

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ

Научная статья

УДК 159.9

DOI: 10.20323/1813-145X-2024-6-141-178

EDN: PMXAMA

Внешний облик в контексте психологического благополучия личности на разных возрастных этапах

Наталья Сергеевна Шипова¹, Анна Геннадьевна Самохвалова², Любовь Леонидовна Чагина³

¹Кандидат психологических наук, доцент кафедры специальной педагогики и психологии, Костромской государственной университет. Кострома, ул. Дзержинского, д. 17/11

²Доктор психологических наук, директор института педагогики и психологии, Костромской государственной университет. Кострома, ул. Дзержинского, д. 17/11

³Доктор технических наук, профессор кафедры дизайна, технологии, материаловедения и экспертизы потребительских товаров, Костромской государственной университет. Кострома, ул. Дзержинского, д. 17/11

¹ronia_777@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0741-1297>

²a_samohvalova@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4401-053X>

³l_chagina@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0351-8177>

Аннотация. Одним из важных аспектов для понимания благополучия и качества жизни субъекта является внешний облик, связанный с репрезентацией себя окружающим и установлением взаимоотношений. Отмечено, что на разных возрастных этапах внешний облик имеет неодинаковое значение для человека, субъект при помощи организации собственного внешнего облика решает различные возрастные задачи. В статье рассматриваются три возрастных периода: ранняя зрелость или молодость (20–25 лет), средняя зрелость (26–45 лет); поздняя зрелость (46–55 лет). В исследовании проанализировано, как оценка собственной внешности и одежда связана с психологическим благополучием и качеством жизни человека, и насколько это помогает решать возрастные задачи. Эмпирическое исследование было проведено на выборке 165 человек, разделенных на три возрастные группы. Авторами были изучены такие показатели как психологическое благополучие, качество жизни и удовлетворенность, влияние образа тела на качество жизни, отношение к собственному телу. Проведено сравнение параметров качества жизни и благополучия, проанализированы функциональные характеристики, которые закладывают в отношении определенной одежды респонденты разных возрастных групп. Проведен корреляционный анализ связей психологического благополучия и качества жизни с функционалом одежды в различных возрастных группах. Также проведенный авторами регрессионный анализ установил влияние параметров оценки собственной внешности на аспекты качества жизни и компоненты психологического благополучия, различающегося в зависимости от возраста респондентов.

Ключевые слова: личность; внешний облик; одежда; качество жизни; удовлетворенность жизнью; психологическое благополучие; возраст; возрастные задачи

Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФ, проект № 24-28-20297.

Для цитирования: Шипова Н. С., Самохвалова А. Г., Чагина Л. Л. Внешний облик в контексте психологического благополучия личности на разных возрастных этапах // Ярославский педагогический вестник. 2024. № 6 (141). С. 178–188. <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2024-6-141-178>. <https://elibrary.ru/PMXAMA>

GENERAL PSYCHOLOGY, PERSONALITY PSYCHOLOGY,
PSYCHOLOGY HISTORY

Original article

Appearance in the context of psychological well-being of the individual at different age stages

Natalya S. Shipova¹, Anna G. Samokhvalova², Lyubov L. Chagina³

¹Candidate of psychological sciences, associate professor at department of special pedagogy and psychology, Kostroma state university. Kostroma, Dzerzhinsky st., 17/11

²Doctor of psychological sciences, director of the institute of pedagogy and psychology, Kostroma state university. Kostroma, Dzerzhinsky st., 17/11

³Doctor of technical sciences, professor at department of design, technology, materials science and examination of consumer goods, Kostroma state university. Kostroma, Dzerzhinsky st., 17/11

¹ronia_777@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0741-1297>

²a_samokhvalova@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-4401-053X>

³l_chagina@ksu.edu.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0351-8177>

Abstract. One of the important aspects for understanding the well-being and quality of life of a subject is external appearance, which is associated with representing oneself to others and establishing relationships. It is noted that at different age stages, external appearance has different meanings for a person; the subject, by organizing his own external appearance, solves various age-related problems. The article examines three age periods: early adulthood or youth (20-25 years), middle adulthood (26-45 years); late adulthood (46-55 years). The study analyzed how assessment of one's own appearance and clothing is associated with a person's psychological well-being and quality of life, and how much this helps to solve age-related problems. The empirical study was conducted on a sample of 165 people divided into three age groups. The authors studied such indicators as psychological well-being, quality of life and satisfaction, the influence of body image on quality of life, and attitude towards one's own body. The comparison of the parameters of life and well-being quality was carried out, and the functional characteristics that respondents of different age groups expect in relation to certain clothes were analyzed. The correlation analysis of the connections between psychological well-being and quality of life with the functionality of clothing in various age groups was carried out. The regression analysis carried out by the authors also determined the influence of parameters for assessing one's own appearance on aspects of quality of life and components of psychological well-being, which differ depending on the age of the respondents.

Key words: personality; appearance; clothing; quality of life; life satisfaction; psychological well-being; age; age-related tasks

The study was carried out with financial support from the Russian Science Foundation, project № 24-28-20297.

