гондоли Д. и др. [19], в котором проверялось, влияет ли поощрение матерями своих дочерей-подростков к похудению и сообщение им озабоченности своим собственным весом на отношение дочерей к своему телу и питанию. Исследование проводилось дважды с разницей в два года, в нем приняли участие 89 девочек-подростков из 6 класса.

Результаты показали, что поощрение матерями дочерей к худобе способствует возникновению у девочек неудовлетворенности своим телом и склонности к соблюдению диеты. При этом разговоры матерей о своих личных проблемах с весом и фигурой смягчают этот эффект, в этом случае удовлетворенность телом у девочек была выше, а проявления диетического поведения — меньше.

Ученые из США Робинсон Е. и Сутин А. [28] проверили гипотезу о том, что восприятие родителями веса своих детей как избыточного связано с излишним увеличением веса у этих детей в будущем, поскольку такое родительское восприятие повышает вероятность того, что ребенок будет оценивать размер своего тела негативно. Выборку составили 2823 австралийские семьи с детьми дошкольного и подросткового возраста (4—5 и 14—15 лет). Действительно, оказалось, что дети, чьи родители считали, что у детей есть лишний вес, чаще воспринимали свой вес негативно и чаще сообщали о попытках похудеть, чем их сверстники, родители которых не считали, что их дети имеют лишний вес.

Цель исследования Циммер-Гембек М., Уэбб Х. и др. [13], которое проводилось на выборке австралийских подростков в течение 2,5 лет, заключалась в изучении развития симптомов тревоги, связанной со своей внешностью. Авторы рассмотрели три возрастные группы, 387 подростков из 5, 6 и 7 классов, что позволило проследить развитие симптомов тревоги о своей внешности для подростков от 10 до 15 лет и увидеть, как эти траектории различаются у девочек и мальчиков, что их запускает и что способствует ускорению развития этих симптомов — половое созревание, оценка внешности сверстниками, ИМТ или издевки со стороны родителей и сверстников.

Оказалось, что как у девочек, так и у мальчиков наблюдался резкий рост симптомов тревоги, связанных со своей внешностью, но не наблюдалось средних изменений в оценке внешнего вида. У девочек были более высокие симптомы тревоги и более низкая оценка своего внешнего вида, чем у мальчиков. ИМТ девочек был положительно связан с симптомами тревоги, а более раннее физическое созревание и издевательства по поводу внешности были связаны с ростом симптомов тревоги и для девочек, и для мальчиков. Рано созревающие мальчики, чьи родители подшучивали или издевались над ними, были в наибольшей степени подвержены риску появления симптомов тревоги и их увеличения с течением времени. При этом у мальчиков насмешки со стороны родителей и сверстников усиливали влияние друг друга. Это исследование подчеркнул-

ло значимость родительского фактора и фактора влияния сверстников на восприятие своего тела.

Задачами работы Келли К., Фицджеральд Э. и др., проведенной в Ирландии, являлось изучение распространенности проблем с весом среди мальчиков, а также выявление у них взаимосвязи между семейными факторами и проблемами с весом [34].

Участниками стали 6187 мальчиков в возрасте от 10 до 17 лет. Среди мальчиков 25,1% сообщили о желании похудеть и 7,7% — о желании набрать вес. Оба типа проблем с весом были связаны с низкой самооценкой здоровья, низкой удовлетворенностью жизнью, а также с более частыми эмоциональными и физическими симптомами. Семейные факторы, а именно возможность теплого общения с матерью, понимание с ее стороны, оказались связаны со снижением риска возникновения проблем с весом у мальчиков.

Обсуждение результатов

В статье представлен обзор зарубежных исследований, изучающих факторы влияния на образ тела и удовлетворенность им у детей и подростков. Мы ставили себе задачу осветить, в первую очередь, влияние родителей на образ тела подростков. Однако оказалось, что в большинстве работ влияние родителей изучается в совокупности с влиянием других факторов — Интернета и сверстников, которые невозможно отделить друг от друга, так как все три фактора составляют основу социальной ситуации развития современного подростка.

