ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159.923

Осьминина Анна Александровна
Костромской государственный университет
annaosminina@mail.ru

О СОВРЕМЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЯХ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ ВНЕШНЕГО ОБЛИКА ЧЕЛОВЕКА

В статье представлены результаты обзора научных исследований по проблеме внешнего облика. Раскрывается структура, функции данного понятия. Кратко рассмотрены самые существенные современные концепции отношения к собственному внешнему облику. Проведенный анализ приводит к выводу о необходимости дальнейшего изучения социально-психологических факторов, приводящих к субъективной удовлетворенности/неудовлетворенности внешним обликом (среди них, установки, ценности и гендерные стереотипы, социальные сравнения, отношения с противоположным полом, ориентированность на успех и привлекательность женщины для партнера и др.).

Ключевые слова: *внешний облик, отношение к внешнему облику, социально-психологические факторы, социальная перцепция.*

В современной психологической науке наблюдается рост интереса к проблеме удовлетворенности человека собственным внешним обликом. Влияние внешнего облика на жизнедеятельность личности привлекает внимание ученых разных научных областей (психологов, философов, педагогов, искусствоведов, физиологов, антропологов, медиков и др.) [17; 19].

Внешний облик сопровождает человека всю его жизнь, независимо от пола, возраста, семейного положения, места проживания, национальной принадлежности; это важная часть общих свойств индивида, а также значимое образование в структуре личности, влияющее на ее становление и функционирование. Внешний облик является средством отражения индивидуальных особенностей человека и их оценки другими людьми. Очертание лица, общий силуэт тела – это первые информационные данные, доступные органам восприятия, находящиеся на виду во время социального взаимодействия [19]. Человек не рождается с утверждением того, что его внешний облик неидеален, некрасив. Все мысли, чувства и установки по поводу собственной внешности формируются постепенно, по мере развития; они тесно связаны с тем, какую обратную связь получает человек от социума и есть ли у него достаточно ресурсов, чтобы справиться с мнением общества, и каково его отношение к самому себе [26; 4]. Общество с древних времен формирует определенные стандарты красоты, идеальной внешности, посредством воздействия на психику человека через СМИ, телевидение, Интернет. Привлекательность внешнего облика – одна из общих оценок, служащая для холистической характеристики субъекта. Исследования показали, что люди, обладающие внешней привлекательностью, занимают более выгодное положение в обществе, более позитивно оцениваются другими людьми [1]. Стремление соответствовать данным стандартам развивается частично как функция культуры в ответ на эстетические идеалы общества [31]. Внешний облик – это сложный конструкт, включающий в себя динамичные, взаимосвязанные компоненты (физический, социальный облик и экспрессивное поведение) [13].

Актуальность изучения проблемы внешнего облика человека связана с влиянием восприятия внешнего облика на общее благополучие жизни, как самой личности, так и общества в целом. Принципиальное значение для психологического здоровья человека имеет изучение социально-психологических факторов, влияющих на адаптацию к проблемам внешнего облика. Социально-психологические факторы детерминируют психический склад личности в социуме в конкретный период его исторического развития, к ним относятся множественные личностные и социальные характеристики, включая пол, возраст, семейный статус, психологические, эмоционально-волевые, средовые особенности и пр. Но что еще важнее – установки, ценности, гендерные стереотипы, социальные сравнения, отношения с противоположным полом и т. д. [11]. Интерес к собственному внешнему облику, и забота о нем приобретают все большее значение и распространяются на все возрастные категории человеческого общества. Тревожность по поводу внешнего облика может побудить человека изменить собственный образ жизни; он может принять решение о необходимости применения серьезных медицинских манипуляций, что не всегда приводит к желаемым результатам, а наоборот, добавляет психологических проблем. Понимание причин, порождающих неудовлетворенность собственным внешним обликом, позволит не только лучше понимать более глобальные проблемы общего и субъективного благополучия и качества жизни, но и выработать адекватные методы психологической диагностики и коррекции.

