



**ГЕНДЕРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ ВО
ВЗАИМОСВЯЗИ СРАВНЕНИЯ ВНЕШНОСТИ,
САМООЦЕНКИ И ОТНОШЕНИЯ К ТЕЛУ У
СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ
ИДЕАЛИЗИРОВАННЫХ ОБРАЗОВ СОЦИАЛЬНЫХ
СЕТЕЙ**

Багдасарова Диана Леоновна

Национальный педагогический университет Узбекистана
имени Низами, учебно-научный центр психологии,
младший научный сотрудник

***Аннотация.** В статье рассматриваются гендерные особенности взаимосвязей между склонностью к сравнению внешности с другими людьми, самооценкой, отношением к собственному телу и интернет-зависимостью у студентов, активно использующих социальные сети с идеализированными визуальными образами. Выборку составили 260 студентов (130 девушек и 130 юношей) в возрасте от 18 до 22 лет. Использовались шкала сравнения внешности PACS-R, методика самооценки Дембо–Рубинштейна, шкала эмоциональных инвестиций в тело (Body Investment Scale, BIS) и диагностика интернет-зависимости. Корреляционные матрицы двух групп сопоставлялись с помощью z-преобразования Фишера. В обеих группах более интенсивное сравнение внешности связано с низким принятием себя, а принятие себя — с более высокой самооценкой. Значимые гендерные различия выявлены для связей сравнения внешности с самооценкой, враждебностью к телу и контролем дистанции, а также для связи интернет-зависимости со склонностью к риску; с учётом поправки на множественные сравнения устойчивым оказалось последнее различие. Полученные результаты могут быть учтены при разработке программ психологической профилактики и поддержки студентов с учётом гендерной специфики.*

***Ключевые слова:** сравнение внешности; самооценка; образ тела; идеализированные образы; социальные сети; гендерные различия; интернет-зависимость; студенты.*

Abstract. *This article examines gender-specific features of the relationships between the tendency to compare one's appearance with others, self-esteem, attitudes toward one's own body, and internet addiction among students who actively use social networks featuring idealized visual images. The sample consisted of 260 students (130 female and 130 male) aged 18 to 22 years. The instruments used were the Physical Appearance Comparison Scale-Revised (PACS-R), the Dembo–Rubinstein self-esteem method, the Body Investment Scale (BIS), and an internet addiction assessment. The correlation matrices of the two groups were compared using Fisher's z-transformation. In both groups, more intense appearance comparison was associated with lower self-acceptance, and self-acceptance was associated with higher self-esteem. Significant gender differences were found in the links between appearance comparison and self-esteem, body hostility, and distance control, as well as in the link between internet addiction and risk-taking; after correction for multiple comparisons, only the last difference remained robust. The findings can be taken into account when developing psychological prevention and support programs for students that address gender specificity.*

Keywords: *appearance comparison; self-esteem; body image; idealized images; social networks; gender differences; internet addiction; students.*

Социальные сети стали для студенческой молодёжи одним из основных источников визуальной информации о внешности, телесных стандартах и «нормах» привлекательности. Значительная часть такого контента отбирается и редактируется, поэтому пользователь регулярно сталкивается с идеализированными образами, которые не отражают повседневной реальности. В юношеском возрасте, когда завершается формирование образа «Я» и телесной идентичности, подобное воздействие может быть особенно значимым.

Теоретической основой изучения этого феномена служит теория социального сравнения Л. Фестингера, согласно которой люди оценивают

собственные качества, сопоставляя себя с другими [1]. Современные представления рассматривают сравнение как широко распространённый, нередко малоосознаваемый процесс, результат которого зависит от направления сравнения, значимости сферы и индивидуальных особенностей человека [2]. В социальных сетях сравнение происходит почти непрерывно, а стандартом становятся именно идеализированные образы.

Исследования показывают, что склонность к сравнению внешности усиливает негативное влияние социальных сетей на образ тела, в первую очередь у молодых женщин [3, 4]. Систематические обзоры фиксируют связь использования социальных сетей с неудовлетворённостью телом и нарушениями пищевого поведения [5, 6], а метаанализ показал связь между потреблением медиаобразов идеала худобы и неудовлетворённостью телом у женщин [7]. Вместе с тем сопоставительные данные о том, насколько структура взаимосвязей между сравнением внешности, самооценкой и отношением к телу различается у девушек и юношей, остаются ограниченными.

Цель исследования — выявить универсальные и гендерно-специфические закономерности во взаимосвязях сравнения внешности, самооценки, отношения к телу и интернет-зависимости у студентов.

Сопоставление корреляционных матриц двух гендерных групп позволяет провести системный анализ как универсальных, так и гендерно-специфических закономерностей в структуре взаимосвязей между исследуемыми переменными. В таблице 1 представлен сравнительный обзор ключевых корреляций в двух группах.

Таблица 1.