Обзор дает представление о широте спектра исследований в этой области и их масштабности. Это и проблемы принятия своего тела, и связь удовлетворенности образом тела с центральными личностными образованиями (самооценкой, образом Я), и последствия нарушений образа тела (тревожность, депрессия, расстройства пищевого поведения, дисморфии), и связь образа тела с виктимизацией и буллингом, и, конечно, проблемы отношения с родителями.

Анализ рассмотренных исследований, прежде всего, позволяет разделить их на следующие группы. К первой группе можно отнести те работы, которые выявляют факторы, непосредственно влияющие на отношение подростка к телу — отношение и поведение родителей, поведение сверстников, социальные сети [16; 7; 4; 15 и др.].

Ко второй группе можно отнести работы, где образ тела и отношение к телу рассматриваются как фактор влияния на самооценку, на лишний вес, являются предикторами тревожности и депрессии [1; 3].

В отдельную группу можно выделить исследования, в которых изучаются не прямые связи образа тела с другими характеристиками, а где образ тела является опосредующим звеном между явлениями (характеристиками), которые, на первый взгляд кажутся между собой не связанными (например, семейные отношения и кон-

троль уровня сахара в крови), или, напротив, связь образа тела с семейными отношениями оказывается опосредованной третьими факторами, например, наличием романтических отношений у подростка или полом родителей [14; 31; 7; 10].

Это позволяет нам говорить о том, что образ тела является фундаментальным психическим образованием, которое на протяжении жизни определяет отношение человека к себе, к близким, социальному окружению. Во многом именно поэтому подростковый возраст — возраст телесной перестройки — относится к зоне риска. Не случайно подавляющее количество исследований по образу тела и отношению к телу проводится на подростковой выборке.

Попытаемся выделить основные результаты, полученные в представленных исследованиях:

— Существуют различия в отношении к телу у мальчиков и девочек: девочки более чувствительны к сфере тела и менее удовлетворены своим телом. Самооценка девочек в большей степени зависит от отношения к телу, чем самооценка мальчиков. В отношении этого вывода все исследователи единодушны.

— В большинстве исследований не выявлены различия в отношении к телу на протяжении подросткового возраста.

— На образ тела у девочек большее влияние оказывает мать, у мальчиков — отец, но в целом, влияние матери более значимо для обоих полов.

— Важно не только и не столько отношение родителей к телесному облику подростка, сколько то, как сами дети воспринимают это отношение родителей.

— Фиксация родителей на внешнем облике подростка (насмешки, ирония, подталкивание к диете или к набору лишней массы, контроль за питанием и пр.) приводит к противоположному эффекту и оказывается контрпродуктивной мерой.

— Родители влияют на отношение ребенка к своему телу, транслируя ему (во многом непреднамеренно) свои модели поведения и отношение к собственному телу.

— Родительская поддержка и теплые принимающие отношения с подростком снижают тревогу и беспокойство, связанные с несовершенством собственного тела, смягчают негативное влияние сверстников, повышают устойчивость к виктимизации.

Как можно заметить, большая часть исследований построена на установлении эмпирических связей между образом тела и другими факторами, они не декларируют принадлежность к той или иной концепции или теории. Тем не менее, представленные данные невольно обращают нас к идеям личностно-центрированного подхода К. Роджерса и к идеям эффективной коммуникации Т. Гордона, которые утверждают, что недостаточно просто любить ребенка, важно, чтобы он эту любовь чувствовал [5; 19], к положениям системной семейной терапии, а именно к идее трансляции поведенческих паттернов родителей детям [9]. И, что представляется нам чрезвычайно важным, — к идеям

Ф. Дольто, Д. Винникотта, А. Малер, Е.Т. Соколовой, В.В. Николаевой, Т.А. Ариной, говорящим о том, что образ тела формируется во взаимодействии с близким взрослым. Убеждают в справедливости мысли Ф. Дольто о том, что для формирования здорового образа тела необходима полноценная эмоциональная коммуникация с родителями.