Цель данной статьи: проанализировать и обобщить современные тенденции исследований проблемы внешнего облика; обозначить важность и актуальность в дальнейшем развитии знаний в этой области.

Фундаментальные положения С.Л. Рубинштейна о том, что внешний облик является системным

 © Осьминина А.А., 2019

образованием, социокультурным, социально-психологическим конструктом [20], служит методологической базой эмпирических разработок. Внешний облик объективирует внутренний мир личности, который воспринимается социумом, благодаря социально-перцептивной деятельности людей, межличностному познанию. Во внешнем облике зафиксированы отношения личности к самой себе, к Другому, и ожидаемые отношения со стороны общества. Подчеркивается единство и взаимовлияние физической и духовной сторон личности. Человек соединяет свою личность с внешностью, так как в ней заключены склад его жизни и стиль деятельности [1; 3].

Рост интереса к проблеме внешности привел к тому, что в 1970-х и 1980-х гг. XX века наблюдалось значительное увеличение исследований в зарубежной психологии. По мнению Н. Рамси, Д. Харкорт изучение данной темы шло в трех направлениях: во-первых, изучение различных типов суждений, выносимых на основе внешнего облика; во-вторых, изучение влияния различных аспектов внешности на эти суждения; в-третьих, изучение самовосприятия внешнего облика самим индивидом [19].

Внешний облик определяют в американской психологии как физическую характеристику, которая включает в себя пропорции телосложения, черты лица, рост, цвет кожи и пр. Подчеркивается культурная и социальная обусловленность оценки внешности как привлекательной или непривлекательной. Именно социум создает стереотипы представлений о красоте, несоответствие личности этим стереотипам вызывает отрицательное и отчужденное отношение общества [19; 23; 28]. Переживания негативных эмоций по поводу неодобрительной оценки собственной внешности могут приводить к возрастанию тревоги, депрессии, к формированию феномена страха перед оценкой внешнего облика [29], переоценки гендерной идентичности личности [30; 32].

В современной психологической науке растет интерес к проблеме внешнего облика как к средству идентификации и стратификации общества. В.А Лабунская в своих исследованиях развивает представления о внешнем облике (*look, outlook*) как о конструкте «Я-для-другого» (Ростовская психологическая школа). Совокупность параметров самовыражения организуются в пространственно-временные структуры и изменяются в процессе развития психофизиологических, психологических, социально-психологических компонентов организации личности. Данный критерий влияет на межличностную, эмоциональную область, определяет динамику развития объективных жизненных процессов индивида [17].

Отношение личности к собственному внешнему облику отражается на общей картине благополучия жизни, перестройке социально-психологической ситуации развития личности. Трансформируются сферы общения, изменяются взаимодействия между полами, терпят изменения гендерные роли, уровень самооценки и прочее. В итоге, социально-психологические показатели, приводящие к определенному отношению к своему внешнему облику, становятся важными регуляторами поведения личности. Изучаются также проблемы внешнего облика, связанные с гендерной идентичностью [6], процессом самопрезентации [8], переживаниями периода середины жизни [2]. Самостоятельным современным направлением исследований выступает преобразование внешнего облика во взаимосвязи с социально-психологическими особенностями личности [18]. В данных исследованиях внешний облик рассматривается в контексте позиции субъекта общения (затрудненного / незатрудненного). Трудности в общении связывают с негативными характеристиками внешнего облика, определенным паттерном невербального поведения, неудовлетворенностью самого субъекта собственной внешностью. Субъект затрудненного общения недружелюбен к другим, отдаляется от них. Такое же отношение прослеживается и по отношению к самому себе. Результаты исследований позволяют говорить о взаимосвязи внешнего облика субъекта и представления о нем как о Враге или Друге, что обусловливает негативную или позитивную оценку его внешности [13; 15].