For citation: Shipova N. S., Samokhvalova A. G., Chagina L. L. Appearance in the context of psychological well-being of the individual at different age stages. *Yaroslavl pedagogical bulletin*. 2024; (6): 178-188 (In Russ.). <http://dx.doi.org/10.20323/1813-145X-2024-6-141-178>. <https://elibrary.ru/PMXAMA>

Введение

Для понимания благополучия и качества жизни необходимым является анализ возрастных параметров субъекта в различных контекстах. Одним из важных признается контекст внешнего облика, тесно связанный с репрезентацией себя окружающим и установлением взаимоотношений [Лабунская, 2023]. Функции внешнего облика многообразны, сюда входит формирование социально-психологического образа субъекта, гендерной, возрастной идентичности, регуляция типов отношений [Белугина, 2022]. Внешний облик рассматривается как элемент Я-концепции личности; состоит из взаимосвязанных подсистем: статических, среднединамических и дина-

мических компонентов. Важной функцией внешнего облика является репрезентация собственно, внутреннего Я внешнему миру и окружающим [Белугина, 2022]. Образ тела оказывает влияние на самооценку и самоотношение личности, поскольку приводит к вариациям степеней социально-психологической адаптации [Кочеткова]. Опираясь на данные теоретического анализа, Д. В. Погонцева отмечает, что оценка внешнего облика способна привести к росту негативных состояний: тревоги, депрессии, а также она может способствовать формированию «страха перед оценкой внешнего облика» [Погонцева].

В. А. Лабунская рассматривает внешний облик как сложный социокультурный конструкт, включающий различные по устойчиво-

сти/изменчивости компоненты: устойчивый компонент (индивидуально-конституциональные характеристики); среднеустойчивый компонент (оформление внешности) и динамический компонент (экспрессивное, невербальное поведение). Внешний облик – это паттерн поведения, который функционирует в ситуации коммуникации в связи с необходимостью презентовать себя другому [Шестопалова, 2019].

В гендерном аспекте интересны работы Р. М. Гимаевой, выявившей три фактора выбора одежды у женщин: 1) «мода и оригинальность»; 2) «Я», «моя внешность», «моя фигура» и «мое тело»; 3) «традиционность», «статус», «признание окружающими» и «престиж», а также анализировавшей наименее осознаваемые мотивы выбора одежды (интерес мужчин и сексуальность одежды, статус, признание окружающих, оригинальность и престиж) [Гимаева, 2007].

Внешний облик имеет тенденцию к трансформации в онтогенезе: каждый возрастной этап развития личности характеризуется специфическими для возраста особенностями формирования, функционирования и трансформации телесности, образа тела, динамических экспрессивных паттернов самовыражения, способов оформления внешности. Данный процесс происходит под воздействием психологических, социально-психологических и социокультурных факторов [Белугина]. Современными авторами отмечено, что восприятие внешности и отношение к ней людей разного возраста оказывает серьезное воздействие на эмоциональную и межличностную сферы человека, задают динамику реализации жизненных процессов личности [Фаустова, 2015].

Субъекты, прошедшие пубертатный период, могут демонстрировать дисфункциональное отношение к внешности [Цидик, 2019]. В период середины жизни происходят изменения во внешнем облике: снижается сексуальная привлекательность, появляются признаки старения, что вынужденно обращает субъекта к анализу своей телесности, к осмыслению произошедших внешних трансформаций. Если внешность имеет значение для профессиональной деятельности, субъект может быть более обеспокоен происходящими в ней трансформациями [Цидик, 2019].

Согласно современным и классическим исследованиям, мы рассматриваем возрастные задачи как некое противоречие возраста, расхождение между желаемым («целевым») и актуальным состоянием (П. Балтес, А. Крузе, Ю. И. Фролов, Р. Хевигхерст, М. В. Клементьева) [Клементьева,

2012], как столкновение психической реальности личности и объективной действительности, вступающей в противоречие с обобщенным жизненным опытом субъекта [Иванкова, 2018].

В исследовании проверялась гипотеза о том, что на разных этапах онтогенеза внешний облик, обеспечивая психологическое благополучие личности, помогает решать актуальные возрастные задачи.

Методы исследования

Целью эмпирического исследования стало изучение оценки внешнего облика (в том числе одежды как важнейшего компонента внешнего облика) в контексте психологического благополучия и качества жизни личности на разных возрастных этапах; а также выявление функциональной роли одежды в решении актуальных возрастных задач.

Выборку составили 165 человек, из них 46 мужчин и 119 женщин. Были выделены три группы в соответствии с возрастными категориями: младшая возрастная группа (период молодости, ранней зрелости, от 20 до 25 лет) – 91 человек; средняя возрастная группа (средняя зрелость, от 26 до 45 лет); старшая возрастная группа (поздняя зрелость, от 46 до 55 лет) – 22 человека. Распределение по уровням образования получилось следующее: высшее образование имеют 45 % человек из выборки; среднее – 28 % респондентов; среднее профессиональное – 22 %; общее – 4 %. Вид деятельности респондентов: учеба (17 %), работа в сфере образования (16 %), в сфере торговли (2 %), на производстве и промышленности (14 %), в сфере услуг (10 %), в иных сферах (социальная, военная, информационных технологий и т. п.) по 1-3 человека из общей выборки. Семейное положение респондентов: не состоят в браке и романтических отношениях 26 % человек, состоят в зарегистрированном браке 39 %, в незарегистрированном – 10 %; имеют романтического партнера 22 %, в разводе 2 % испытуемых, вдовец 1 % выборки; 31 % респондентов имеет детей.