Заключение

В статье рассмотрено влияние СМИ и Интернета, сверстников, поведения родителей и их установок по отношению к телесному облику и внешности подростков на образ тела и удовлетворенность им. При этом основной акцент сделан на исследования, касающиеся влияния родителей и семьи. С нашей точки зрения, наибольшее беспокойство вызывают полученные во многих работах данные о том, что такие способы влияния родителей на образ тела подростков, как фиксация на этой теме, излишний контроль, насмешки и ироничные замечания, негативные высказывания относительно внешности и веса ребенка, являются непродуктивными и оказывают, как правило, противоположный эффект. Это родительское влияние может иметь весьма нежелательные последствия, быть разрушительным для психики ребенка — приводить к повышению тревожности, депрессиям, расстройствам пищевого поведения, низкой самооценке, дисморфофобиям.

Перед исследователями встают вопросы: что лежит за такой реакцией подростка, какие механизмы? Что

это — психологическая защита, конфронтация, сопротивление, подростковый негативизм, стремление к самоутверждению? Лишь в нескольких работах делается попытка ретроспективно связать неудовлетворенность собственным телом с жестоким обращением в детстве и с буллингом.

Помимо этого, кроме прямого давления, родители, не осознавая этого, влияют на отношение подростка к телу и его поведение, связанное с внешностью, транслируя ему собственное отношение к своему телу, свои модели пищевого поведения.

В то же время, и это вселяет надежду, многочисленными исследованиями показано, что поддержка семьи, теплые, доверительные отношения с родителями, в первую очередь с матерью, возможность обсуждать с ней проблемы, связанные со своей внешностью, приводят к их снижению, защищают детей от буллинга, смягчают негативные последствия агрессии сверстников.

Это приводит нас к убеждению о необходимости профилактической работы не только с подростками, но и самими родителями, направленной на формирование принятия ценности и уникальности телесного образа каждого человека. Как показано в одной из работ обзора, одним из способов, приводящих к принятию своего тела, является разрушение навязываемых обществом эталонов. Столь же конструктивным может стать обучение родителей эффективным способам коммуникации с подростками, построения диалога с ними, ориентированного на эмпатию и понимание.

ЛИТЕРАТУРА

1. Adolescent body image: results of Czech ELSPAC study / S. Šmídová1 [et al.] // Central European Journal of Public Health. 2018. Vol. 26. № 1. P. 60—64. doi:10.21101/cejph.a4930
2. Body Image as a Source of Shame: A New Measure for the Assessment of the Multifaceted Nature of Body Image Shame / E. Duarte [et al.] // Clinical Psychology & Psychotherapy. 2014. Vol. 22. № 6. P. 656—666. doi:10.1002/cpp.1925
3. Body image in different periods of adolescence / V. Paulo [et al.] // Revista Paulista de Pediatria. 2014. Vol. 32. № 1. P. 63—69. doi:10.1590/S0103-05822014000100011
4. Burnette C.B., Kwitowski M.A., Mazzeo S.E. «I don't need people to tell me I'm pretty on social media:» A qualitative study of social media and body image in early adolescent girls // Body Image. 2017. Vol. 23. P. 114—125. doi:10.1016/j.bodyim.2017.09.001
5. Chow C.M., Tan C.C. The role of fat talk in eating pathology and depressive symptoms among mother-daughter dyads // Body Image. 2018. Vol. 24. P. 36—43. doi:10.1016/j.bodyim.2017.11.003
6. Davison T.E., McCab M.P. Adolescent Body Image and Psychosocial Functioning // The Journal of Social Psychology. 2006. Vol. 146. № 1. P. 15—30. doi:10.3200/SOCP.146.1.15-30
7. Dogan O., Bayhan P., Yukselen A. Body Image in Adolescents and Its Relationship to Socio-Cultural Factors // Educational Sciences: Theory & Practice. 2018. Vol. 18. № 3. P. 561—577. doi:10.12738/estp.2018.3.0569
8. Duarte C., Pinto-Gouveia J. Body image as a target of victimization by peers/parents: Development and validation of the Body Image Victimization Experiences Scale // Women & Health. 2017. Vol. 57. № 9. P. 1061-1079. doi:10.1080/03630242.2016.1243603
9. Early adolescents' body dysmorphic symptoms as compensatory responses to parental appearance messages and appearance-based rejection sensitivity / K. Densham [et al.] // Body Image. 2017. Vol. 23. P. 162—170.
10. Explaining the pathway from familial and peer social support to disordered eating: Is body dissatisfaction the link for male and female adolescents? / A.C. Kirsch [et al.] // Eating Behaviors. 2016. Vol. 22. P. 175—181. doi:10.1016/j.eatbeh.2016.06.018
11. Family Weight Talk and Dieting: How Much Do They Matter for Body Dissatisfaction and Disordered Eating Behaviors in Adolescent Girls? / D. Neumark-Sztainer [et al.] // Journal of Adolescent Health. 2010. Vol. 47. № 3. P. 270—276. doi:10.1016/j.jadohealth.2010.02.001

