ОБРАЗ ТЕЛА В СТРУКТУРЕ САМООТНОШЕНИЯ МОЛОДЕЖИ

BODY IMAGE IN THE STRUCTURE OF YOUTH SELF-ATTITUDE

УДК 159.9

Светикова Александра Вячеславовна, бакалавр психологии Филиала Московского государственного университета, Россия, г. Севастополь

Борисенко Зинаида Викторовна, старший преподаватель кафедры психологии Филиала Московского государственного университета, Россия, г. Севастополь

Svetikova Alexandra Vyacheslavovna, Bachelor of Psychology, Moscow State University Branch, Russia, Sevastopol sasha.svetikovaa@gmail.com

Borisenko Zinaida Viktorovna, senior Lecturer, Department of Psychology, Moscow State University Branch, Russia, Sevastopol

Аннотация

В данной статье исследуется понятия образа тела и самоотношения, рассматриваются основные подходы к их пониманию как отечественными, так и зарубежными авторами. Эмпирическим путем изучается представленность основных компонентов образа тела в сознании молодежи, выявляется связь особенностей образа тела с самоотношением молодежи.

Результаты и выводы. В ходе исследования обнаруживаются семантические категории, которые использует молодежь для описания своего тела. Выявлено, что у представителей молодежи в большей степени положительные представления о своем теле. Доказывается связь параметров образа тела и самоотношения путем корреляционного анализа. Делается вывод,

что факт адекватного представления о своем физическом «Я» связан с положительной оценкой себя в целом, из чего следует, что образ тела играет неотъемлемую роль в структуре самоотношения.

Annotation

This article examines the concepts of body image and self-attitude, and considers the main approaches to their understanding by both domestic and foreign authors. Empirically, the representation of the main components of the body image in the minds of young people is studied, and the connection between the features of the body image and the self-attitude of young people is revealed.

Results and conclusions. The study reveals semantic categories that young people use to describe their bodies. It was revealed that young people have more positive ideas about their bodies. The relationship between the parameters of body image and self-attitude is proved by correlation analysis. It is concluded that the fact of an adequate representation of one's physical self is associated with a positive assessment of oneself as a whole, which implies that the body image plays an integral role in the structure of self-attitude.

Ключевые слова: образ тела, самоотношение, сознание, компоненты образа тела.

Keywords: body image, self-attitude, consciousness, components of the body image.

Введение.

Психическая жизнь человека заключена в телесную оболочку, с которой находится в отношениях постоянного взаимодействия. Однако тело как таковое не может выступать в качестве объекта психологического исследования, оно представляет собой место бытия субъекта, тот протяженный и явный план, в котором субъект проявляет себя не только физически, но и психически — благодаря опосредованному взаимодействию тела и психики. В качестве основного посредника данного взаимодействия можно рассматривать образ

тела, обладающий, с одной стороны, телесно-чувственной материальной основой, а с другой — смыслообразующей основой сознания.

Образ тела имеет психологическую природу, включен в структуру сознания, играет неотъемлемую роль в формировании представлений о себе. Таким образом, изучение образа телесного «Я» позволяет более подробно проанализировать структуру самосознания и самоотношения личности в целом.

Понятие образа тела в различных психологических концепциях.

Исторически сформировалось несколько подходов, исследующих и раскрывающих понятие образа тела.

1. Образ тела как схема тела, которая отражает концептуализацию телесного опыта, основу бессознательной ориентации в собственном теле (неврологические исследования XX века Г. Хеда и Г. Холмса) [6]

2. Психоаналитическое и психодинамическое направления, рассматривающие образ тела как социально обусловленную картину собственного тела, которая дает ощущение целостности и единства, формируется с развитием эго-структур (П. Шильдер [6, С.49]., З. Фрейд [12, С.183], С. Фишер[6], С. Кливленд, В. Шонфельд [14]).

3. Когнитивно-бихевиоральное направление включило в образ тела не только всю кинестетическую чувствительность, но и психическое отражение тела, позитивные или негативные оценки и представления субъекта о своей внешности, схемы, которые понимаются как когнитивные обобщения о себе, сложившиеся в результате прошлого опыта (Ф.Шонц [14], Т.Ф. Кэш [6, С.51]).

4. В представлении отечественных психологов образ тела является единством восприятия, установок, оценок, представлений, принадлежащих к функциям тела и внешности, где основной функцией «образа тела» является определение границ собственного «Я». (И.М. Быховская, 2007; А.Н. Леонтьев, 1975; В. В. Столин, 1983; В. А. Ядов, 1995; А.Ш. Тхостов, 2002).