Методический инструментарий представлен следующими тестами:

– Шкала психологического благополучия (А. Г. Самохвалова, Е. В. Тихомирова, Н. С. Шипова, О. Н. Вишневская, 2022) [Самохвалова, 2023];

– Опросник качества жизни и удовлетворенности (Quality of Life Enjoyment and Satisfaction Questionnaire) [Ritsner et al., 2005, Рассказова, 2012];

– Опросник «Влияние образа тела на качество жизни» (BodyImage Quality of Life Inventory, BIQLI) Т. F. Cash (2002), адаптация: Л. Т. Баранская, С. С. Татаурова (2011);

– Многокомпонентный опросник отношения к собственному телу (The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire (MBSRQ) Т. F. Cash (2002), адаптация: Л. Т. Баранская, С. С. Татаурова (2011);

– Авторское полуструктурированное интервью.

Статистическая обработка эмпирических данных проводилась с помощью программы SPSS Statistics V.19.0. Использовались описательные статистики, корреляционный анализ Спирмена

для выявления взаимосвязей переменных, критерий Краскела-Уоллиса с целью оценки достоверности различий в трех группах респондентов, регрессионный анализ.

Результаты исследования

Приведем дескриптивные статистики исследуемых нами показателей (психологическое благополучие, качество жизни и удовлетворенность, влияние образа тела на качество жизни, отношение к собственному телу) во всех исследуемых группах в зависимости от задач, диктуемых возрастом (Таблица 1).

Таблица 1.

Дескриптивные статистики особенностей внешнего облика, психологического благополучия, требований субъекта к одежде в контексте решения возрастных задач

Возрастные задачи (выявлены по результатам теоретического анализа)	Особенности внешнего облика	Психологическое благополучие	Требования к одежде
Младшая возрастная группа			
Создание семьи и построение семейных отношений (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, А. Н. Шулепова, Е. Е. Сапогова, Б. Ливехуд, К. А. Абульханова, В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев) Обретение социальной и финансовой автономии (А. Н. Шулепова, Е. Е. Сапогова, К. А. Абульханова, В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев) Профессиональное, личностное и социальное самоопределение (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, А. Н. Шулепова, Е. Е. Сапогова и др.) Переоценка системы ценностей (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, и др.) Идентификация представлений о реальной жизни с идеальными, отступление от идеализации (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, К. Г. Юнг, Э. Эриксон и др.)	Повышенное влияние образа тела на качество жизни (M=1,54; SD=0,51) Средние значения параметров отношения к собственному телу Оценка внешности (M=3,84; SD=0,82) Ориентация на внешность (M=3,47; SD=0,54) Удовлетворенность параметрами тела (M=3,88; SD=0,88) Озабоченность лишним весом (M=2,38; SD=1,13) Оценка собственного веса (M=3,07; SD=0,77)	Средние значения выраженности всех компонентов ПБ. Аффективный компонент (M=21,44; SD=6,50) Когнитивный компонент (M=21,45; SD=6,39) Конативный компонент (M=21,26; SD=6,24) Рефлексивный компонент (M=21,75; SD=6,68) Ценностно-смысловой компонент (M=22,29; SD=6,53) Общий уровень ПБ (M=108,19; SD=31,63). Средние значения параметров качества жизни и удовлетворенности (Физическое здоровье M=13,51; SD=3,28; эмоциональные переживания M=20,02; SD=4,19; активность в свободное время M=10,87; SD=2,47; сфера общения M=19,13; SD=4,34).	Удобство (93 %) Красота (66 %) Практичность (61 %), Соответствие фигуре (47 %) Свободный покрой (41 %) Соответствие моде (39 %) Натуральный материал (36 %) Функциональность (21 %) Возможность скрывать недостатки (21 %) Яркость (19 %), Дешевизна (15 %), Простота, малое количество деталей (15 %) Привлечение внимания (15 %) Сексуальность (13 %) Скромность (5 %) Предпочитаемые цветовые решения: Пастельные 39 % Не имеет значения 25 % Темные 16 % Приглушенные 8 % Яркие 6 % Светлые 4 %
Средняя возрастная группа			
Достижение «зрелости», выполняющей функции организации, регуляции, обеспечения целостности жизненного пути, субъектом которого человек становится по мере своего развития (Л. В. Порхачева, К. Я. Джус) Ответственность, терпимость, саморазвитие и инте-	Самое сильное влияние образа тела на качество жизни из анализируемых групп (M=1,75; SD=0,75) Средние значения параметров отношения к собственному телу Оценка внешности (M=3,94; SD=0,65) Ориентация на внешность	Средние значения выраженности всех компонентов ПБ. Аффективный компонент (M=22,88; SD=4,23) Когнитивный компонент (M=22,42; SD=3,47) Конативный компонент (M=22,35; SD=3,43) Рефлексивный компонент	Удобство 96 % Практичность 81 % Красота 58 % Соответствие фигуре 50 % Соответствие моде 50 % Возможность скрывать недостатки 38 % Функциональность 35 % Натуральный материал 28 % Свободный покрой 23 %