12. *Ferreira C., Pinto-Gouveia J., Duarte C.* Self-compassion in the face of shame and body image dissatisfaction: Implications for eating disorders // *Eating Behaviors*. 2013. Vol. 14. № 2. P. 207—210. doi:10.1016/j.eatbeh.2013.01.005
13. Girls' and boys' B of appearance anxiety from age 10 to 15 years are associated with earlier maturation and appearance-related teasing / M.J. Zimmer-Gembeck [et al.] // *Development and Psychopathology*. 2018. Vol. 30. № 1. P. 337—350. doi:10.1017/S0954579417000657
14. *Hartl A.C., Seiffge-Krenke I., Laursen B.* Body image mediates negative family climate and deteriorating glycemic control for single adolescents with type 1 diabetes // *Families, Systems & Health*. 2015. Vol. 33. № 4. P. 363—371. doi:10.1037/fsh0000139
15. *Helfert S., Warschburger P.* A prospective study on the impact of peer and parental pressure on body // *Body Image*. 2011. Vol. 8. № 2. P. 101—109. doi:10.1016/j.bodyim.2011.01.004
16. Highly-visual social media and internalizing symptoms in adolescence: The mediating role of body image concerns / D. Marengo [et al.] // *Computers in Human Behavior*. 2018. Vol. 82. P. 63—69. doi:10.1016/j.chb.2018.01.003
17. Hispanic maternal influences on daughters' unhealthy weight control behaviors: The role of maternal acculturation, adiposity, and body image disturbances / N. Olvera [et al.] // *Body Image*. 2016. Vol. 19. P. 208—215. doi:10.1016/j.bodyim.2016.10.003
18. *Hole C.* To what extent do parental attitudes affect adolescents' self-esteem, body image and eating attitudes. Cumbria Partnership // *Journal of Research Practice and Learning*. 2014. Vol. 4. № 1. P. 28—33.
19. In it together: Mother talk of weight concerns moderates negative outcomes of encouragement to lose weight on daughter body dissatisfaction and disordered eating / E.E. Hillard [et al.] // *Body Image*. 2016. Vol. 16. P. 21—27. doi:10.1016/j.bodyim.2015.09.004
20. *Ivanović I.M., Milosavljević S., Ivanović U.* Sociocultural influences of parents on body dissatisfaction in adolescents // *Physical Education and Sport Through the Centuries*. 2017. Vol. 4. № 1. P. 45—70. doi:10.1515/spes-2016-0021
21. Mediating Effects of Parent—Child Relationships and Body Image in the Prediction of Internalizing Symptoms in Urban Youth / J.S. Carter [et al.] // *Journal of Youth Adolescence*. 2014. Vol. 43. № 4. P. 554—567. doi:10.1007/s10964-013-9985-6
22. *Murray K., Rieger E., Byrne D.* Body image predictors of depressive symptoms in adolescence // *Journal of Adolescence*. 2018. Vol. 69. P. 130—139. doi:10.1016/j.adolescence.2018.10.002