5. Возникшая во второй половине XX века телесно-ориентированная терапия взяла в основу положение о неразрывной связи двух сфер – тела и сознания. К ее основным методам относятся: вегетативная терапия (В.Райх),

биоэнергетика (А.Лоуэн), танатотерапия (В.Баскаков), бодинамика (Л.Марчер), рольфинг (И.Рольф), танцевально-двигательная терапия (Lewis, M.Chase, P.Shilder, E.Whirte, M.Wigman), холдинг-терапия (M.Welch, J.Prerop, J.Richer) и др.

В нашем исследовании мы подходим к пониманию образа тела с позиции В.В. Столина как к сложному комплексному единству восприятия, установок, оценок, представлений, связанных с телесной внешностью и с функциями тела.

Понятие образа как физического, так и телесного «Я» используется в работе как синоним образа тела и включает в себя: представления о своем теле, его особенностях, представления об индивидуальных границах собственного тела, представление об отдельных частях тела, представленных в сознании, отношение к собственной внешности, самоотношение к собственному телу в процессе самоидентификации [15].

Образ тела и самоотношение.

Представление о своем физическом облике и осознание его эстетического эффекта является одной из главных составляющих самоотношения каждого человека. Размеры и форма тела оказывают влияние на качественное своеобразие жизни индивида, ибо они служат предметом, как собственных оценок, так и оценок, в той или иной форме транслируемых ему другими людьми, а представления о своей соматической организации являются одним из регуляторов поведения, которые проявляются в самопрезентациях [19].

Самоотношение – система эмоционально-ценностных установок в адрес собственного «Я». В работах С.Р. Пантилеева и В.В. Столина, самоотношение рассматривается как многомерное динамическое образование, в структуру которого входят такие компоненты как «позитивное отношение к себе» (самоуважение и аутосимпатия) и «негативное отношение к себе» (самоуничижение) [13, 15].

Представители некоторых подходов исследования самоотношения рассматривают его неразрывно в связи с «Я»-концепцией [10].

«Я»-концепция - развивающаяся система представлений человека о самом себе, включающая: осознание своих физических, интеллектуальных, характерологических, социальных и пр. свойств; самооценку; субъективное восприятие влияющих на собственную личность внешних факторов [5].

Традиционно в ней принято выделять три основных компонента (по Р. Бернсу, 1986):

- когнитивный компонент включает содержание самовосприятия и самоописания, т.е. представление о себе;
- эмоционально-оценочный компонент – переживаемое отношение к себе, выраженное в различных эмоциональных реакциях и представленное в понятии самооценки;
- поведенческий компонент – проявление образа «Я» и самооценки в актуальном или потенциальном поведении человека.

Представители структурного подхода рассматривают самоотношение как эмоциональный компонент «Я»-концепции (М. Розенберг, S. Coopersmith).

Согласно функциональному подходу, компоненты самоотношения формируют различные источники мотивации и по-разному влияют на «Я»-концепцию (У. Джеймс, Дж. Мид, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн).

По мнению отечественных исследователей (Е.Т. Соколова,1986; А.Ш. Тхостов,2002; В.А. Цуркин, 2013; С.Т. Джанерьян, 2004) телесное или физическое «Я» можно рассматривать как одну из когнитивных составляющих «Я»-концепции человека. Телесное «Я» является интегральной составляющей каждого из трех элементов установки - образа «Я», самооценки и поведенческих реакций [18].

В построении модели сбора данных мы применили схему Дж. К. Томпсона[21], в которой выделены три компонента образа тела. Перцептивный компонент отражает представление человека о его собственной физической внешности. Оценочный компонентвключает в себя степень удовлетворенности или неудовлетворенности своим телом. Поведенческий

компонент отражает степень влияния ощущений человека в отношении собственного тела на его поведение.

Человек представляет свое тело с помощью перцептивного компонента и через эмоциональный компонент дает ему определённую оценку.

Так, образ тела непосредственно влияет на всю систему самоотношения человека: на комплекс установок, эмоций по отношению к себе, выражающихся в одобрении или обвинении, похвале или порицании себя. Из этого следует, что факт принятия или положительного представления о своем физическом «Я» содействует адекватному положительному самоотношению.