<p>гративный компонент, который охватывает все предыдущие и присутствует в каждом из них - позитивное мышление, позитивное отношение к миру, определяющее позитивный взгляд на мир (А. А. Реан, Я. Л. Коломинский) Создание семьи, достижение интимности (Г. С. Абрамова) Выстраивание жизненных перспектив, общечеловеческих ценностей, умение реализовывать цели (Л. В. Порхачева, К. Я. Джус) Упрочение карьеры (Г. Крайг)</p>	<p>(M=3,48; SD=0,38) Удовлетворенность параметрами тела (M=3,66; SD=0,74) Озабоченность лишним весом (M=2,94; SD=0,91) Оценка собственного веса (M=3,60; SD=0,68)</p>	<p>(M=22,73; SD=3,87) Ценностно-смысловой компонент (M=24,23; SD=3,41) Общий уровень ПБ (M=114,62; SD=17,52). Средние значения параметров качества жизни и удовлетворенности (Физическое здоровье M=14,58; SD=3,25; эмоциональные переживания M=20,15; SD=3,84; активность в свободное время M=10,54; SD=2,42; сфера общения M=19,54; SD=3,28).</p>	<p>Яркость 16 % Дешевизна 4 % Привлечение внимания 4 % Сексуальность 4 % Простота, малое количество деталей 4 % Скромность 0 Предпочитаемые цветовые решения: Пастельные 28 % Не имеет значения 28 % Яркие 20 % Темные 12 % Светлые 8 % Приглушенные 8 %</p>
<p>Старшая возрастная группа</p>			
<p>Поиск вариантов личностного развития в противовес застою (Э. Эриксон) Примирение с внешними изменениями, снижением сексуальной привлекательности, появлением признаков старения, осмысление произошедших внешних трансформаций (Л. И. Цидик)</p>	<p>Самое низкое влияние образа тела на качество жизни из исследуемых групп (M=1,28; SD=0,35) Средние значения параметров отношения к собственному телу Оценка внешности (M=3,66; SD=0,31) Ориентация на внешность (M=3,43; SD=0,40) Удовлетворенность параметрами тела (M=3,67; SD=0,40) Озабоченность лишним весом (M=2,57; SD=0,84) Оценка собственного веса (M=3,55; SD=0,42)</p>	<p>Средние значения выраженности всех компонентов ПБ. Аффективный компонент (M=22,82; SD=3,95) Когнитивный компонент (M=22,82; SD=3,03) Конативный компонент (M=22,82; SD=2,44) Рефлективный компонент (M=22,91; SD=3,48) Ценностно-смысловой компонент (M=23,91; SD=3,88) Общий уровень ПБ (M=115,27; SD=15,63). Средние значения параметров качества жизни и удовлетворенности (Физическое здоровье M=14,91; SD=1,64; эмоциональные переживания M=19,64; SD=1,86; активность в свободное время M=10,73; SD=1,90; сфера общения M=18,09; SD=2,63).</p>	<p>Удобство 91 % Красота 55 % Практичность 45 % Соответствие фигуре 45 % Натуральный материал 36 % Соответствие моде 27 % Возможность скрывать недостатки 27 % Дешевизна 18 % Яркость 18 % Привлечение внимания 18 % Функциональность 18 % Свободный покрой 9 % Сексуальность 0 Предпочитаемые цветовые решения: Не имеет значения 36 % Яркие 27 % Приглушенные 27 % Пастельные 9 %</p>

Мы можем отметить, что по большинству параметров группы похожи, статистически значимые различия выявлены только по двум категориям:

– *озабоченность лишним весом* ($H=6,14$, $p=0,046$) с доминированием средней возрастной группы (суммарный ранг 79,79 по сравнению с 68,45 у старшей и 59,65 у младшей);

– *оценка собственного веса* ($H=15,56$, $p=0,0004$) с минимальными значениями в млад-

шей возрастной группе (суммарный ранг 56,59 по сравнению с 83,15 у средней и 85,86 у старшей).

Приведем (Таблица 2) сравнение функциональных характеристик, которые закладывают в ношение определенной одежды испытуемые разных возрастных групп.

Таблица 2.

Предпочитаемый функционал одежды в разных возрастных группах

Функционал одежды	Младшая возрастная группа		Средняя возрастная группа		Старшая возрастная группа	
	M	SD	M	SD	M	SD
одежда влияет на мое настроение	3,59	1,45	3,92	1,06	4,00	1,10
одежда повышает уверенность в себе	3,92	1,38	4,08	1,23	4,36	0,50
одежда помогает устроиться на работу	3,19	1,31	3,27	1,28	3,45	1,04
одежда помогает чувствовать себя благополучным	3,51	1,26	3,42	1,27	3,64	1,36
одежда создает комфорт	4,04	1,36	3,96	1,18	4,45	0,52
одежда помогает добиваться своих целей	2,85	1,33	3,00	1,17	3,55	1,04
одежда защищает меня от холода и грязи	4,03	1,35	3,85	1,43	4,73	0,47
одежда помогает найти друзей	2,26	1,23	2,04	0,96	2,91	1,04
одежда помогает найти романтического партнера	2,74	1,32	3,12	1,21	3,36	0,92
одежда является защитой от людей и обстоятельств	2,54	1,39	2,42	1,21	3,09	1,30
одежда помогает привлечь внимание	3,58	1,42	3,73	1,19	4,36	0,50
одежда помогает не выделяться, не отличаться от других	2,82	1,35	2,92	1,23	4,09	0,30

При помощи критерия Краскела-Уоллиса мы определили, что статистически значимыми являются различия по параметру «одежда помогает не выделяться, не отличаться от других» (N=9,7, p=0,008). Максимальную выраженность имеет данный параметр в старшей возрастной группе (суммарный ранг 96,59) по сравнению со средней (63,29) и младшей (60,97) группами.