23. Parental and Peer Factors Associated with Body Image Discrepancy among Fifth-Grade Boys and Girls / S.L. Michael [et al.] // *Journal of Youth and Adolescence*. 2014. Vol. 43. № 1. P. 15—29. doi:10.1007/s10964-012-9899-8
24. *Park W., Epstein N.B.* The longitudinal causal directionality between body image distress and self-esteem among Korean adolescents: The moderating effect of relationships with parents // *Journal of Adolescence*. 2013. Vol. 36. № 2. P. 403—411. doi:10.1016/j.adolescence.2013.01.002
25. *Pinto-Gouveia J., Ferreira C., Duarte C.* Thinness in the Pursuit for Social Safeness: An Integrative Model of Social Rank Mentality to Explain Eating Psychopathology // *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 2012. Vol. 21. № 2. P. 154—165. doi:10.1002/cpp.1820
26. Poor Health and Experiences of Being Bullied in Adolescents: Self-Perceived Overweight and Frustration with Appearance Matter / Y.-C. Lin [et al.] // *Obesity*. 2018. Vol. 26. № 2. P. 397—404. doi:10.1002/oby.22041
27. "Pretty Pressure" From Peers, Parents, and the Media: A Longitudinal Study of Appearance-Based Rejection Sensitivity / H.J. Webb [et al.] // *Journal of Research on Adolescence*. 2017. Vol. 27. № 4. P. 718—735. doi:10.1111/jora.12310
28. *Robinson E., Sutin A.R.* Parents' Perceptions of Their Children as Overweight and Children's Weight Concerns and Weight Gain // *Psychological Science*. 2017. Vol. 28. № 3. P. 320—329. doi:10.1177/0956797616682027
29. *Schilder P.* The image and appearance of the human body: Studies in the constructive energies of the psyche. New York: Intern. Univ. Press, 1970. 11 p.
30. *Shannon A., Mills J.S.* Correlates, causes, and consequences of fat talk: A review // *Body Image*. 2015. Vol. 15. P. 158—172. doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.09.003
31. The role of childhood emotional maltreatment and body image dissatisfaction in problematic smartphone use among adolescents / S. Emirtekina [et al.] // *Psychiatry Research*. 2019. Vol. 271. P. 634—639. doi:10.1016/j.psychres.2018.12.059
32. *Tylkaa T., Wood-Barcalow L.* What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition // *Body Image*. 2015. Vol. 14. P. 118—129. doi:10.1016/j.bodyim.2015.04.001
33. *Walter O., Shenaar-Golan V.* Effect of the Parent—Adolescent Relationship on Adolescent Boys' Body Image and Subjective Well-Being // *American Journal of Men's Health*. 2017. Vol. 11. № 4. P. 920—929. doi:10.1177/1557988317696428
34. Weight concerns among adolescent boys / C. Kelly [et al.] // *Public Health Nutrition*. 2016. Vol. 19. № 3. P. 456—462. doi:10.1017/S1368980015001615