В.А. Лабунская вводит понятие «многофакторная модель изучения отношения к внешнему облику» [13, с. 203]. Оценки и самооценки внешности предстают в качестве когнитивно-эмоционального компонентов отношения; внешний облик человека рассматривается как целостное образование, включающее и отражающее его основные функции; совокупность взаимодействующих групповых, межличностных, личностных факторов, опосредованных социокультурными условиями познания себя и Другого [13].

На протяжении всего жизненного пути человека его внешность претерпевает естественные изменения. В каждой возрастной группе устанавливается такая форма внешнего облика, которая согласовывается с принятыми социумом гендерно-возрастными стандартами, а также с индивидуально-психологическими особенностями личности. Внешнему облику приписываются функции индикации, регуляции, укрепления самооценки, повышения аттрактивности, одобрения, уважения, усиления влияния на других, выстраивания властных, манипулятивных отношений [13]. Молодые люди придают особое значение внешности, созданию привлекательного внешнего вида. Особое значение в отношении к собственной внешности среди молодежной среды придается таким факторам, как оценка, самооценка, самоотношение, самовосприятие внешнего облика [13; 33; 25].

Исследования отечественных и зарубежных ученых, разрабатывающих проблему молодежной культуры в последние 40–50 лет, указывают на то, что оформление внешнего облика является основой формирования объединений молодежи, особых субкультур [5]. Современные исследования проблемы мизогинии (от греч. *misogyny* – ненависть, неприязнь, укоренившееся предубеждение по отношению к женщинам) указывают на факт существенного влияния внешнего облика на этот процесс. Индустрия красоты является мощным рычагом давления на образ жизни современных людей. «Быть красивым» – дополнительная установка, которая усваивается личностью и влияет на свободу выбора собственной идентичности. Исследования показывают, что подобные социальные требования создают плодородную почву для развития мизогинии среди женщин [10]. Указывается на то, что женщины так же, как и мужчины, и даже в большей мере, занижают значимость других женщин, которые пренебрегают общепринятыми нормами поведения [32].

В исследованиях, изучающих взрослость человека, отмечается, что происходящие в среднем возрасте существенные изменения во внешнем облике (появляются явные признаки старения, снижается сексуальная привлекательность и пр.) приводят к переоценке собственной внешности [2; 12; 22]. Трансформация внешнего облика в период взрослости ведет к изменениям в сфере общения, гендерной идентификации, во взаимодействии между полами, к ограничениям в профессиональной сфере и пр. [2]. При всей важности и актуальности данной темы, исследований проблемы внешнего облика в период взрослости как регулятора поведения личности в данный период недостаточно.

Большой вклад в изучение внешнего облика неоспоримо вносит решение проблем дискриминации. Внешность как регулятор системы отношений личности выступает в роли пускового механизма дискриминационной позиции к другому человеку. «Лукизм» (от анг. *tolook* – выглядеть) – это дискриминация по внешнему облику Другого, актуальная проблема современного общества. Ее изучение началось в Америке, и интенсивно изучается отечественными исследователями. Изучаются причины возникновения лукизма, последствия его проявлений, отмечается роль негативных социальных стереотипов, гендерный аспект, этнические факторы, социально-психологические особенности представлений о красивой внешности [27]. Появляются исследования, в которых анализируется отношение к внешнему облику как критерию найма на работу и продвижения по карьерной лестнице [14].

Поиск смысла внешности и возможности воздействовать на нее предопределен культурно-историческими традициями. Это воздействие происходит в широком социальном контексте (распространенность фитнеса, услуг эстетической медицины и пр.), и на патологическом уровне (самоповреждения, расстройства пищевого поведения и пр.). Внешний облик рассматривается как часть внешнего мира, поэтому человек изменяет свою внешность так же как изменяет окружающую среду. Отношение к собственной внешности как к объекту, может привести к изменениям внешнего облика конструктивного и деструктивного характера [24].

