

Некоторые итоги применения шкалы самооценки Дембо-Рубинштейн в антропологических исследованиях

Варвара Ю. Бахолдина 

Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Москва,
Российская Федерация

vbaholdina@mail.ru

Аннотация

Введение. Связь восприятия собственной внешности и самооценки – актуальный фактор формирования физического и психологического статуса современной молодёжи. Новый подход к изучению этой проблемы представляет применение шкалы самооценки Дембо-Рубинштейн в комплексных антропологических исследованиях и анализ корреляций между физическими признаками и самооценкой, что позволяет выявить имплицитную составляющую нескольких частных самооценок, а также получить более глубокое представление о структуре, возрастных и гендерных особенностях самооценки школьников и студентов.

Методы. Изучены пять последовательных возрастных выборок школьников и студентов обоего пола от 11–12 до 22–30 лет. Во всех выборках применялась шкала самооценки Дембо-Рубинштейн и комплекс частных самооценок (внешности, интеллекта и т.п.). Ассоциации между внешностью и самооценкой исследовались путём анализа корреляций между физическими признаками и самооценкой по методу Пирсона. **Результаты.** Проведённый анализ выявляет прямую связь между снижением уровня самооценки и повышением уровня отрицательных связей между самооценкой и физическими показателями, и, напротив, между стабилизацией самооценки и отсутствием корреляций физических и психологических показателей. Выявленные закономерности относятся не только к самооценке внешности, но и к другим частным самооценкам. Уровень самооценки и вектор выявленных корреляций для самооценки счастья практически во всех возрастных выборках

отличаются от наблюдаемых для других частных самооценок. **Обсуждение результатов.** Уровень и вектор ассоциаций между физическими признаками и самооценкой могут рассматриваться как маркёры психологического благополучия в конкретной возрастной или гендерной выборке. Результаты исследования позволяют говорить о разной значимости отдельных частных самооценок и об особой природе самооценки счастья.

Ключевые слова

восприятие внешности, самооценка, шкала Дембо-Рубинштейн, физические признаки, психологическое благополучие, ассоциации с признаками внешности, гендерные особенности, корреляционный анализ, самооценка счастья, антропологические исследования

Финансирование

Исследование выполнено при поддержке гранта РНФ 23-18-00086 «Региональные особенности влияния социально-экономических и социокультурных факторов на секулярный тренд размеров тела современной молодёжи на рубеже XX-XXI веков».

Для цитирования

Бахолдина, В. Ю. (2025). Некоторые итоги применения шкалы самооценки Дембо-Рубинштейн в антропологических исследованиях. *Российский психологический журнал*, 22(1), 6–24. <https://doi.org/10.21702/rpj.2025.1.1>

Введение

На протяжении последних 15 лет на кафедре антропологии биологического факультета МГУ ведутся исследования ассоциаций между физическими особенностями, или особенностями внешности, и самооценкой школьников и студентов (Бахолдина, Ступина, Ковылин, 2010; Бахолдина, Ступина, 2013; Бахолдина, Благова, Самородова, 2017; Бахолдина, Благова, 2020а, 2020б). Связь между отношением к собственной внешности и самооценкой играет роль значимого фактора в процессе формирования физического и психологического статуса современной молодёжи, испытывающей постоянное воздействие широко распространённых социальных стереотипов «идеального» внешнего облика (Хафизова, 2021; Хафизова, Негашева, 2019). Как показывают многочисленные исследования в этой области, степень принятия собственной внешности, так называемый «body image», образ собственного тела, влияет через самооценку на многие стороны жизни молодых людей. Низкая самооценка, как показывают исследования, может вести к серьёзным нарушениям

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

пищевого поведения, таким, в частности, как булимия (Al-Musharaf et al., 2022; Mallaram et al., 2023) и к общей социальной тревожности (Tsartsapakis et al., 2003), что требует разработки специальных стратегий работы с подростками и молодыми людьми (Braun et al., 2016; Linardon et al., 2021; Meland et al., 2021). Диапазон подобных стратегий включает и методы преодоления некоторых социальных стереотипов, влияющих на уровень самооценки подростков и молодёжи. К стереотипам такого рода можно отнести гендерные различия в традициях семейного воспитания (Аликин, Лукьянченко, 2012; Himaz & Aturupane, 2021), или широко распространённые представления об интеллектуальном превосходстве мужского пола (Gálvez et al., 2019; Starr, 2018; Storage et al., 2020).

Подходы к изучению связи внешности и самооценки могут существенно различаться и методически, и по тем результатам, которые с их помощью получают исследователи (Birndorf et al., 2005; Harter, 2006; Lacroix et al., 2023; Supervía et al., 2023). Применяемые для этой цели опросники направлены на выявление взаимозависимости между реальными физическими особенностями и самооценкой внешности (Stunkard, 2000; Tylka, & Wood-Barcalow, 2015), на определение роли внешности в различных жизненных ситуациях (Cash, 2002) и влияние самооценки внешности на отдельные сферы жизни человека (Cash, Jakatdar & Williams, 2004). В работах российских психологов также обсуждается проблема значимости образа тела, исследуются взаимовлияния самооценки внешнего облика и субъективного психологического благополучия, и анализируется сложность, лабильность и неоднозначность выявляемых взаимосвязей (Кон, 1980; 2009; Кочеткова, 2022; Лабунская, 2022, 2023).

Результаты психологических исследований позволяют оценить эксплицитную составляющую самооценки внешности индивида: осознанное отношение человека к собственным физическим особенностям. При этом малоизученной остаётся имплицитная, возможно неосознаваемая индивидом, составляющая самооценки внешности и самооценки в целом. Провести исследования в этом направлении позволяет параллельное применение шкалы самооценки и антропометрии с последующим использованием статистических методов для определения уровня и направления связи между самооценкой и характеристиками внешности. Ассоциации между внешностью и самооценкой оцениваются в этом случае через анализ статистических корреляций, что позволяет выявить имплицитные, явно неосознаваемые связи между ними. В проведённых нами исследованиях (Бахолдина, Благова, 2020а, 2020б; Бахолдина, Благова, Самородова, 2017; Бахолдина, Ступина, 2013) была применена шкала самооценки, разработанная Т. В. Дембо и дополненная С.Я. Рубинштейн, позволяющая ввести в анализ количественную характеристику нескольких частных самооценок и такой относительно независимый показатель, как ощущение себя счастливым.