Body image and attitude to one's body in adolescent: family and sociocultural factors (based on foreign researches)

Erokhina E.A.,

*master degree student at the chair of child and family psychotherapy, department of psychological counseling,
Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
eaerokhina@gmail.com*

Filippova E.V.,

*candidate of psychological sciences, professor, head of the chair of child and family psychotherapy,
department of psychological counseling, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
e.v.filippova@mail.ru*

The article provides an overview of foreign studies published between 2014 and 2019 on the problem of body image and attitudes of adolescents to their bodies. The influence of social environment, social networks and family on the formation of body image and satisfaction with it is analyzed. The emphasis is on the studies that consider child-parent relations, parents' attitudes and behaviors towards adolescents, their own attitudes towards their parents and their own attitudes to their own bodies as the main factors convey their behaviors to children. It is shown that the attitude to the body can be a predictor of eating disorders, overweight, depressive symptoms, dysmorphia. The analysis of the presented studies leads to understanding of the necessity in awareness-raising work with the sociocultural and family environment of adolescents, primarily with their parents.

Keywords: body image, child-parent relationships, eating disorders, depression, body mass index, victimization, media, social networks, parents, peers, self-rating.

REFERENCES

1. Šmídová I. S. et al. Adolescent body image: results of Czech ELSPAC study. *Central European Journal of Public Health*, 2018. Vol. 26, no. 1, pp. 60—64. doi:10.21101/cejph.a4930
2. Duarte E. et al. Body Image as a Source of Shame: A New Measure for the Assessment of the Multifaceted Nature of Body Image Shame. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 2014. Vol. 22, no. 6, pp. 656—666. doi:10.1002/cpp.1925
3. Paulo V. et al. Body image in different periods of adolescence. *Revista Paulista de Pediatria*, 2014. Vol. 32, no. 1, pp. 63—69. doi:10.1590/S0103-05822014000100011
4. Burnette C.B., Kwitowski M.A., Mazzeo S.E. "I don't need people to tell me I'm pretty on social media:" A qualitative study of social media and body image in early adolescent girls. *Body Image*, 2017. Vol. 23, pp. 114—125. doi:10.1016/j.bodyim.2017.09.001
5. Chow C.M., Tan C.C. The role of fat talk in eating pathology and depressive symptoms among mother-daughter dyads. *Body Image*, 2018. Vol. 24, pp. 36—43. doi:10.1016/j.bodyim.2017.11.003
6. Davison T.E., McCab M.P. Adolescent Body Image and Psychosocial Functioning. *The Journal of Social Psychology*, 2006. Vol. 146, no. 1, pp. 15—30. doi:10.3200/SOCP.146.1.15-30
7. Dogan O., Bayhan P., Yukselen A. Body Image in Adolescents and Its Relationship to Socio-Cultural Factors. *Educational sciences: theory & practice*, 2018. Vol. 18, no. 3, pp. 561—577. doi:10.12738/estp.2018.3.0569
8. Duarte C., Pinto-Gouveia J. Body image as a target of victimization by peers/parents: Development and validation of the Body Image Victimization Experiences Scale. *Women & Health*, 2017. Vol. 57, no. 9, pp. 1061-1079. doi:10.1080/03630242.2016.1243603
9. Densham K. et al. Early adolescents' body dysmorphic symptoms as compensatory responses to parental appearance messages and appearance-based rejection sensitivity. *Body Image*, 2017. Vol. 23, pp. 162—170
10. Kirsch A.C. et al. Explaining the pathway from familial and peer social support to disordered eating: Is body dissatisfaction the link for male and female adolescents? *Eating Behaviors*, 2016. Vol. 22, pp. 175—181. doi:10.1016/j.eatbeh.2016.06.018
11. Neumark-Sztainer D. et al. Family Weight Talk and Dieting: How Much Do They Matter for Body Dissatisfaction and Disordered Eating Behaviors in Adolescent Girls? *Journal of Adolescent Health*, 2010. Vol. 47, no. 3, pp. 270—276. doi:10.1016/j.jadohealth.2010.02.001
12. Ferreira C., Pinto-Gouveia J., Duarte C. Self-compassion in the face of shame and body image dissatisfaction: Implications for eating disorders. *Eating Behaviors*, 2013. Vol. 14, no. 2, pp. 207—210. doi:10.1016/j.eatbeh.2013.01.005
13. Zimmer-Gembeck M.J. et al. Girls' and boys' B of appearance anxiety from age 10 to 15 years are associated with earlier maturation and appearance-related teasing. *Development and Psychopathology*, 2018. Vol. 30, no. 1, pp. 337—350. doi:10.1017/S0954579417000657