В последнее время наблюдается интерес к исследованию социально-психологических характеристик людей с разным уровнем активности ухода за внешностью (прибегающим к услугам эстетической терапевтической медицины, пластической хирургии) [9; 21; 7]; введено понятие «психокосметология», которая призвана изменять лицо и тело человека, при этом уменьшая нежелательные визуальные характеристики внешности и корректируя психосоматические нарушения [16]. Существует поэлементарный анализ внешнего облика, когда психологическому исследованию подлежат топографические структуры – «лицо-тело». Субъекты, не удовлетворенные своим телом и внешностью в целом, имеют разные причины подобной неудовлетворенности, что анализируется, в большей степени с психоаналитической точки зрения, и в связи с выросшим числом заболеваний анорексией и булимией [24; 26]. Лицо, как отдельная структура личности, и причины неудовлетворенности им, также подлежат исследованию психологов, философов, педагогов, психофизиологов и др. Исследуется природа лица, его организация и взаимосвязь с эмоциональными состояниями и характеристиками личности, психологические и психофизиологические механизмы восприятия лица, особенности формирования первого впечатления о человеке и прочее [17].

В качестве общих выводов, можно сказать, что проблема внешнего облика актуальна и современна, так как является отражением многих тенденций в развитии общества и человека. Внешний облик человека – понятие объемное, значительное, позволяющее приблизиться к пониманию внутреннего мира человека. Внешний облик соответствует этапу жизненного пути человека, имеет свою динамику, определяется сочетанием физического, социального обличия и экспрессивного поведения. Исследованию подлежат теоретические и прикладные аспекты психологии внешности, причины тревоги, неудовлетворенности, аномального восприятия собственной внешности людьми, стремления постоянно «улучшать» свой внешний облик. Замысел начатого нами эмпирического исследования связан с определением взаимосвязи и взаимовлияния социально-психологических факторов (например, установки, ценности, гендерные стереотипы, социальные сравнения, отношения с противоположным

полом, ориентированные на привлекательность женщины для партнера и пр.) на удовлетворенность / неудовлетворенность внешним обликом у женщин средней взрослости.

Библиографический список

1. *Аронсон Э., Уилсон Т., Эйкерт Р.* Социальная психология: Психологические законы поведения человека в социуме. – СПб.: ПРАЙМ ЕВРОЗНАК, 2002. – 557 с.

2. *Белугина Е.В.* Особенности отношения к своему внешнему облику в период середины жизни: дис. … канд. психол. наук. – Ростов н/Д, 2002. – 160 с.

3. *Бодалев А.А.* Личность и общение: Избранные психологические труды. – М.: Изд-во Международ. пед. академии, 1995. – 328 с.

4. *Болохова М.В.* Роль эталона физической привлекательности в оценке собственной внешности // Гендерная психология / под ред. И.С. Клёциной. – СПб.: Питер, 2009. – С. 443–460.

5. *Бондаренко И.В.* Личностная обусловленность оформления внешности (на примере молодежных субкультур) // Вестник ЧитГУ. – 2009. – № 4. – С. 73–78.

6. *Буракова М.В.* Интерпретация маскулинности-феминности внешнего облика субъекта общения: дис. … канд. психол. наук. – Ростов н/Д, 2000. – 160 с.

7. *Варлашкина Е.А.* Особенности образа физического «Я» и удовлетворенности жизнью у женщин с разным уровнем активности ухода за внешностью // Вестник Омского университета. Серия: Психология. – 2012. – № 1. – С. 4–10.

8. *Герасимова О.А.* Социально-психологические характеристики ольфакторной самопрезентации личности: автореф. дис. … канд. психол. наук. – Ростов н/Д, 2002. – 22 с.

9. *Дементий Л.И., Варлашкина Е.А.* Социально-психологический портрет пациенток пластической хирургии // Сибирский психологический журнал. – 2010. – № 2. – С. 90–94.

10. *Захарова Е.К., Савинская О.Б.* Применение стратегии смешивания методов для изучения усвоенной мизогинии среди женщин поколения Миллениум // Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены. – 2017. – № 2. – С. 63–81.