Как известно, тенденции связей физических и психологических особенностей наиболее отчетливо проявляются в период роста и развития (Хрисанфова, 1990;

2003). В процессе работ, выполненных под руководством автора (Бахолдина, Благова, 2020а, 2020б; Бахолдина, Благова, Самородова, 2017; Бахолдина, Ступина 2013; Бахолдина, Ступина, Ковылин, 2010), были изучены несколько выборок современной московской молодёжи разного возраста: школьники средних и старших классов, а также студенты младших и старших курсов Московского университета. В проведённых исследованиях основной акцент был сделан на морфологических и конституциональных особенностях школьников и студентов. Кроме того, в исследованиях школьников рассматривались связи признаков внешности со средней самооценкой, которая, как показывают исследования, обладает меньшей информационной значимостью, чем совокупность самооценок частных (Молчанова, 2021). Сравнительный анализ данных по самооценке молодёжи изученных выборок остался в тени и во многом за рамками проведённых работ. Между тем собранные в процессе исследований материалы по самооценке, несомненно, имеют самостоятельное значение и заслуживают отдельного изучения. Особый интерес представляет возможность провести параллельное сравнение уровня и различий в самооценке и в структуре выявленных ассоциаций с физическими показателями. Данные приводятся в тексте с целью избежать перегрузки статьи дополнительными объёмными таблицами.

Целью статьи стало изучение возрастной и гендерной изменчивости самооценки в контексте динамики структуры психосоматических ассоциаций.

Методы

В сравнение вошли данные по школьникам г. Москвы (112 мальчиков и 109 девочек в возрасте 11–12 лет; 99 мальчиков и 95 девочек 13–15 лет; 51 мальчик и 50 девочек 16–17 лет), а также студентам МГУ им. М.В. Ломоносова (51 юноша и 106 девушек 18–21 года и 70 юношей и 64 девушки 22–30 лет).

Антропометрическая программа исследования включала длину тела, массу тела, плечевой и тазовый диаметры, поперечный и сагиттальный диаметры грудной клетки, обхваты груди, талии, бёдер, плеча, предплечья, бедра и голени, толщину жировых складок на туловище и конечностях. Были рассчитаны также показатели экто-, эндо- и мезоморфии по оценочным уравнениям Б. Хит и Дж. Картера (Heath & Carter, 1967).

Во всех изученных выборках применялась шкала самооценки Т. Дембо и С. Я. Рубинштейн (Рубинштейн, 2007). Преимуществом этого метода является возможность вводить в исследование разный набор самооценок личностных характеристик участников. В процессе изучения выборок школьников комплекс частных самооценок включал самооценку здоровья, уверенности в себе, отношения к индивиду других людей, внешности, интеллекта и ощущения себя счастливым. Отметим, что счастье сегодня рассматривается в качестве самостоятельного

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

феномена (Gardiner et al., 2022; Rivera et al., 2024), и его включение в общую шкалу самооценки, как показано ниже, лишь подтверждает обоснованность такого подхода. Самооценка здоровья применялась как вводная характеристика, предназначенная для ориентации участников в методике, и в дальнейшем не рассматривалась. Для студенческих выборок набор частных самооценок был шире, но для общего сравнительного анализа, результаты которого приводятся в статье, выбраны те же признаки, которые применялись и в выборках школьников. Уровень отдельных частных самооценок, согласно методике Дембо-Рубинштейн, определялся в баллах, количественно соответствующих расстоянию в миллиметрах от нижней точки вертикального отрезка длиной в 100 мм до точки, где участником исследования делалась пометка (Рубинштейн, 2007). Проверка распределений баллов самооценки на нормальность показала приближение соответствующих графиков к форме нормального распределения, что позволило применить в процессе статистической обработки данных методы параметрической статистики, в том числе корреляционный анализ Пирсона и t-критерий Стьюдента. Для всех изученных выборок коэффициент альфа Кронбаха превышал значение 0,8, что свидетельствует о хорошей степени согласованности применённых показателей между собой.

Все исследования велись с соблюдением правил биоэтики и были одобрены Комиссией по биоэтике МГУ. Собранные материалы в процессе дальнейшей обработки были деперсонифицированы.

Результаты

В таблицах 1–5 приводятся данные по баллам нескольких частных самооценок шкалы Дембо-Рубинштейн для школьников 11–12 лет, 13–15 лет и 16–17 лет, а также юношей и девушек 18–21 года и 22–30 лет. На рисунках 1–5 приведены графики, наглядно иллюстрирующие возрастную динамику и гендерные различия частных самооценок.

Самооценка мальчиков 11–12 лет по всем показателям ниже, чем девочек того же возраста (табл. 1, рис. 1).

Таблица 1

Описательные статистики для частных самооценок школьников 11 – 12 лет

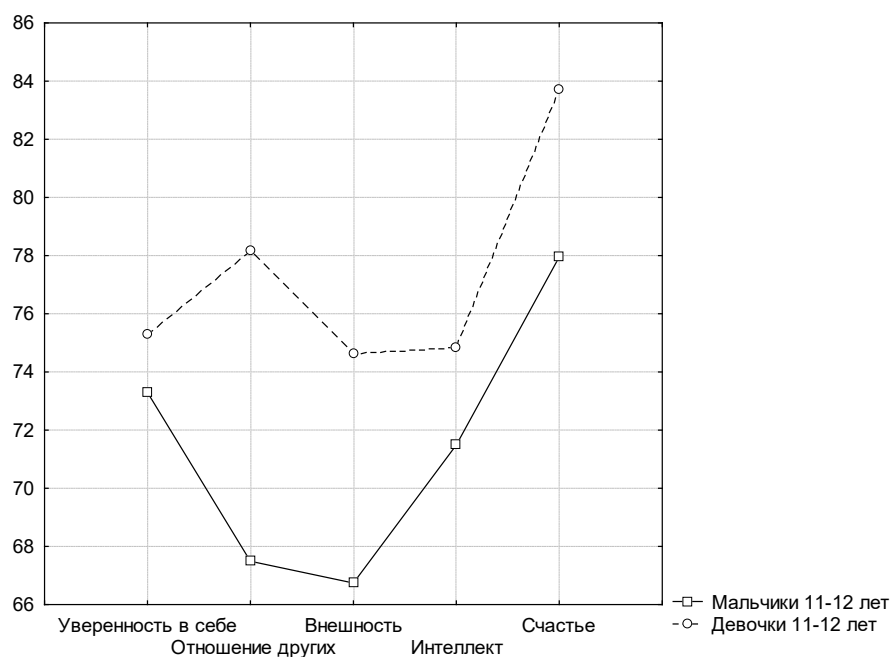
Частные само- оценки	Мальчики, 11–12 лет (M = 11,44)					Девочки, 11–12 лет (M = 11,48)				
	N	M	Min	Max	SD	N	M	Min	Max	SD
Уверен- ность в себе	112	73,29	20,00	100,00	21,48	109	75,28	0,00	100,00	24,04