14. Hartl A.C., Seiffge-Krenke I., Laursen B. Body image mediates negative family climate and deteriorating glycemic control for single adolescents with type 1 diabetes. *Families, Systems, & Health*, 2015. Vol. 33, no. 4, pp. 363—371. doi:10.1037/fsh0000139
15. Helfert S., Warschburger P. A prospective study on the impact of peer and parental pressure on body. *Body Image*, 2011. Vol. 8, no. 2, pp. 101—109. doi:10.1016/j.bodyim.2011.01.004
16. Marengo D. et al. Highly-visual social media and internalizing symptoms in adolescence: The mediating role of body image concerns. *Computers in Human Behavior*, 2018. Vol. 82, pp. 63—69. doi:10.1016/j.chb.2018.01.003
17. Olvera N. et al. Hispanic maternal influences on daughters' unhealthy weight control behaviors: The role of maternal acculturation, adiposity, and body image disturbances. *Body Image*, 2016. Vol. 19, pp. 208—215. doi:10.1016/j.bodyim.2016.10.003
18. Hole C. To what extent do parental attitudes affect adolescents' self-esteem, body image and eating attitudes. Cumbria Partnership. *Journal of Research Practice and Learning*, 2014. Vol. 4, no. 1, pp. 28—33.
19. Hillard E.E. et al. In it together: Mother talk of weight concerns moderates negative outcomes of encouragement to lose weight on daughter body dissatisfaction and disordered eating. *Body Image*, 2016. Vol. 16, pp. 21—27. doi:10.1016/j.bodyim.2015.09.004
20. Ivanović M., Milosavljević S., Ivanović U. Sociocultural influences of parents on body dissatisfaction in adolescents. *Physical education and sport through the centuries*, 2017. Vol. 4, no. 1, pp. 45—70. doi:10.1515/spes-2016-0021
21. Carter J.S. et al. Mediating Effects of Parent—Child Relationships and Body Image in the Prediction of Internalizing Symptoms in Urban Youth. *Journal of Youth Adolescence*, 2014. Vol. 43, no. 4, pp. 554—567. doi:10.1007/s10964-013-9985-6
22. Murray K., Rieger E., Byrne D. Body image predictors of depressive symptoms in adolescence. *Journal of Adolescence*, 2018. Vol. 69, pp. 130—139. doi:10.1016/j.adolescence.2018.10.002
23. Michael S.L. et al. Parental and Peer Factors Associated with Body Image Discrepancy among Fifth-Grade Boys and Girls. *Journal of Youth and Adolescence*, 2014. Vol. 43, no. 1, pp. 15—29. doi:10.1007/s10964-012-9899-8
24. Park W., Epstein N.B. The longitudinal causal directionality between body image distress and self-esteem among Korean adolescents: The moderating effect of relationships with parents. *Journal of Adolescence*, 2013. Vol. 36, no. 2, pp. 403—411. doi:10.1016/j.adolescence.2013.01.002
25. Pinto-Gouveia J., Ferreira C., Duarte C. Thinness in the Pursuit for Social Safeness: An Integrative Model of Social Rank Mentality to Explain Eating Psychopathology. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 2012. Vol. 21, no. 2, pp. 154—165. doi:10.1002/cpp.1820
26. Lin Y.-C. et al. Poor Health and Experiences of Being Bullied in Adolescents: Self-Perceived Overweight and Frustration with Appearance Matter. *Obesity*, 2018. Vol. 26, no. 2, pp. 397—404. doi:10.1002/oby.22041
27. Webb H.J. et al. "Pretty Pressure" From Peers, Parents, and the Media: A Longitudinal Study of Appearance-Based Rejection Sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 2017. Vol. 27, no. 4, pp. 718—735. doi:10.1111/jora.12310
28. Robinson E., Sutin A.R. Parents' Perceptions of Their Children as Overweight and Children's Weight Concerns and Weight Gain. *Psychological Science*, 2017. Vol. 28, no. 3, pp. 320—329. doi:10.1177/0956797616682027
29. Schilder P. The image and appearance of the human body: Studies in the constructive energies of the psyche. New York : Intern. Univ. Press, 1970. 11 p.
30. Shannon A., Mills J.S. Correlates, causes, and consequences of fat talk: A review. *Body Image*, 2015. Vol. 15, pp. 158—172. doi.org/10.1016/j.bodyim.2015.09.003
31. Emirtekina S. et al. The role of childhood emotional maltreatment and body image dissatisfaction in problematic smartphone use among adolescents. *Psychiatry Research*, 2019. Vol. 271, pp. 634—639. doi:10.1016/j.psychres.2018.12.059
32. Tylka T., Wood-Barcalow L. What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition. *Body Image*, 2015. Vol. 14, pp. 118—129. doi:10.1016/j.bodyim.2015.04.001
33. Walter O., Shenaar-Golan V. Effect of the Parent—Adolescent Relationship on Adolescent Boys' Body Image and Subjective Well-Being. *American Journal of Men's Health*, 2017. Vol. 11, no. 4, pp. 920—929. doi:10.1177/1557988317696428
34. Kelly C. et al. Weight concerns among adolescent boys. *Public Health Nutrition*, 2016. Vol. 19, no. 3, pp. 456—462. doi:10.1017/S1368980015001615