11. *Карабина Ю.С.* Эталон физической привлекательности как социокультурный фактор образа телесного Я у женщин // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2010. – Т. 16. – № 4. – С. 144–148

12. *Крайг Г., Бокум Д.,* Психология развития. – СПб.: Питер, 2018. – 940 с.

13. *Лабунская В.А., Дроздова И.И.* Теоретико-эмпирический анализ влияния социально-психологических факторов на оценки, самооценки молодыми людьми внешнего облика // Российский психологический журнал. – 2017. – Т. 14. – № 2. – С. 202–226.

14. *Лабунская В.А.* Лукизм в управлении и профессиональной деятельности: круглый стол на всероссийской научно-практической конференции «Эффективность личности, группы и организации: проблемы, достижения и перспективы» // Социальная и экономическая психология. – 2017. – Т. 2. – № 3 (7). – С. 192–202.

15. *Лабунская В.А.* Экспрессия человека: общение и межличностное познание. – Ростов н/Д: Феникс, 1999. – 608 с.

16. *Лисецкий К.С.* Психокосметология: теория и практика. – Самара: Изд-во «Универс групп», 2006. – 138 с.

17. Лицо человека в пространстве общения / отв. ред. К.И. Ананьев, В.А. Барабанщиков, А.А. Демидов. – М.: Московский институт психоанализа – Когито-Центр, 2016. – 430 с.

18. *Наровская Я.Б.* Социально-психологические особенности женщин, преобразующих свой внешний облик: дис. … канд. психол. наук. – Ростов н/Д, 2007. – 197 с.

19. *Рамси Н., Харкорт Д.* Психология внешности. – СПб.: Питер, 2009. – 256 с.

20. *Рубинштейн С.Л.* Бытие и сознание. Человек и мир. – СПб.: Питер, 2003. – 512 с.

21. *Сластенина В.В.* Социально-психологические характеристики женщин, прибегающих к услугам эстетической хирургии // Вестник Томского государственного университета – 2007. – № 10. – С. 205–208.

22. *Солодников В.В., Солодникова И.В.* «Средний возраст» и жизненный путь личности. – М.: РГГУ, 2018. – 459 с.

23. *Непп М., Холл Дж.* Невербальное общение. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2004. – 254 с.

24. *Хирш М.* «Это мое тело… и я могу делать с ним что хочу»: Психоаналитический взгляд на диссоциацию и инсценировки тела. – М.: Когито-Центр, 2018. – 381 с.

25. *Черкашина А.Г.* Самоотношение в структуре телесного самовосприятия студенток вуза // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2010. – Т. 12. – № 5. – С. 168–175.

26. *Шнаккенберг Н.* Мнимые тела, подлинные сущности: Преодоление конфликтов идентичности с внешностью и возвращение к подлинному Я. – Калининград: PhocaBooks, 2018. – 376 с.

27. Этнолукизм: эмпирическая модель и методы исследования / под ред. В.А. Лабунской. – Ростов н/Д: Изд-во Мини-тайп, 2018.

28. *Cash T.F. & Henry P. E.* Women's body images: The results ofanational survey in the U.S.A. Sex Roles. – 1995. – Vol. 33 (1-2). – Pp. 19–28.

29. *Chang F.M., Jarry J.L., Kong M.A.* Appearance investment mediates the association between fear

of negative evaluation and dietary restraint // Body Image. – 2014 – Vol. 11. – P. 72–76.

30. *Feingold A., & Mazzella R*. Gender differences in body image areincreasing // Psychological Science. – 1998. – Vol. 9 (3). – P. 190–195.

31. *Rudd N., & Lennon S.* Body image: linking aesthetics and social psychology of appearance // Clothing and Textiles Research Journal. – 2001. – Vol. 19. – P. 120–133.

32. *Stiman M., Leavy P., and Garland A.* Heterosexual Female and Male Body Image and Body Concept in the Context of Attraction Ideals // ElectronicJournal of Human Sexuality. – 2009. – Vol. 12. – Oct. 21.