Эмпирическое исследование образа тела и его связи с самоотношением молодежи.

С целью выявить особенности структурных компонентов образа физического «Я» и их связи с самоотношением молодежи было проведено исследование в Филиале МГУ им. М.В. Ломоносова в г. Севастополе (октябрь 2020 г. - март 2021 г.). В нем приняли участие 75 девушек в возрасте от 18 до 27 лет. Исследование проводилось только на девушках в связи с особенностью подобранных методик, направленных на исследование образа тела (опросники представлены только в женском варианте).

На первом этапе были отобраны методики для исследования эмоционального и когнитивного компонентов образа тела, самоотношения, направленности личности.

Опросник «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика» В.А. Лабунской, Е.В. Белугиной (2003 г.). направлена на обширное, всестороннее и глубокое изучение перцептивного и эмоционального компонентов образа тела. Данная методика позволяет комплексно изучить четыре параметра отношения человека к своей внешности: оценка частных компонентов внешнего облика (лицо, тело, оформление внешности), оценка отраженной внешности, общая удовлетворенность своими внешними данными, самооценка социальножелательного содержания параметров тела, лица и оформления внешности [1].

Методика исследования самоотношения к образу физического «Я» А. Г. Черкашиной (2000 г.) позволяет оценивать анатомические, функциональные и социальные характеристики внешности в двух подсистемах самоотношения: системе «Я в сравнении с другими» или самооценки, и системе «Я-Я» (эмоционально-ценностное отношение, личностная значимость).

В анатомические характеристики включены четыре группы элементов: лицо в целом, фигура, ноги, руки [19].

«Методика исследования самоотношения» С.Р. Пантелеева (1989 г.) предназначена для выявления структуры самоотношения личности, а также выраженности отдельных компонентов самоотношения: закрытости, самоуверенности, саморуководства, отраженного самоотношения, самоценности, самопривязанности, внутренней конфликтности и самообвинения [13].

Дополнительно для рассмотрения свойств личности, ее самосознания, межличностных отношений мы применили методику личностного семантического дифференциала, которая была адаптирована сотрудниками Психоневрологического института им. В.М. Бехтерева, 1992 г. [17];

На данный момент основные компоненты образа тела и способы их оценки малоизучены. Для более подробного изучения трёхкомпонентной структуры образа тела (Дж. К. Томпсон) мы приняли решение выявить основные описательные конструкты каждого компонента образа тела с помощью метода свободных ассоциаций [11]. Ассоциативный эксперимент, по мнению В. Ф. Петренко, является наиболее разработанной техникой семантического анализа. Подробно этим направлением исследования занимался Дж. Диз, Ч. Осгуд [7].

Ассоциации, как закономерно возникающие связи между различными явлениями, представляют собой символическую или иногда даже прямую проекцию внутреннего, часто неосознаваемого содержания сознания. Данный метод позволяет изучить субъективные семантические поля слов, формируемых и функционирующих в сознании человека. В ходе эксперимента

испытуемому предъявляется слово-стимул и требуется дать первые пришедшие на ум ассоциации. На основе полученных данных строится таблица частотного распределения слов-реакций на каждое слово-стимул. Выделяются наиболее частые категории.

На втором этапе осуществлялось тестирование испытуемых, которое включало два блока: заполнение бланков с методиками (около 40 минут) и индивидуальная работа с экспериментатором, выполнение методики «Свободные ассоциации» (5-7 минут). В данном исследовании был проведен цепочный ассоциативный эксперимент: на каждый стимул испытуемый должен был дать минимум семь (больше было затруднительно) ассоциаций. Проводился индивидуально в свободной аудитории, проходил в устной форме. Ответ был записан на диктофон с предварительного согласия испытуемого.

Группу слов-стимулов составили словосочетания, отражающие оценочный, перцептивный, поведенческий компоненты образа тела соответственно: «эмоции к телу», «моё тело для меня», «моё тело в действии».

На третьем этапе исследования был произведен количественный и качественный анализ полученных результатов с использованием математических методов обработки данных (Microsoft Office Excel, SPSS Statistics for Windows 19.0).

Полученные ассоциации были собраны в таблицу. Общее количество описательных конструктов в каждом блоке – 525 шт. Далее был проведен частотный анализ по каждому компоненту для выявления наиболее часто встречаемых описательных конструктов образа тела и корреляционный анализ оценок особенностей образа тела с данными отобранных методик для выявления их связи.