Частные самооценки	Мальчики, 11–12 лет (M = 11,44)					Девочки, 11–12 лет (M = 11,48)				
	N	M	Min	Max	SD	N	M	Min	Max	SD
Отношение других*	112	67,49	9,00	100,00	23,90	109	78,16	17,00	100,00	19,08
Внешность*	112	66,74	3,00	100,00	22,82	109	74,63	8,00	100,00	23,07
Интеллект	112	71,49	25,00	100,00	18,37	109	74,83	25,00	100,00	18,82
Счастье*	112	77,96	17,00	100,00	20,67	109	83,72	24,00	100,00	18,70

Примечания. N – объём выборки; M – средняя; Min – минимум; Max – максимум; S – среднее квадратическое отклонение; * – различия между полами статистически достоверны согласно t-критерию Стьюдента при $p < 0,05$

Рисунок 1

Частные самооценки школьников 11–12 лет



Статистически значимые различия наблюдаются по частным самооценкам отношения других людей и внешности, уровень которых у мальчиков существенно ниже. Особенно заметна разница между мальчиками и девочками 11–12 лет по самооценке отношения к ним других людей. Однако, несмотря на различия в

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

частных самооценках, уровень ощущения себя счастливым оказывается наиболее высок именно для этого возраста, и для мальчиков и, особенно, для девочек.

Структура корреляций между физическими признаками и самооценкой в этом возрасте нейтральна, то есть обнаруживает отсутствие значимых корреляционных связей, или, по некоторым показателям, позитивна (корреляции положительны). И в выборке мальчиков, и в выборке девочек статистически достоверные положительные корреляции невысокого уровня (r от 0,20 до 0,30) обнаруживаются между ощущением себя счастливым, обхватными размерами тела и степенью жировотложения (средней жировой складкой и показателем эндоморфии). То есть, в этой возрастной группе психологически более комфортно чувствуют себя подростки с эндоморфными особенностями телосложения.

В следующем возрастном интервале, от 13 до 15 лет, общее соотношение уровней самооценки мальчиков и девочек сохраняется (табл. 2), сохраняется и общая конфигурация кривых на графике (рис. 2).

Таблица 2

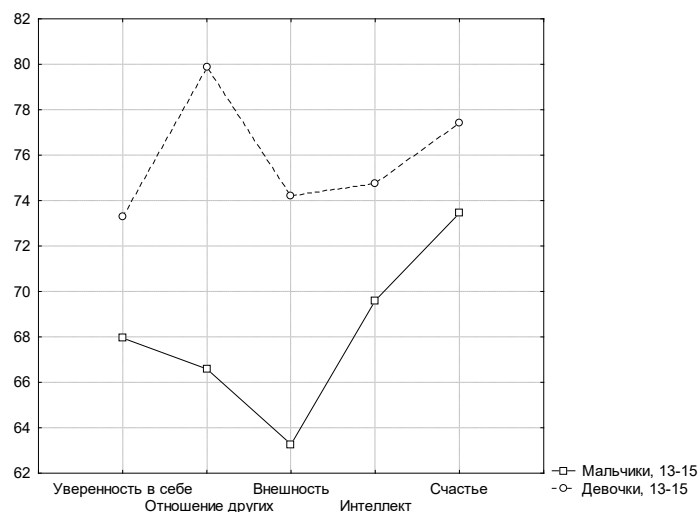
Описательные статистики для частных самооценок школьников 13–15 лет

Частные самооценки	Мальчики, 13-15 лет (M=13,67)					Девочки, 13-15 лет (M=13,66)				
	N	M	Min	Max	SD	N	M	Min	Max	SD
Уверенность в себе	99	67,95	0,00	100,00	21,23	95	73,29	17,00	100,00	19,37
Отношение других*	99	66,59	15,00	100,00	19,54	95	79,87	25,00	100,00	16,83
Внешность*	99	63,27	18,00	100,00	19,75	95	74,21	0,00	100,00	20,23
Интеллект*	99	69,60	11,00	100,00	19,97	95	74,74	33,00	100,00	14,98
Счастье	99	73,45	14,00	100,00	23,63	95	77,44	10,00	100,00	22,00

Примечания. N – объём выборки; M – средняя; Min – минимум; Max – максимум; SD – среднее квадратическое отклонение; * – различия между полами статистически достоверны согласно t-критерию Стьюдента при $p < 0,05$

Рисунок 2

Частные самооценки школьников 13–15 лет



Уровень самооценки в возрасте 13–15 лет немного ниже по сравнению с предыдущим возрастным интервалом, при этом самооценка у мальчиков ниже, чем у девочек. Достоверные гендерные различия сохраняются по самооценке отношения других людей и внешности. Кроме того, статистической значимости достигают различия по самооценке интеллекта, который мальчиками этого возраста по-прежнему, как и на предшествующем возрастном этапе, оценивается ниже, чем девочками. У подростков обоего пола снижается и ощущение себя счастливыми.

Для мальчиков этого возраста сохраняются достоверные положительные корреляции, связывающие самооценку интеллекта и ощущение себя счастливым с показателями эндоморфии и мезоморфии и с обхватными размерами тела (значения коэффициентов корреляции r находятся в диапазоне от 0,20 до 0,41 при значимости на уровне $p < 0,05$ для показателей эндо- и мезоморфии и от 0,21 до 0,29 при $p < 0,05$ для обхватных размеров тела).

В выборке девочек 13–15 лет связи морфологических признаков с самооценкой теряют свою нейтральную структуру, свойственную предыдущему возрасту, и отдельные коэффициенты корреляции достигают уровня статистической значимости. По сравнению с предыдущим возрастным интервалом вектор морфо-психологических связей меняется: масса тела, обхват груди, обхват талии и бёдер оказываются связаны отрицательными достоверными корреляциями уровня 0,20–0,30 с представлением об отношении других людей и самооценкой внешности. При этом обхватные размеры плеча и бедра сохраняют положительные корреляции с самооценкой счастья.