Контент-анализ интервью позволил выявить интересные данные:

– В основном респонденты покупают одежду в магазинах (43 % человек из первой группы, 76 % из второй и 27 % из третьей). Интернет-сайты для этого используют 13 % человек из младшей возрастной группы, 50 % - из средней и вообще не используют из старшей. Индивидуальное изготовление используется минимально, 35 % человек из третьей и 11 % из второй.

– Респонденты всех групп в основном опираются на собственное мнение при подборе одеж-

ды. В 100 % собственное мнение является доминирующим при подборе одежды у представитель старшей возрастной группы, в 89 % и 85 % соответственно – у представителей младшей и средней групп. Уменьшается с возрастом значимость мнения друзей (21 %, 31 % и 9 % соответственно) и романтического партнера (25 %, 31 % и 18 %). СМИ в принятии решения о выборе одежды является значимым только в младшей возрастной группе, эта значимость относительно невелика (4 %). Мнение родителей и близких невелико в младшей (16 %) и старшей (18 %) возрастных группах, в средней группе оно более значимо (31 %).

Корреляционный анализ показал большое количество связей психологического благополучия и качества жизни с функционалом одежды в младшей возрастной группе (Таблица 3). С возрастом количество связей уменьшается.

Таблица 3.

Корреляции психологического благополучия и качества жизни с функционалом одежды в младшей возрастной группе

	Аффективный компонент	Когнитивный	Конативный	Рефлексивный	Ценностно-смысловой компонент	Общий уровень ПБ	Физическое здоровье	Эмоциональные переживания	Активность в свободное время	Сфера общения
одежда влияет на мое настроение	0,45***	0,49**	0,48**	0,48**	0,49***	0,48***	0,25*	0,41**	0,33***	0,39**
одежда повышает уверенность в себе	0,42***	0,42**	0,42**	0,47**	0,49***	0,45***	0,26**	0,41**	0,28***	0,40**
одежда помогает устроиться на работу	0,34***	0,34**	0,37**	0,36**	0,35***	0,36***	0,28**	0,26**		0,28*

одежда помогает чувствовать себя благополучным	0,31**	0,39* **	0,43* **	0,36* **	0,34***	0,38***	0,21*	0,31** *	0,28**	
одежда создает комфорт	0,47***	0,49* **	0,50* **	0,49* **	0,48***	0,50***		0,38** *	0,36***	0,25*
одежда помогает добиваться своих целей	0,35***	0,42* **	0,44* **	0,37* **	0,36***	0,39***		0,28** *	0,34***	0,30* **
одежда защищает меня от холода и грязи	0,52***	0,54* **	0,58* **	0,56* **	0,56***	0,57***	0,26**	0,46** *	0,42***	0,32* **
одежда помогает найти друзей		0,22*	0,23*	0,24*	0,22*	0,24*				
одежда является защитой от людей и обстоятельств		0,21*	0,23*						0,26**	
одежда помогает привлечь внимание	0,41***	0,46* **	0,44* **	0,42* **	0,46***	0,45***	0,26**	0,29**	0,22*	0,31* *
одежда помогает не выделяться, не отличаться от других	0,27**	0,30* *	0,31* *	0,31* *	0,31**	0,30***				
одежда помогает найти романтического партнера								0,21*		
Влияние образа тела на качество жизни	0,49***	0,47* **	0,51* **	0,49* **	0,54***	0,52***	0,33** *	0,44** *	0,28**	0,59* **
Оценка внешности	0,58***	0,54* **	0,57* **	0,59* **	0,54***	0,59***	0,29**	0,47** *	0,44***	0,49* **
Ориентация на внешность	0,39***	0,39* **	0,35* **	0,35* **	0,49***	0,42***	0,23*	0,29**	0,24*	0,46* **
Удовлетворенность параметрами тела	0,56***	0,48* **	0,53* **	0,54* **	0,48***	0,55***	0,37** *	0,42** *	0,38***	0,45* **
Озабоченность лишним весом				- 0,25* *	-0,22*	-0,21***				

Регрессионный анализ выявил в первой исследуемой группе влияние оценки собственной внешности на все компоненты психологического благополучия: аффективный ($R=0,56$; $R^2=0,31$; $\beta=0,53$; $p=0,000$); когнитивный ($R=0,51$; $R^2=0,26$; $\beta=0,48$; $p=0,000$); конативный ($R=0,51$; $R^2=0,26$; $\beta=0,49$; $p=0,000$); рефлексивный ($R=0,57$; $R^2=0,33$; $\beta=0,54$; $p=0,000$); ценностно-смысловой ($R=0,59$; $R^2=0,35$; $\beta=0,36$; $p=0,0002$). Также для ценностно-смыслового компонента предиктором является ориентация на внешность ($R=0,59$; $R^2=0,35$; $\beta=0,31$; $p=0,001$) и общий уровень психологического благополучия ($R=0,54$; $R^2=0,29$; $\beta=0,52$; $p=0,000$).