Основные результаты исследования.

Основываясь на структуре образа тела Дж. К. Томпсона, мы изучили представленность перцептивного, оценочного и поведенческого компонентов в сознании молодежи. С помощью метода свободных ассоциаций мы обнаружили

в структуре представлений молодежи описательные конструкты компонентов образа тела.

Перцептивный компонент представлен характеристиками, которые испытуемые используют для описания своего тела. В большей степени тело представляется молодежи красивым, сильным, привлекательным, домом, храмом (положительная оценка) и напряженным, заурядным, дряхлым, ограниченным (негативная оценка).

Оценочный компонент представлен категориями, которые отражают эмоциональное отношение молодежи к своему телу. Наиболее частыми эмоциями к телу, представленными в сознании молодежи, являются радость, нежность, любовь, чуткость, принятие (положительные) и равнодушие, смятение, грусть, страх, напряжение (отрицательные). В поведенческом компоненте категории представлены характеристиками, которые являются описанием тела в действии. Так, в представлении молодежи тело себя проявляет чаще как энергичное, быстрое, сильное, женственное, гибкое, танцующее. Однако присутствуют и отрицательные характеристики. Оно может быть ленивым, напряженным, скованным, уставшим, неуклюжим, несуразным, пассивным, слабым, зажатым.

Выявлено, что у представителей молодежи в большей степени положительные представления о своем теле (см. табл.1).

Таблица 1.

Процентное распределение эмоциональной окрашенности описательных категорий трех компонентов образа тела от общего числа конструктов.

Компонент ОТ/ Окрашенность оценки	**Положительная**	**Отрицательная**	**Нейтральная**
Перцептивный компонент	43%	20%	37%
Оценочный компонент	46%	27%	27%

Поведенческий компонент	59%	35%	6%

Для выявления отсутствия или наличия связи особенностей образа тела и самоотношения молодежи был проведен корреляционный анализ. В результате него было получено большое количество значимых связей. Обнаружены сильные (r> 0,7) и умеренные (0,3<r<0,7) связи (см. табл.2).

Таблица 2.

Корреляционный анализ оценок образа тела и самоотношения.

	Само-уверен.	**Самоуковод.**	**"Зеркал. Я"**	**Самоцен-ность**	**Само-прин.**	**Самопри-вязан.**	**Внутренняя конфликт.**	**Само-обвинение**
оценка "лицо"	0,473**		0,545**	0,673**	0,555**		-0,458*	-0,675**
оценка "тело"	0,565**	0,538**	0,555**	0,609**	0,584**		-0,504**	-0,653**
оценка "внешний облик"			0,449*	0,755**	0,442*		-0,421*	-0,499**
оценка "выразительность поведения"	0,556**		0,509**	0,717**	0,540**	0,476**	-0,494**	-0,593**
оценка "в жизни"	0,487**		0,509**	0,735**	0,523**		-0,491**	-0,716**

*.Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

**. Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).

Интегрировав полученные данные, мы заметили, что практические все параметры оценки образа тела имеют связь с самоотношением. Таким образом, высокий уровень самоуважения у молодежи, ценность себя как личности, удовлетворённость собой, заинтересованность в собственном «Я», ощущение своей компетентности и работоспособности, согласие со своими внутренними побуждениями связаны с высокими оценками лица, тела, внешнего облика, выразительности поведения, представленности тела в жизни. Низкие оценки образа тела молодежи соответствуют преобладанию у них негативных эмоций

в свой адрес, антипатии к себе, высокому уровню сомнения, несогласия с собой, тревожно-депрессивных состояний.

Наиболее связанными с проявлением позитивного самоотношения у представителей молодежи являются положительная оценка своего тела, анатомических и функциональных характеристик тела, выразительность в поведении. Высокий уровень внутренней конфликтности и самообвинения связаны с низкой оценкой лица, тела, внешности выразительности поведения, представленности своего тела в жизни. Стоит добавить, что у представителей молодежи самоуважение и волевая сторона личности также наиболее связаны с положительной оценкой своего лица, тела, внешнего облика, выразительностью в поведении.

Заключение.

В проведенном исследовании мы рассмотрели понятие образа тела, его представленность в сознании молодёжи и эмпирическим путем обнаружили связь образа тела и самоотношения.

Основываясь на структуре образа тела Дж. К. Томпсона [21], мы изучили представленность перцептивного, оценочного и поведенческого компонентов в сознании молодежи. С помощью метода свободных ассоциаций мы обнаружили в структуре представлений молодежи описательные конструкты компонентов образа тела.