В старшем подростковом возрасте наблюдается резкое изменение соотношения уровней самооценки у мальчиков и девочек (табл. 3, рис. 3).

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Таблица 3

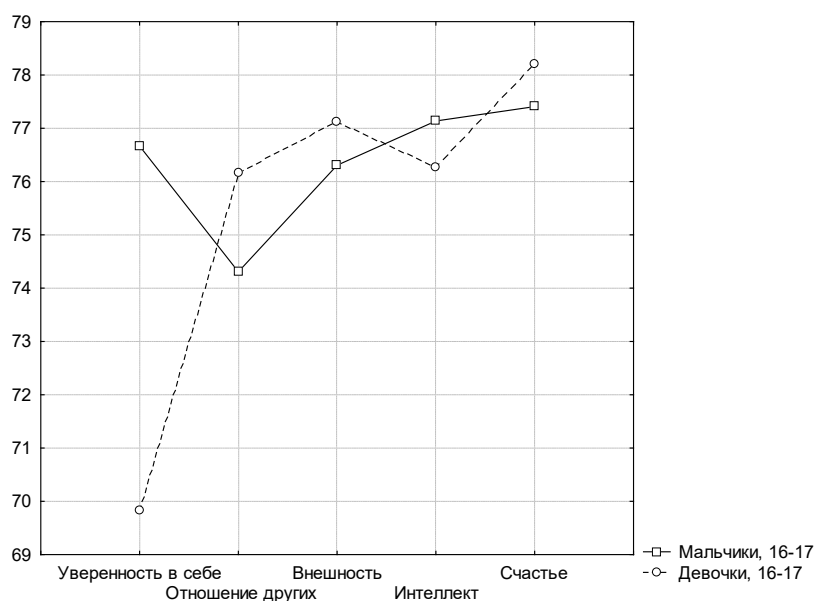
Описательные статистики для частных самооценок школьников 16 – 17 лет

Частные самооценки	Мальчики, 16-17 лет (M=16,46)				Девочки, 16-17 лет (M=16,54)				
	N	M	Min	Max	N	M	Min	Max	SD
Уверенность в себе	51	76,67	22,00	100,00	50	69,84	6,00	100,00	21,19
Отношение других	51	74,31	0,00	100,00	50	76,16	32,00	100,00	17,35
Внешность	51	76,31	0,00	100,00	50	77,12	35,00	100,00	16,97
Интеллект	51	77,14	15,00	100,00	50	76,28	48,00	100,00	12,51
Счастье	51	77,41	9,00	100,00	50	78,22	7,00	100,00	20,27

Примечания. *N* – объём выборки; *M* – средняя; *Min* – минимум; *Max* – максимум; *SD* – среднее квадратическое отклонение

Рисунок 3

Частные самооценки школьников 16–17 лет



У девочек 16–17 лет ниже, чем у мальчиков, уровень самооценки уверенности в себе, но выше самооценка отношения других людей и внешности. У мальчиков выше, чем у девочек, самооценка интеллекта; различие по этому показателю сохраняется и в более старшем возрасте. При этом оценка ощущения себя счастливым остаётся достаточно высокой для обоих полов.

Корреляции физических особенностей и самооценки у мальчиков 16–17 лет невелики, значения коэффициентов корреляции не достигают уровня статистической достоверности.

Иная ситуация наблюдается в структуре и направлении связей признаков внешности и самооценки у девочек 16–17 лет. Степень жировотложения, выраженность эндо- и мезоморфии связаны отрицательными корреляциями с уверенностью в себе. Значения коэффициентов корреляции следующие: для степени жировотложения $r = -0,33$; для эндоморфии $r = -0,29$; для мезоморфии $r = -0,31$ при достоверности на уровне $p < 0,05$. Другими словами, в этом возрасте наиболее не уверены в себе девочки с развитой жировой и мускульной компонентой, со склонностью к полноте. Корреляции между физическими показателями и самооценкой внешности многочисленны, имеют отрицательный знак и достигают больших значений. Величины коэффициентов корреляции самооценки внешности с массой тела, сагиттальным диаметром груди, обхватом груди, обхватами талии, бёдер, плеча, предплечья, бедра и голени, средней жировой складкой, средней шириной эпифиза, показателями эндоморфии и мезоморфии равны соответственно $-0,44$; $-0,55$; $-0,41$; $-0,41$; $-0,44$; $-0,34$; $-0,31$; $-0,40$; $-0,46$; $-0,36$; $-0,32$; $-0,29$ и $-0,39$ и статистически достоверны при $p < 0,05$.

Влияние собственного физического статуса у девочек этого возраста отражается и на самооценке интеллекта. Отрицательная статистически достоверная связь выявлена для самооценки интеллекта и показателя мезоморфии ($r = -0,36$ при $p < 0,05$), а положительная связь самооценки интеллекта обнаруживается с общим показателем эктоморфии ($r = 0,28$ при $p < 0,05$), то есть с грацильностью и узкосложенностью. Достоверных корреляций физических особенностей с самооценкой счастья в этой возрастной группе девочек не выявлено.

Уровень самооценки студентов младших курсов сходен для обоих полов (табл. 4.); сходна и форма соответствующих кривых (рис. 4).

Таблица 4

Описательные статистики для частных самооценок студентов 18 – 21 года

Частные самооценки	Юноши, 18 – 21 год (M=19,75)					Девушки, 18-21 год (M=19,44)				
	N	M	Min	Max	SD	N	M	Min	Max	SD
Уверенность в себе*	51	72,43	27,00	100,00	21,66	106	63,07	5,00	100,00	21,52