33. *Trekels J., Eggermont S.* Beauty is Good: The Appearance Culture,the Internalization of Appearance Ideals, and Dysfunctional Appearance Beliefsamong Tweens // Human Communication Research. – 2017. – Vol. 43. – Issue 2. – P. 173–192.

References

1. Aronson EH., Uilson T., EHjkert R. Social'naya psihologiya: Psihologicheskie zakony povedeniya cheloveka v sociume. – SPb.: PRAJM EVROZNAK, 2002. – 557 s.

2. Belugina E.V. Osobennosti otnosheniya k svoemu vneshnemu obliku v period serediny zhizni: dis. … kand. psihol. nauk. – Rostov n/D, 2002. – 160 s.

3. Bodalev A.A. Lichnost' i obshchenie: Izbrannye psihologicheskie trudy. – M.: Izd-vo Mezhdunarod. ped. akademii, 1995. – 328 s.

4. Bolohova M.V. Rol' ehtalona fizicheskoj privlekatel'nosti v ocenke sobstvennoj vneshnosti // Gendernaya psihologiya / pod red. I.S. Klyocinoj. – SPb.: Piter, 2009. – S. 443–460.

5. Bondarenko I.V. Lichnostnaya obuslovlennost' oformleniya vneshnosti (na primere molodezhnyh subkul'tur) // Vestnik CHitGU. – 2009. – № 4. – S. 73–78.

6. Burakova M.V. Interpretaciya maskulinnosti-feminnosti vneshnego oblika sub"ekta obshcheniya: dis. … kand. psihol. nauk. – Rostov n/D, 2000. – 160 s.

7. Varlashkina E.A. Osobennosti obraza fizicheskogo «YA» i udovletvorennosti zhizn'yu u zhenshchin s raznym urovnem aktivnosti uhoda za vneshnost'yu // Vestnik Omskogo universiteta. Seriya: Psihologiya. – 2012. – № 1. – S. 4–10.

8. Gerasimova O.A. Social'no-psihologicheskie harakteristiki ol'faktornoj samoprezentacii lichnosti: avtoref. dis. … kand. psihol. nauk. – Rostov n/D, 2002. – 22 s.

9. Dementij L.I., Varlashkina E.A. Social'no-psihologicheskij portret pacientok plasticheskoj hirurgii // Sibirskij psihologicheskij zhurnal. – 2010. – № 2. – S. 90–94.

10. Zaharova E.K., Savinskaya O.B. Primenenie strategii smeshivaniya metodov dlya izucheniya usvoennoj mizoginii sredi zhenshchin pokoleniya Millenium // Monitoring obshchestvennogo mneniya: EHkonomicheskie i social'nye peremeny. – 2017. – № 2. – S. 63–81.

11. Karabina YU.S. EHtalon fizicheskoj privlekatel'nosti kak sociokul'turnyj faktor obraza telesnogo YA u zhenshchin // Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N.A. Nekrasova. Seriya: Pedagogika. Psihologiya. Social'naya rabota. YUvenologiya. Sociokinetika. – 2010. – T. 16. – № 4. – S. 144–148

12. Krajg G., Bokum D., Psihologiya razvitiya. – SPb.: Piter, 2018. – 940 s.

13. Labunskaya V.A., Drozdova I.I. Teoretiko-ehmpiricheskij analiz vliyaniya social'no-psihologicheskih faktorov na ocenki, samoocenki molodymi lyud'mi vneshnego oblika // Rossijskij psihologicheskij zhurnal. – 2017. – T. 14. – № 2. – S. 202–226.

14. Labunskaya V.A. Lukizm v upravlenii i professional'noj deyatel'nosti: kruglyj stol na vserossijskoj nauchno-prakticheskoj konferencii «EHffektivnost' lichnosti, gruppy i organizacii: problemy, dostizheniya i perspektivy» // Social'naya i ehkonomicheskaya psihologiya. – 2017. – T. 2. – № 3 (7). – S. 192–202.