На основе выявленных описательных категорий образа теле в дальнейших исследованиях возможно обнаружение факторов, описывающих определённые компоненты образа тела, разработка методики на их основе.

Таким образом, мы можем заключить, что образ тела, включенный в структуру сознания, имеет представленность в структуре самоотношения современной молодежи и играет неотъемлемую роль в формировании представлений о себе. Из этого следует, что факт положительного представления о своем физическом «Я» связан с адекватным положительным самоотношением.

Литература:

1. Белугина Е.В. Отношение к своему внешнему облику в период середины жизни: Дис. … канд. психол. наук. – Ростов-на-Дону: Ростовский областной институт повышения квалификации и переподготовки работников образования. – 2003. – 199 с.
2. Бёрнс Р.Б. Развитие «Я» - концепции и воспитание. – М.: Прогресс, 1986. – 320 с.
3. Быховская И.М. Аксиология телесности и здоровье: сопряженность в культурологическом измерении / Под ред. В.П. Зинченко, Т.С. Леви. – М.: АСТ МОСКВА, 2007. – С.53-62.
4. Джанерьян С.Т. Профессиональная «Я»-концепция: системный анализ. – Ростов н/Д.: Изд-во Ростов. ун-та, 2004. – 480 с.
5. Зинченко В.П., Мещеряков Б.Г. Большой психологический словарь. – М: АСТ-Москва; Прайм-Еврознак, 2008. – 816 с.
6. Каминская Н.А., Айламазян А.М. Исследования образа физического «Я» в различных психологических школах // Национальный психологический журнал. – № 3(19), 2015. – С.45-55.
7. Кожевникова О.В., Вьюжанина С.А. Психосемантика. Метод семантического дифференциала: учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений / Под ред. О.В. Кожевникова, С.А. Вьюжанина. – Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет», 2016. – 120 с.
8. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Просвещение, 1975. – 352 с.
9. Лоуэн А. Психология тела: биоэнергетический анализ тела / Пер. с англ. С. Коледа — М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2000. — 256 с.
10. Методологические подходы к изучению самоотношения в психологии [Электронный ресурс]. URL: file:///C:/Users/общий/Downloads/metodologicheskie-podhod-k-izucheniyu-samootnosheniya-v-psihologii.pdf (дата обращения: 12.12.2019).

11. Петренко В.Ф. Психосемантика сознания. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. – 208 с.
12. Психологические аспекты изучения телесности. Педагогика и психология, филология и искусствоведение. [Электронный ресурс]. URL: https://docviewer.yandex.ru/?url=http%3A%2F%2Fwww.ssc.smr.ru%2Fmedia%2Fjournals%2Fizvestia%2F2008%2F2008_6_1_183_187.pdf&name2008_6_1_183_187.pdf&lang=ru&c=575f6738dd9c&page=5 (дата обращения: 09.11.2019).
13. Сенкевич Л. В., Донцов Д. А., Базаркина И. Н. Психодиагностика. Практикум по психодиагностике. – Изд-во: «Человек», 2014. – 250 с.
14. Соколова Е.Т. Исследование образа тела в зарубежной психологии // Вестник Московского ун-та, Серия 14. Психология, 1985. –№4. – С.39-49.
15. Столин В.В. Самосознание личности. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1983. - 284 с.
16. Тхостов А.Ш. Психология телесности. – М.: Смысл, 2002. – 287с.
17. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М. Изд-во Института Психотерапии. 2002 — 245 с.
18. Цуркин В.А., Разуваева Т.Н. Особенности физического «Я» у лиц с разными типами привязанности к матери // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия Гуманитарные науки. 2013. № 27(170). Выпуск 20. – С.308
19. Черкашина А. Г. Методика исследования самоотношения к Образу Физического Я (женский вариант): Методическое пособие. – Самара: Издательство СГПУ, 2007. – 29 с.
20. Ядов В.А. Социальные и социально-психологические механизмы формирования социальной идентичности // Мир России. – М.: Ин-т социологии РАН, 1995. – Т.4. – № 3-4. – С.158-180.
21. Thompson, J. K. Body image, eating disorders, and obesity: An emerging synthesis // Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for

assessment and treatment. – Washington, DC: American Psychological Association, 1996. – P.1–20.