Кроме того, было обнаружено влияние параметров методик оценки собственного тела и об-

раза тела на качество жизни. Так, удовлетворенность параметрами тела влияет на физическое здоровье ($R=0,44$; $R^2=0,19$; $\beta=0,42$; $p=0,000012$); совокупность параметров «влияние образа тела на качество жизни» ($\beta=0,32$; $p=0,0012$) и «удовлетворенность параметрами тела» ($\beta=0,31$; $p=0,002$) оказывает влияние на эмоциональные переживания ($R=0,57$; $R^2=0,33$; $p=0,00$) и сферу общения ($R=0,67$; $R^2=0,45$; $p=0,00002$) ($\beta_1=0,45$; $p=0,000$; $\beta_2=0,28$; $p=0,002$). На активность в свободное время влияет оценка внешности ($R=0,43$; $R^2=0,19$; $\beta=0,41$; $p=0,000$).

Во второй группе респондентов, то есть в период средней взрослости, выявлено меньшее количество корреляционных связей (Таблица 4).

Таблица 4.

Корреляции психологического благополучия и качества жизни с функционалом одежды в средней возрастной группе

	Аффективный компонент	Когнитивный компонент	Конативный компонент	Рефлексивный компонент	Ценностно-смысловой компонент	Общий уровень	Эмоциональные переживания	Активность в свободное время	Сфера общения
Оценка внешности	0,65***	0,54**	0,46*	0,63***	0,65***	0,59***	0,44*		0,59** *
Ориентация на внешность				0,39*	0,39*				
одежда является защитой от людей и обстоятельств								0,39*	
одежда помогает									0,39*

устроиться на работу										
одежда помогает чувствовать себя благополучным										0,45*

Регрессионный анализ показал, что оценка субъектом собственной внешности обуславливает выраженность компонентов психологического благополучия: аффективного ($R=0,64$; $R^2=0,41$; $\beta=0,61$; $p=0,0005$); рефлексивного ($R=0,62$; $R^2=0,39$; $\beta=0,59$; $p=0,0006$); ценностно-смыслового ($R=0,63$; $R^2=0,39$; $\beta=0,59$; $p=0,0006$), а также общий уровень психологического благополучия ($R=0,61$; $R^2=0,37$; $\beta=0,58$; $p=0,001$)

Сфера общения как аспект качества жизни также испытывает влияние оценки внешности ($R=0,58$; $R^2=0,33$; $\beta=0,55$; $p=0,002$).

В третьей группе (период поздней взрослости) обнаружено (Таблица 5) довольно большое число корреляций, однако не выявлено ни одного влияющего на изучаемые нами параметры аспекта.

Таблица 5.

Корреляции психологического благополучия и качества жизни с функционалом одежды в старшей возрастной группе

	Аффективный компонент	Когнитивный компонент	Кона- тивный компонент	Рефлек- сивный компонент	Ценност- но- смысловой компонент	Общий уро- вень	Физиче- ское здоровье	Эмоцио- нальные пережи- вания	Актив- ность в свобод- ное время	Сфера обще- ния
одежда влияет на мое настроение	0,64*		0,72**		0,81**	0,63*			0,65*	0,75* *
одежда повышает уверенность в себе	0,69*	0,60*	0,63*		0,69*	0,66*				
одежда помогает устроиться на работу	0,65*			0,71**		0,65*		0,60*		
одежда помогает чувствовать себя благополучным	0,78**	0,65*	0,81**	0,81**	0,83***	0,79* *				
одежда помогает добиваться своих целей	0,64*		0,63*	0,68*	0,66*	0,67*				
одежда помогает найти друзей			0,66*	0,62*	0,64*					
одежда создает комфорт					0,64*					
одежда защищает меня от холода и грязи									0,69*	
Оценка внешности									0,65*	
Оценка собствен- ного веса							-0,80**			

Выявлены различия между возрастными группами в контексте проявления индивидуальности, репрезентации себя окружающим (одежда помогает не выделяться, не отличаться от других) – минимально значим данный параметр для лиц старшего возраста. Полагаем, это хорошо соотносится с возрастными задачами, в соответствии с которыми субъект уже достиг определенного уровня развития в профессии, построил семью и стремится только удерживать достигнутый уровень социального капитала, не ориентируясь на презентацию себя новым социальным группам.

Заключение

В младшей возрастной группе одежда выполняет достаточно много функций и тесно связана с параметрами психологического благополучия и качества жизни. Респонденты отмечают и защитную (одежда защищает от холода и грязи; одежда является защитой от людей и обстоятельств), и регулятивную функцию (одежда помогает чувствовать себя благополучным, не выделяться, не отличаться от других), и функцию создания настроения и комфортного самочувствия (одежда создает комфорт, повышает уверенность в себе, влияет на настроение), и практической помощи в жизни (одежда помогает устроиться на ра-

боту, помогает добиваться своих целей), и социализирующую (одежда помогает найти романтического партнера, друзей, привлечь внимание и др.). Также мы выявили значимое влияние оценки собственной внешности на ощущение психологического благополучия.