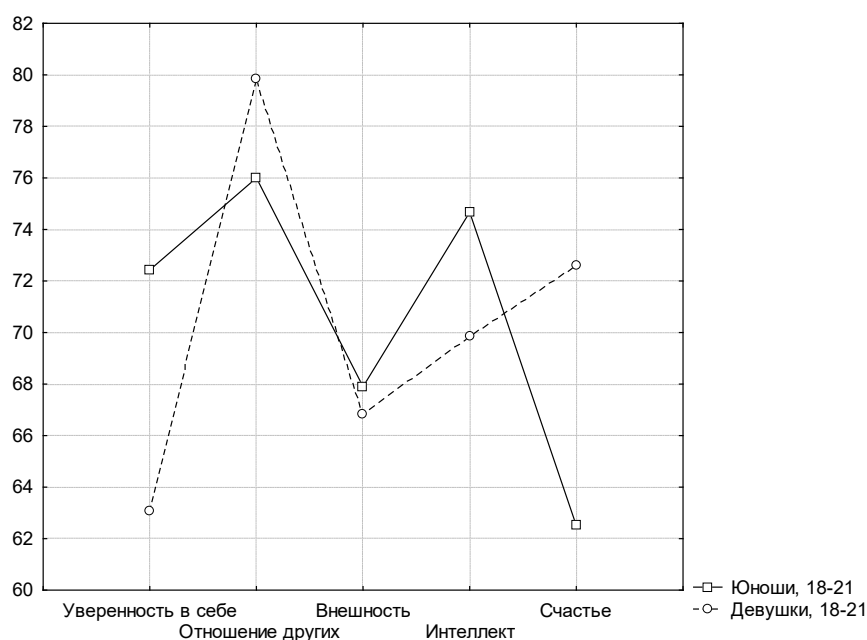
ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Частные самооценки	Юноши, 18 – 21 год (M=19,75)					Девушки, 18-21 год (M=19,44)				
	N	M	Min	Max	SD	N	M	Min	Max	SD
Отношение других	51	76,00	26,50	100,00	14,25	106	79,83	24,00	100,00	15,29
Внешность	51	67,90	37,00	100,00	17,81	106	66,82	4,00	100,00	18,65
Интеллект	51	74,67	22,00	100,00	18,03	106	69,88	3,00	100,00	18,21
Счастье*	51	62,51	0,00	100,00	29,81	106	72,63	2,00	100,00	21,91

Примечания. N – объём выборки; M – средняя; Min – минимум; Max – максимум; SD – среднее квадратическое отклонение; * – различия между полами статистически достоверны согласно t-критерию Стьюдента при $p < 0,05$

Рисунок 4

Частные самооценки студентов 18–21 года



Самооценка уверенности в себе девушек этого возраста статистически достоверно ниже, чем юношей, но при этом девушки сохраняют высокий уровень самооценки отношения к ним других людей. И у девушек, и у юношей наблюдается довольно низкая оценка собственной внешности, которая у девушек оказывается ещё ниже, чем у юношей. У девушек сохраняется и более низкая оценка собственного интеллекта.

В выборке девушек 18–21 года сохраняются отрицательные корреляции признаков внешности с самооценкой. Значения коэффициентов корреляций самооценки уверенности в себе и поперечного диаметра груди, самооценки отношения других людей и диаметра таза равны соответственно -0,23 и -0,19 и статистически достоверны при уровне значимости $p < 0,05$. Однако коэффициент корреляции обхвата предплечья с самооценкой счастья положителен ($r = 0,25$ при $p < 0,05$), а с баллом эктоморфии – отрицателен ($r = -0,19$ при $p < 0,05$), что намечает иной вектор морфо-психологических корреляций по показателю «счастье» относительно других частных самооценок. У юношей того же возраста формируется структура корреляций, отражающая значимость маскулинных особенностей телосложения: отрицательные корреляции выявляются с уровнем жираотложения, а также с основными обхватными размерами, а положительные – с мезоморфными характеристиками, которые обнаруживают положительные достоверные корреляции с уровнем счастья. Величины отрицательных коэффициентов корреляции самооценки отношения других людей с размерами средней жировой складки, обхватом бедра и баллом эндоморфии в выборке юношей этого возраста достигают значений -0,43, -0,39 и -0,49 соответственно при $p < 0,05$. В то же время коэффициенты корреляции самооценки интеллекта с шириной нижнего эпифиза предплечья и самооценки счастья с шириной нижнего эпифиза голени положительны и равны 0,47 и 0,33 при уровне статистической значимости $p < 0,05$.

Данные для студентов старших курсов (табл. 5) и соответствующий график (рис. 5) характеризуются сближением уровней частных самооценок для обоих полов: различия между юношами и девушками невелики и не достигают степени статистической значимости; формы кривых на графике практически совпадают.

Таблица 5

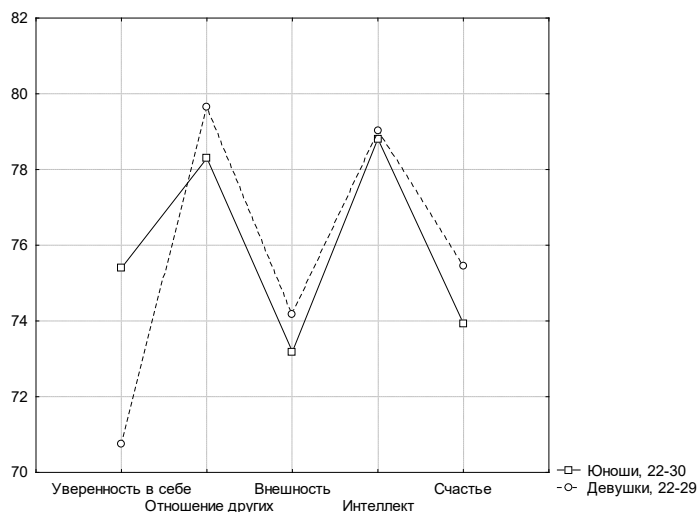
Описательные статистики для частных самооценок студентов 22–30 лет

Частные самооценки	Юноши, 22-30 (M=23,68)					Девушки, 22-29 (M=23,44)				
	N	M	Min	Max	SD	N	M	Min	Max	SD
Уверенность в себе	70	75,40	18,00	100,00	19,52	64	70,75	11,00	100,00	22,68
Отношение других	70	78,30	0,50	100,00	20,07	64	79,66	28,00	100,00	17,26
Внешность	70	73,19	25,00	100,00	18,55	64	74,19	17,00	100,00	19,39
Интеллект	70	78,81	30,00	100,00	15,15	64	79,03	27,00	100,00	16,14
Счастье	69	73,94	0,00	100,00	23,31	63	75,46	8,00	100,00	22,44

Примечания. *N* – объём выборки; *M* – средняя; *Min* – минимум; *Max* – максимум; *SD* – среднее квадратическое отклонение

Рисунок 5

Частные самооценки студентов 22–30 лет



Уверенность в себе в этом возрасте также ниже у девушек, однако по остальным показателям, включая интеллект и уровень ощущения себя счастливыми, баллы самооценки девушек несколько превышают баллы юношей. Согласно таблицам 4 и 5, у девушек старших курсов выше баллы интеллекта по сравнению с младшими студентками (79,03 и 69,88 баллов соответственно). В выборке студентов старших курсов выше и самооценка внешности. Для младших юношей и девушек она оценивается в 67,9 и 66,82 балла, а для старших – в 73,19 и 74,19 баллов.