15. Labunskaya V.A. EHkspressiya cheloveka: obshchenie i mezhlichnostnoe poznanie. – Rostov n/D: Feniks, 1999. – 608 s.

16. Liseckij K.S. Psihokosmetologiya: teoriya i praktika. – Samara: Izd-vo «Univers grupp», 2006. – 138 s.

17. Lico cheloveka v prostranstve obshcheniya / otv. red. K.I. Anan'ev, V.A. Barabanshchikov, A.A. Demidov. – M.: Moskovskij institut psihoanaliza – Kogito-Centr, 2016. – 430 s.

18. Narovskaya YA.B. Social'no-psihologicheskie osobennosti zhenshchin, preobrazuyushchih svoj vneshnij oblik: dis. … kand. psihol. nauk. – Rostov n/D, 2007. – 197 s.

19. Ramsi N., Harkort D. Psihologiya vneshnosti. – SPb.: Piter, 2009. – 256 s.

20. Rubinshtejn S.L. Bytie i soznanie. CHelovek i mir. – SPb.: Piter, 2003. – 512 s.

21. Slastenina V.V. Social'no-psihologicheskie harakteristiki zhenshchin, pribegayushchih k uslugam ehsteticheskoj hirurgii // Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – 2007. – № 10. – S. 205–208.

22. Solodnikov V.V., Solodnikova I.V. «Srednij vozrast» i zhiznennyj put' lichnosti. – M.: RGGU, 2018. – 459 s.

23. Nepp M., Holl Dzh. Neverbal'noe obshchenie. – SPb.: Prajm-Evroznak, 2004. – 254 s.

24. Hirsh M. «EHto moe telo… i ya mogu delat' s nim chto hochu»: Psihoanaliticheskij vzglyad na dissociaciyu i inscenirovki tela. – M.: Kogito-Centr, 2018. – 381 s.

25. CHerkashina A.G. Samootnoshenie v strukture telesnogo samovospriyatiya studentok vuza // Izvestiya

Samarskogo nauchnogo centra Rossijskoj akademii nauk. – 2010. – T. 12. – № 5. – S. 168–175.

26. SHnakkenberg N. Mnimye tela, podlinnye sushchnosti: Preodolenie konfliktov identichnosti s vneshnost'yu i vozvrashchenie k podlinnomu YA. – Kaliningrad: PhocaBooks, 2018. – 376 s.

27. EHtnolukizm: ehmpiricheskaya model' i metody issledovaniya / pod red. V.A. Labunskoj. – Rostov n/D: Izd-vo Mini-tajp, 2018.

28. Cash T.F. & Henry P. E. Women's body images: The results ofanational survey in the U.S.A. Sex Roles. – 1995. – Vol. 33 (1-2). – Pp. 19–28.

29. Chang F.M., Jarry J.L., Kong M.A. Appearance investment mediates the association between fear of negative evaluation and dietary restraint // Body Image. – 2014 – Vol. 11. – P. 72–76.

30. Feingold A., & Mazzella R. Gender differences in body image areincreasing // Psychological Science. – 1998. – Vol. 9 (3). – P. 190–195.

31. Rudd N., & Lennon S. Body image: linking aesthetics and social psychology of appearance // Clothing and Textiles Research Journal. – 2001. – Vol. 19. – P. 120–133.

32. Stiman M., Leavy P., and Garland A. Heterosexual Female and Male Body Image and Body Concept in the Context of Attraction Ideals // ElectronicJournal of Human Sexuality. – 2009. – Vol. 12. – Oct. 21.

33. Trekels J., Eggermont S. Beauty is Good: The Appearance Culture,the Internalization of Appearance Ideals, and Dysfunctional Appearance Beliefsamong Tweens // Human Communication Research. – 2017. – Vol. 43. – Issue 2. – P. 173–192.