В средней возрастной группе мы наблюдаем значительно меньшее количество связей функционала одежды с ощущением благополучия (одежда является защитой от людей и обстоятельств, помогает устроиться на работу, чувствовать себя благополучным), но все же оценка собственной внешности остается фактором психологического благополучия субъекта.

В старшей возрастной группе довольно большое количество связей функционала одежды с параметрами благополучия в контексте защиты (одежда защищает от холода и грязи), социализации (одежда помогает найти друзей), регуляции (одежда помогает чувствовать себя благополучным), практической помощи в деятельности (одежда помогает добиваться своих целей, одежда помогает устроиться на работу), создания настроения и комфортного самочувствия (одежда влияет на настроение, повышает уверенность в себе, создает комфорт), однако оценка внешности перестает быть предиктором психологического благополучия.

Таким образом, одежда и внешний облик имеют неодинаковое значение для лиц разных возрастных групп, однако на любых возрастных этапах они взаимосвязаны с компонентами психологического благополучия и параметрами качества жизни; помогают решать актуальные возрастные задачи.

Максимально связан функционал одежды и параметры внешнего облика с компонентами психологического благополучия и качества жизни в молодом возрасте.

С возрастом уменьшается влияние, оказываемое функционалом одежды и параметрами внешнего облика на психологическое благополучие и качество жизни.

Ограничениями настоящего исследования могут выступать невозможность охвата иных возрастных периодов и отсутствие анализа параметров в зависимости от пола респондентов. Обозначенные ограничения мы постараемся преодолеть в последующих работах по данной тематике.

Библиографический список

1. Белугина Е. В. Отношение к своему внешнему облику в период середины жизни. URL: https://freereferats.ru/advanced_search_result.php?keywords=01002610554 (дата обращения: 15.09.2024).
2. Гимаева Р. М. Мотивы выбора одежды и категоризация семантического пространства, связанного с выбором одежды у женщин // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2007. № 2. С. 178–183. EDN: KDNRUUV.
3. Иванкова Д. Л. Психологическое содержание жизненной компетентности в контексте решения возрастных задач в период ранней взрослости // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2018. Т. 8. Вып. 4. С. 381–395. <https://doi.org/10.21638/11701/spbu16.2018.406>.
4. Клементьева М. В. Теоретико-методологический смысл понятия «ресурс развития» взрослого человека // Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. 2012. № 2. С. 326–336.
5. Кочеткова Т. Н. Образ тела как социально-психологический феномен // Психологические исследования внешности и образа тела : коллективная монография / отв. редактор А. Г. Фаустова. Рязань : ОТСиОП, 2022. 223 с.
6. Крайг Г. Психология развития. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 992 с.
7. Лабунская В. А. Структуры взаимосвязей между самооценками внешнего облика и оценками субъективного благополучия // Экспериментальная психология. 2023. Т. 16, № 3. С. 19–33. DOI: 10.17759/exppsy.2023160302.
8. Лабунская В. А. Теоретико-эмпирический анализ влияния социально-психологических факторов на оценки, самооценки молодыми людьми внешнего облика / В. А. Лабунская, И. И. Дроздова // Российский психологический журнал. 2017. Т. 14, № 2. С. 202–226.
9. Лабунская В. А. Тренды изучения отношения к внешнему облику с позиций прикладной социальной психологии // Социальная психология и общество. 2021. Т. 12, № 3. С. 128–150. DOI: 10.17759/sps.2021120309.
10. Методика исследования образа тела : учеб. пос. / Л. Т. Баранская, С. С. Татаурова. Екатеринбург : УрГУ, 2011. 82 с.
11. Погонцева Д. В. Роль возраста при оценке внешнего облика человека // Психолог. 2018. № 6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-vozrasta-pri-otsenke-vneshnego-oblika-cheloveka> (дата обращения: 16.07.2024).
12. Порхачева Л. В. Основные направления развития личности в период ранней взрослости / Л. В. Порхачева, К. Я. Джус // СибСкрипт. 2008. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-napravleniya-razvitiya-lichnosti-v-period-ranney-vzroslosti> (дата обращения: 03.07.2024).
13. Психологические исследования внешности и образа тела : коллективная монография / отв. ред. А. Г. Фаустова. Рязань : ОТСиОП, 2022. 223 с.
14. Рамси Н. Психология внешности / Н. Рамси, Д. Харкорт. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 256 с.