22. Coopersmith S.Coopersmith self esteem inventory. – Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc., 1981. – 256 p.

Literature:

1. Belugina E. V. Attitude to your external appearance during the middle of life: Dis. ... cand. psychological sciences. - Rostov-on-Don: Rostov Regional Institute of Advanced Training and Retraining of Education Workers. - 2003. - 199 p.
2. Burns R. B. Development of the " I " - concepts and education. - Moscow: Progress, 1986. - 320 p.
3. Bykhovskaya I. M. Axiology of corporeality and health: conjugacy in the cultural dimension / Edited by V. P. Zinchenko,
4. T. S. Levi. - M.: ACT MOSCOW, 2007. - p. 53-62.
5. Dzhaneryan S. T. Professional "I"-concept: system analysis. - Rostov n/D.: Rostov Publishing House. un-ta, 2004 – - 480 p.
6. Zinchenko V. P., Meshcheryakov B. G. Big psychological dictionary. - M: AST-Moscow; Prime-Euroznak, 2008. - 816 p.
7. Kaminskaya N. A., Aylamazyan A.M. Studies of the image of the physical " I " in various psychological schools / / National Psychological Journal. – № 3(19), 2015. – P. 45-55.
8. Kozhevnikova O. V., Vyuzhanina S. A. Psychosemantics. The method of semantic differential: an educational and methodological guide for students of higher educational institutions / Edited by O. V. Kozhevnikov,
9. S. A. Vyuzhanina. - Izhevsk: Publishing Center "Udmurt University", 2016. - 120 p.
10. Leontiev A. N. Activity. Conscience. Personality. - M.: Prosveshchenie, 1975. - 352 p.

11. Lowen A. Psychology of the body: bioenergetic analysis of the body / Translated from English by S. Koleda-M.: Institute of General Humanitarian Research, 2000. - 256 p.
12. Methodological approaches to the study of self-relation in psychology [Electronic resource]. URL: file:///C:/Users/general/Downloads/metodologicheskie-podhod-k-izucheniyu-samootnosheniya-v-psihologii. pdf (accessed: 12.12.2019).
13. Petrenko V. F. Psychosemantics of consciousness. un-ta, 1988 – - 208 p.
14. Psychological aspects of the study of corporeality. Pedagogy and psychology, philology and art history. [Electronic resource]. URL: https://docviewer.yandex.ru/?url=http%3A%2F%2Fwww.ssc.smr.ru%2Fmedia%2Fjournals%2Fizvestia%2F2008%2F2008_6_1_183_187.pdf&name2008_6_1_183_187.pdf&lang=ru&c=575f6738dd9c&page=5 (accessed: 09.11.2019).
15. Senkevich L. V., Dontsov D. A., Bazarkina I. N. Psychodiagnostics. Workshop on psychodiagnostics. - Publishing house: "Man", 2014. - 250 p.
16. Sokolova E. T. The study of the body image in foreign psychology / / Vestnik Moskovskogo un-ta, Series 14. Psychology, 1985. - no. 4. – p 39-49.
17. Stolin V. V. Self-consciousness of the individual. - Moscow: Publishing House of Moscow. Un-ta, 1983. - 284 p.
18. Tkhostov A. Sh. Psychology of corporeality. - M.: Smysl, 2002. - 287s.
19. Fetiskin N. P., Kozlov V. V., Manuilov G. M. Socio-psychological diagnostics of the development of personality and small groups. - M. Izd-vo Institute of Psychotherapy. 2002-245 p.
20. Tsurkin V. A., Razuvaeva T. N. Features of the physical " I " in persons with different types of attachment to the mother. Nauchnye vedomosti Belgorodskogo gosudarstvennogo universiteta. Humanities series. 2013. № 27(170). Issue 20. - p. 308
21. Cherkashina A. G. Methodology for the study of self-attitude to the Image of the Physical Self (female version): A methodological guide. - Samara: SSPU Publishing House, 2007. - 29 p.

22. Yadov V. A. Social and socio-psychological mechanisms of social identity formation // Mir Rossii, Moscow: Institute of Sociology of the Russian Academy of Sciences, 1995, vol. 4, no. 3-4, pp. 158-180.
23. Thompson, J. K. Body image, eating disorders, and obesity: An emerging synthesis // Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for assessment and treatment. – Washington, DC: American Psychological Association, 1996. – P.1–20.
24. Coopersmith S.Coopersmith self esteem inventory. - Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc., 1981 – - 256 p.