Морфо-психологические ассоциации в выборке студентов старших курсов также свидетельствуют об общей стабилизации в восприятии собственных физических особенностей и снижении их влияния на самооценку молодых людей. У юношей сохраняются отрицательные корреляции самооценки с показателями жировотложения и усиливаются положительные связи с признаками маскулинности. У девушек все отрицательные корреляции физических признаков и самооценки меняют знак и становятся положительными.

Обсуждение результатов

Более низкая самооценка мальчиков 11–12 лет по сравнению с девочками того же возраста, возможно, отражает отмеченное многими исследователями более критическое отношение взрослых, и прежде всего родителей, к мальчикам, и более мягкое, терпимое отношение к девочкам, что формирует и разный уровень психологического комфорта у младших подростков обоих полов (Аликин, Лукьянченко, 2012; Himaz & Aturupane, 2021). Косвенным подтверждением такого предположения могут служить значительные гендерные различия в этом возрасте по

самооценке отношения других людей, более высокой у девочек. При этом степень ощущения себя счастливыми высока и для мальчиков, и для девочек. Эти результаты, как нам кажется, согласуются с данными о существовании некоторого периода психологического благополучия, своеобразного «затишья» накануне пубертатных потрясений. По данным ряда исследователей, «начиная с 4-го класса отмечается подъём самооценки, которая остаётся высокой у большей части подростков, в ней проступает яркая, экстенсивная эмоция, передающая светлый фон настроения, ощущение радости бытия, чувства гордости и уверенности в себе» (Молчанова, 2021, стр. 225). Согласно нашим результатам, можно говорить о максимальных уровнях самооценки у девочек в возрасте 11–12 лет по контрасту с более низкими показателями у мальчиков, что отличается от данных некоторых авторов относительно более высокой самооценки мальчиков в младшем подростковом возрасте (Birndorf et al., 2005; Harter, 2006), но согласуется с данными других, недавно проведённых обширных исследований (Supervía et al., 2023). Наши результаты могут рассматриваться и как проявление общей закономерности протекания пубертатного периода, когда возрастные изменения у девочек несколько опережают по времени возрастную динамику у мальчиков, и это опережение проявляется, в том числе, в формировании сложных форм самосознания (Кон, 2009).

Данные относительно наличия положительной связи между ощущением себя счастливым и эндоморфными особенностями телосложения, выявленной для возраста 11–12 лет, находятся в некотором противоречии с работами других авторов, согласно которым у мальчиков с эндоморфной конституцией наблюдается больше проблем в отношениях со сверстниками, они часто являются предметом насмешек и имеют меньше друзей (Кон, 1980). Но отношения между мальчиками могут зависеть и от типа их сообществ, поэтому контакты со сверстниками «во дворе» могут существенно отличаться от школьных, где доминирует иная система ценностей. Ещё одно возможное объяснение – сложная природа такого феномена, как ощущение себя счастливым, которое, как показывают и наши исследования (Бахолдина, Благова, 2020а, 2020б), не всегда отражает вектор и уровень самооценки. Кроме того, такой вектор корреляций может быть связан и с влиянием некоторых социальных факторов, в частности, с материальным благополучием родителей.

Особенностью следующего возрастного этапа, 13–15 лет, оказывается некоторое снижение уровня самооценки и ощущения себя счастливым в обеих гендерных выборках при сохранении более низкого уровня у мальчиков. Но, если в выборке мальчиков сохраняются положительные связи самооценки и ощущения себя счастливым с показателями эндо- и мезоморфии, то в выборке девочек вектор связей меняется на отрицательный, и степень развития отдельных физических признаков оказывается связана обратной зависимостью с представлением об отношении других людей и самооценкой внешности. Некоторые физические признаки в выборке девочек 13–15 лет при этом сохраняют положительные корреляции с самооценкой счастья. В этом, возможно, также проявляется некоторая автономность самооценки счастья в сравнении с другими частными самооценками.

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Заметные изменения по гендерным различиям в самооценке наблюдаются в старшем подростковом возрасте, что выражается в снижении самооценки девочек 16–17 лет и повышении самооценки мальчиков этого возраста. Судя по полученным результатам, высокая самооценка мальчиков в этом возрасте не связана напрямую с их физическим статусом, коэффициенты корреляций между физическими признаками и самооценкой не достигают уровня статистической достоверности. Справедливость такого вывода подтверждается данными и других исследователей, согласно которым такой, казалось бы, значимый признак, как рост, или длина тела, не играет большой роли в формировании самооценки старших подростков (Кон, 2009).

В выборке девочек 16–17 лет корреляции между самооценкой внешности и интеллекта с физическими признаками отрицательны и высоки по абсолютной величине, что свидетельствует о критическом восприятии девочек этого возраста собственных телесных особенностей.

У девушек и юношей 18–21 года уровни самооценки оказываются сходны. В выборке девушек обращает на себя внимание сохранение более низкой оценки собственного интеллекта. Возможно, в этом сказывается влияние на девушек широко распространённых социальных гендерных стереотипов, касающихся представлений об интеллектуальном превосходстве мужчин. Причина эффективности воздействия подобных стереотипов, как предполагается, состоит в том, что они широко транслируются в обществе и имеют тенденцию к интериоризации, то есть воспринимаются самими девушками и женщинами, влияя на их самооценку и уверенность в себе (Gálvez et al., 2019; Starr, 2018; Storage et al., 2020).

Формирование структуры и векторов самооценки молодёжи этого возраста, студентов младших курсов, происходит под влиянием целого ряда социальных факторов – адаптации к учёбе в университете, непривычной жизни в общежитии вне дома, изменения обычного типа питания. Неслучайно ощущение себя счастливыми в этом возрасте не очень высоко у обоих полов, и у юношей заметно ниже, чем у девушек (различия достигают уровня статистической достоверности). Перечисленные стрессовые факторы могут сказываться и на структуре корреляций самооценки с физическими признаками, которые у девушек 18–21 года сохраняют отрицательный знак. Исключение представляет самооценка счастья, для которой выявляются положительные корреляции с некоторыми обхватными размерами, обозначая тем самым иную природу этого показателя.