15. Реан А. А. Социальная педагогическая психология / А. А. Реан, Я. Л. Коломинский. Санкт-Петербург : Питер, 2007. 480 с.
16. Самохвалова А. Г. Психологическое благополучие студенческой молодежи в эпоху больших вызовов : монография / А. Г. Самохвалова, Е. В. Тихомирова, Н. С. Шипова, О. Н. Вишневецкая. Кострома : Костромской гос. ун-тет, 2023. 218 с.
17. Фаустова А. Г. Теоретико-методологические основания исследований динамики самоотношения в клинической психологии // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2015. №4 (11). С. 25–33.
18. Цидик Л. И. Анализ психометрических параметров шкалы фобических переживаний шкалы коррекции опросника невротических расстройств // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2019. Т. 10, № 4. С. 589–599.
19. Шестопалова Л. Ф. Доверие как фактор формирования терапевтического альянса между врачом и пациентом // Л. Ф. Шестопалова, О. А. Бородавко, В. А. Кожевникова, Ю. С. Бучок // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2019. Т. 10, № 4. С. 758–764.
20. Эриксон Э. Детство и общество. 2-е изд. Санкт-Петербург : Ленато, 2006. 592 с.
6. Krajc G. Psihologija razvitija = Developmental psychology. Sankt-Peterburg : Piter, 2008. 992 s.
7. Labunskaja V. A. Struktury vzaimosvjazej mezhdu samoocenkami vneshnego oblika i ocenkami sub#ektivnogo blagopoluchija = Structures of relationships between self-reported appearance and subjective well-being scores // Jeksperimental'naja psihologija. 2023. T. 16, № 3. S. 19–33. DOI: 10.17759/exppsy.2023160302.
8. Labunskaja V. A. Teoretiko-jempiricheskij analiz vlijanija social'no-psihologicheskikh faktorov na ocenki, samoocenki molodymi ljud'mi vneshnego oblika = Theoretical and empirical analysis of the influence of socio-psychological factors on estimates, self-esteem by young people of external appearance / V. A. Labunskaja, I. I. Drozdova // Rossijskij psihologicheskij zhurnal. 2017. T. 14, № 2. S. 202–226.
9. Labunskaja V. A. Trendy izuchenija odnoshenija k vneshnemu obliku s pozicij prikladnoj social'noj psihologii = Trends in the study of attitudes towards appearance from the standpoint of applied social psychology // Social'naja psihologija i obshhestvo. 2021. T. 12, № 3. S. 128–150. DOI: 10.17759/sps.2021120309.
10. Metodika issledovanija obraza tela = Body image technique : ucheb. pos. / L. T. Baranskaja, S. S. Tataurova. Ekaterinburg : UrGU, 2011. 82 s.
11. Pogonceva D. V. Rol' vozrasta pri ocenke vneshnego oblika cheloveka = The role of age in assessing the appearance of a person // Psiholog. 2018. № 6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-vozrasta-pri-otsenke-vneshnego-oblika-cheloveka> (data obrashhenija: 16.07.2024).
12. Porhacheva L. V. Osnovnye napravlenija razvitija lichnosti v period rannej vzroslosti = The main directions of personality development during early adulthood / L. V. Porhacheva, K. Ja. Dzhus // SibSkript. 2008. № 3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osnovnye-napravleniya-razvitiya-lichnosti-v-period-ranney-vzroslosti> (data obrashhenija: 03.07.2024).
13. Psihologicheskie issledovanija vneshnosti i obraza tela = Psychological studies of appearance and body image : kollektivnaja monografija / otv. red. A. G. Faustova. Rjazan' : OTSiOP, 2022. 223 s.
14. Ramsi N. Psihologija vneshnosti = Psychology of appearance / N. Ramsi, D. Harkort. Sankt-Peterburg : Piter, 2009. 256 s.
15. Rean A. A. Social'naja pedagogicheskaja psihologija = Social pedagogical psychology / A. A. Rean, Ja. L. Kolominskij. Sankt-Peterburg : Piter, 2007. 480 s.
16. Samohvalova A. G. Psihologicheskoe blagopoluchie studencheskoj molodezhi v jepohu bol'shih vyzovov = The psychological well-being of student youth in the era of great challenge : monografija / A. G. Samohvalova, E. V. Tikhomirova, N. S. Shipova, O. N. Vishnevskaja. Kostroma : Kostromskoj gos. un-tet, 2023. 218 s.
17. Faustova A. G. Teoretiko-metodologicheskie osnovanija issledovanij dinamiki samoотношения v klinicheskoy psihologii = Theoretical and methodological foundations of studies of the dynamics of self-relationship in clin-

ical psychology // Lichnost' v menjajushhemsja mire: zdorov'e, adaptacija, razvitie. 2015. №4 (11). S. 25–33.

18. Cidik L. I. Analiz psihometricheskikh parametrov shkaly fobicheskikh perezhivanij shkaly korrekcii oprosnika nevroticheskikh rasstrojstv = Analysis of psychometric parameters of the phobic experience scale of the neurotic disorders questionnaire // Psihijatrija, psihoterapija i klinicheskaja psihologija. 2019. T. 10, № 4. S. 589–599.

19. Shestopalova L. F. Doverie kak faktor formirovanija terapevticheskogo al'jansa mezhdru vrachom i pacientom = Trust as a factor in forming a therapeutic alliance between doctor and patient // L. F. Shestopalova, O. A. Borodavko, V. A. Kozhevnikova, Ju. S. Buchok // Psihijatrija, psihoterapija i klinicheskaja psihologija. 2019. T. 10, № 4. S. 758–764.

20. Jerikson Je. Detstvo i obshhestvo = Childhood and society. 2-e izd. Sankt-Peterburg : Lenato, 2006. 592 s.

Статья поступила в редакцию 10.09.2024; одобрена после рецензирования 24.10.2024; принята к публикации 21.11.2024.

The article was submitted 10.09.2024; approved after reviewing 24.10.2024; accepted for publication 21.11.2024.