Уровни самооценки девушек и юношей старших курсов практически совпадают, но по нескольким признакам, в том числе по самооценке интеллекта и ощущению себя счастливыми, девушки демонстрируют более высокий уровень психологического благополучия, чем юноши. Повышение самооценки интеллекта у девушек старших курсов по сравнению с младшими студентками может быть следствием влияния социальной университетской среды, способствующей преодолению девушками негативных социальных стереотипов в представлениях о гендерных интеллектуальных различиях. Полученные результаты также свидетельствуют о

более высокой самооценке внешности у старших студентов, и юношей, и девушек, по сравнению с младшими, что согласуется с данными исследований психологов относительно более высокой самооценки внешнего облика в возрастной группе 26–36 лет, близкой по возрасту к выборке старших студентов (Лабунская, 2023).

Ассоциации признаков внешности и самооценки в выборке студентов старших курсов также свидетельствуют об общей стабилизации в восприятии собственных физических особенностей и снижении их влияния на самооценку молодых людей.

Результаты исследования дают также основание для размышлений относительно возможной «имплицитности» или «эксплицитности» отдельных частных самооценок. Так, самооценка отношения к индивиду других людей несёт в себе значительную эксплицитную составляющую, отражая реальные социальные взаимоотношения, в которых индивид находится с окружающими. Возрастная и гендерная динамика оценки отношения к себе других людей, выявленная в исследовании, может свидетельствовать о её зависимости от изменения социального контекста на разных этапах онтогенеза. Самооценки внешности и интеллекта, очевидно, в большей степени носят имплицитный характер, хотя, как было сказано выше, повышение самооценки интеллекта у старших студенток университета может быть обусловлено и причинами социального свойства. Сложной по своей природе является и самооценка уверенности в себе, которая подвержена значительной возрастной динамике, различается у обоих полов и также может зависеть от и от биологических, и от социальных факторов.

Заключение

Проведённый анализ позволяет прийти к выводу о том, что снижение уровня самооценки отражается в повышении частоты и усилении отрицательных связей самооценки и признаков внешности, имплицитно влияя на негативное восприятие молодыми людьми своего физического статуса. Важно отметить, что этот процесс затрагивает не только самооценку внешности, но и другие частные самооценки. Напротив, стабилизация самооценки ведёт к повышению «принятия себя» и в физическом плане.

Ещё одним результатом проведённого исследования можно считать получение новых данных относительно неоднородности структуры самооценки и иной значимости самооценки счастья по сравнению с другими частными самооценками. Уровень частных самооценок и ощущения себя счастливым, как и вектор корреляций с физическими признаками, могут значительно отличаться, что наблюдается во всех изученных возрастных группах, за исключением старшей. Так, в выборке младших подростков у мальчиков, несмотря на невысокий уровень самооценки, уровень счастья достаточно высок. У девочек 13–15 лет статистически значимые отрицательные корреляции самооценки отношения других людей и внешности с основными размерами тела сочетаются с положительными корреляциями обхватных размеров с баллом счастья. При высоком уровне отрицательных корреляций в

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

целом, у девочек 16–17 лет достоверных корреляционных связей со счастьем не выявлено. У студенток 18–21 года векторы связей физических признаков с частными самооценками и счастьем имеют разную направленность.

Таким образом, судя по результатам исследования, ощущение себя счастливым не связано напрямую с самооценкой и представляет собой самостоятельную категорию, требующую отдельного изучения.

Данные, полученные в ходе применения шкалы самооценки Дембо-Рубинштейн в комплексных антропологических исследованиях, дополняют имеющиеся представления о природе и структуре самооценки, её ассоциациях с физическим статусом молодых людей, и могут быть полезны для широкого круга специалистов – психологов, социологов и педагогов.

Литература

- Аликин, И. Л., Лукьянченко, Н. В. (2012). Нормативная динамика родительского отношения в современном обществе: возрастной и гендерный аспекты. *Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В. П. Астафьева*, 22(4), 228–234.
- Бахолдина, В. Ю., Благова, К. Н. (2020а). Возрастная динамика морфологического статуса и психосоматических связей в двух выборках студентов Московского университета. *Вестник Московского университета. Серия XXIII. Антропология*, 1, 47–57. <https://doi.org/10.32521/2074-8132.2020.1.047-057>
- Бахолдина, В. Ю., Благова, К. Н. (2020б). Изучение системы взаимосвязей между питанием, физической активностью, морфологией и самооценкой в двух выборках студентов Московского университета. *Вестник Московского университета. Серия XXIII. Антропология*, 2, 41–54. <https://doi.org/10.32521/2074-8132.2020.2.041-054>
- Бахолдина, В. Ю., Благова, К. Н., Самородова, М. А. (2017). Возрастные и гендерные аспекты психосоматических связей (по данным трёх московских выборок подростков и студентов). *Вестник Московского университета. Серия XXIII. Антропология*, 1, 57–65.
- Бахолдина, В. Ю., Ступина, К. С. (2013). Новые данные к психологической характеристике разных вариантов морфологической конституции. *Вестник Московского университета. Серия XXIII. Антропология*, 3, 64–73.
- Бахолдина, В. Ю., Ступина, К. С., Ковылин, В. А. (2010). Конституциональный тип и самооценка у детей и подростков. *Вестник Московского университета. Серия XXIII. Антропология*, 2, 44–54.
- Кон, И. С. (2009). Мальчик – отец мужчины. Время.
- Кон, И. С. (1980). Психология старшеклассника. Просвещение.
- Кочеткова, Т. Н. (2022). Образ тела как социально-психологический феномен. В *Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография* (с. 166–182). ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России.
- Лабунская, В. А. (2022). Полидетерминация отношения к внешнему облику и его влияния на субъективное благополучие человека: социально-психологический гендерно-возрастной подход. В *Психологические исследования внешности и образа тела: коллективная монография* (с. 7–30). ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России.
- Лабунская, В. А. (2023). Социально-демографические факторы в структуре взаимосвязей между самооценками внешнего облика и оценками субъективного благополучия. *Российский психологический журнал*, 20(3), 255–273. <https://doi.org/10.21702/rpj.2023.3.14>
- Молчанова, О. Н. (2021). Самооценка. Теоретические проблемы и эмпирические исследования. Флинта.

- Рубинштейн, С. Я. (2007). *Экспериментальные методики патопсихологии и опыт применения их в клинике*. Апрель-Пресс, Издательство Института психотерапии.
- Хафизова, А. А. (2021). Идеалы телесной красоты и временные изменения соматических показателей современной молодёжи. *Вестник антропологии*, 3, 161–182. <https://doi.org/10.33876/2311-0546/2021-3/161-182>
- Хафизова, А. А., Негашева, М. А. (2019). Влияние особенностей телосложения юношей и девушек на самооценку внешности и неудовлетворённость своим телом. *Вестник Московского университета. Серия XXIII. Антропология*, 3, 25–41. <https://doi.org/10.32521/2074-8132.2019.3.025-041>
- Хрисанфова, Е. Н. (2003). Антрополого-эндокринологические исследования как способ познания биосоциальной природы человека (историческая филогения). *Антропология на пороге III тысячелетия*, 1, 67–85.
- Хрисанфова, Е. Н. (1990). *Конституция и биохимическая индивидуальность*. Издательство Московского университета.
- Al-Musharaf, S., Rogoza, R., Mhanna, M., et al. (2022). Factors of body dissatisfaction among Lebanese adolescents: The indirect effect of self-esteem between mental health and body dissatisfaction. *BMC Pediatrics*, 22, 302. <https://doi.org/10.1186/s12887-022-03373-4>
- Birndorf, S., Ryan, S., Auinger, P., & Aten, M. (2005). High self-esteem among adolescents: Longitudinal trends, sex differences, and protective factors. *Journal of Adolescent Health*, 37(3), 194–201. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2004.08.012>
- Braun, T. D., Park, C. L., & Gorin, A. (2016). Self-compassion, body image, and disordered eating: A review of the literature. *Body Image*, 17, 117–131. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.03.003>
- Gálvez, R. H., Tiffenberg, V., & Altszyler, E. (2019). Half a century of stereotyping associations between gender and intellectual ability in films. *Sex Roles*, 81(9–10), 643–654. <https://doi.org/10.1007/s11199-019-01019-x>
- Cash, T. F. (2002). The situational inventory of body image dysphoria: Psychometric evidence and development of a short form. *International Journal of Eating Disorders*, 32(3), 362–366. <https://doi.org/10.1002/eat.10100>
- Cash, T. F., Jakatdar, T. A., & Williams, E. F. (2004). The Body Image Quality of Life Inventory: Further validation with college men and women. *Body Image*, 1(3), 279–287. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00023-8](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00023-8)
- Gardiner, G., Sauerberger, K., Lee, D., & Funder, D. (2022). What happy people do: The behavioral correlates of happiness in everyday situations. *Journal of Research in Personality*, 99, 104236. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0092656622000496>
- Harter, S. (2006). Developmental and individual difference perspectives on self-esteem. In D. K. Mroczek & T. D. Little (Eds.), *Handbook of personality development* (pp. 311–334). <https://doi.org/10.4324/9781315805610>
- Himaz, R., & Aturupane, H. (2021). Why are boys falling behind? Explaining gender gaps in school attainment in Sri Lanka. *World Development*, 142, 105415. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0305750X21000279>
- Lacroix, E., Smith, A. J., Husain, I. A., Orth, U., & Ranson, K. M. (2023). Normative body image development: A longitudinal meta-analysis of mean-level change. *Body Image*, 45, 238–264. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.03.003>
- Linardon, J., Anderson, C., Messer, M., Rodgers, R. F., & Fuller-Tyszkiewicz, M. (2021). Body image flexibility and its correlates: A meta-analysis. *Body Image*, 37, 188–203. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.02.005>

- Mallaram, G. K., Sharma, P., Kattula, D., et al. (2023). Body image perception, eating disorder behavior, self-esteem and quality of life: A cross-sectional study among female medical students. *Journal of Eating Disorders*, 11, 225. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38102717/>
- Meland, E., Breidablik, H. J., Thuen, F., et al. (2021). How body concerns, body mass, self-rated health and self-esteem are mutually impacted in early adolescence: A longitudinal cohort study. *BMC Public Health*, 21, 496.
- Rivera, A. R., Gálvez-Mozo, A., & Tirado-Serrano, F. (2024). The imperative of happiness in positive psychology: Towards a psychopolitics of wellbeing. *New Ideas in Psychology*, 72, 101058.
- Starr, C. R. (2018). "I'm not a science nerd!": STEM stereotypes, identity, and motivation among undergraduate women. *Psychology of Women Quarterly*, 42(4), 489–503. <https://doi.org/10.1177/0361684318793848>
- Storage, D., Charlesworth, T. E. S., Banaji, M. R., & Cimpian, A. (2020). Adults and children implicitly associate brilliance with men more than women. *Journal of Experimental Social Psychology*, 90, 104020. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022103120303607>
- Stunkard, A. J. (2000). Old and new scales for the assessment of body image. *Perceptual and Motor Skills*, 90(3), 930. <https://doi.org/10.2466/pms.2000.90.3.930>
- Supervía, P. U., Bordás, C. S., Robres, A. Q., Blasco, R. L., & Cosculluela, C. L. (2023). Empathy, self-esteem and satisfaction with life in adolescence. *Children and Youth Services Review*, 144, 106755. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0190740922003917>
- Tsartsapakis, I., Zafeiroudi, A., Vanna, G., et al. (2023). Relationships of body dissatisfaction and self-esteem with social physique anxiety among university students in different study programs. *Trends in Psychology*, 2023. Retrieved from <https://link.springer.com/article/10.1007/s43076-023-00329-0>
- Tylka, T. L., & Wood-Barcalow, N. L. (2015). The Body Appreciation Scale-2: Item refinement and psychometric evaluation. *Body Image*, 12, 53–67. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.09.006>

Поступила в редакцию: 12.05.2024

Поступила после рецензирования: 10.11.2024

Принята к публикации: 14.01.2025

Информация об авторе

Бахолдина Варвара Юрьевна – доктор биологических наук, профессор, профессор кафедры антропологии, Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, Москва, Россия; Researcher ID: R-8145-2016, Scopus ID: 25935919900, SPIN-код РИНЦ: 1435-9468, ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3320-1445>; e-mail: vbaholdina@mail.ru

Информация о конфликте интересов

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.