Сравнение ключевых корреляционных связей в группах девушек и юношей

Переменная 1	Переменная 2	r (девушки)	r (юноши)	Z	p (Фишер)	Различие значимо (p < 0,05)
PACS-R	Самооценка (Дембо– Рубинштейн)	–0,409	–0,134	–2,387	0,017	Да
PACS-R	Интернет- зависимость	+0,028	+0,236	–1,694	0,090	Нет
PACS-R	Принятие себя (BIS)	–0,312	–0,301	–0,097	0,923	Нет
PACS-R	Защита тела (BIS)	–0,268	–0,093	–1,446	0,148	Нет
PACS-R	Враждебность к телу (BIS)	+0,361	+0,127	+1,995	0,046	Да
PACS-R	Контроль дистанции (BIS)	+0,296	–0,046	+2,798	0,005	Да
PACS-R	Уровень притязаний	–0,174	–0,349	+1,502	0,133	Нет
Самооценка	Забота о теле (BIS)	+0,400	+0,186	+1,876	0,061	Нет
Самооценка	Принятие себя (BIS)	+0,493	+0,608	–1,321	0,187	Нет
Самооценка	Защита тела (BIS)	+0,269	+0,261	+0,069	0,945	Нет
Самооценка	Тактильная коммуникация (BIS)	+0,290	+0,170	+1,011	0,312	Нет
Интернет- зависимость	Забота о теле (BIS)	–0,104	–0,284	+1,495	0,135	Нет
Интернет- зависимость	Принятие себя (BIS)	–0,092	–0,209	+0,955	0,340	Нет
Интернет- зависимость	Уровень притязаний	–0,141	–0,318	+1,494	0,135	Нет
Интернет- зависимость	Склонность к рisku (BIS)	–0,088	–0,470	+3,362	0,001	Да

Примечание. Z и p — результаты сравнения коэффициентов корреляции по критерию Фишера; жирным выделены строки со значимыми различиями между группами.

Для выявления гендерных различий в структуре корреляционных связей применялся критерий Фишера, позволяющий напрямую сравнивать коэффициенты корреляции между двумя независимыми группами. Результаты анализа позволяют выделить два типа закономерностей: универсальные

(воспроизводящиеся в обеих группах) и статистически значимые гендерные различия.

К универсальным относятся следующие закономерности: (1) умеренная отрицательная корреляция PACS-R с принятием себя по BIS ($r = -0,312$ у девушек и $r = -0,301$ у юношей; различие незначимо, $p = 0,923$); (2) умеренная положительная связь самооценки с принятием себя ($r = +0,493$ у девушек и $r = +0,608$ у юношей; $p = 0,187$); (3) умеренная положительная связь самооценки с защитой тела ($r = +0,269$ и $r = +0,261$ соответственно; $p = 0,945$). Эти закономерности могут считаться гендерно-нейтральными: вне зависимости от пола более интенсивное сравнение внешности с идеализированными образами сопряжено с меньшим принятием собственного тела, а принятие себя, в свою очередь, тесно связано с самооценкой в обеих группах.

Статистически значимые гендерные различия ($p < 0,05$) выявлены в четырёх случаях. Во-первых, связь PACS-R с самооценкой значимо различается между группами ($Z = -2,387$, $p = 0,017$): у девушек она умеренная и отрицательная ($r = -0,409$, $p < 0,001$), то есть более интенсивное сравнение внешности сопряжено с более низкой общей самооценкой; у юношей связь слабая и статистически незначимая ($r = -0,134$). Во-вторых, связь PACS-R с враждебностью к телу также различается ($Z = 1,995$, $p = 0,046$): у девушек она выше ($r = +0,361$), чем у юношей ($r = +0,127$). В-третьих, связь PACS-R с контролем дистанции — одно из наиболее выраженных различий ($Z = 2,798$, $p = 0,005$): у девушек наблюдается положительная корреляция ($r = +0,296$), у юношей связь близка к нулю ($r = -0,046$). В-четвёртых, связь интернет-зависимости со склонностью к риску показывает наиболее значимое различие ($Z = 3,362$, $p = 0,001$): только у юношей обнаружена выраженная обратная корреляция ($r = -0,470$), у девушек связь практически отсутствует ($r = -0,088$).

Универсальные закономерности согласуются с данными о том, что склонность к сравнению внешности сопряжена с более негативным отношением к телу [3, 5, 7]. Наши результаты показывают, что эта связь

воспроизводится и у юношей, а принятие собственного тела оказывается тесно связанным с общей самооценкой в обеих группах.

Гендерные различия проявились прежде всего в том, что у девушек сравнение внешности связано с общей самооценкой и враждебностью к телу теснее, чем у юношей. Это может отражать более высокую роль внешности в самооценке женщин, на которую указывают теоретические работы о влиянии медиа на образ тела [4, 6], однако в нашем исследовании этот механизм напрямую не проверялся. У юношей связь сравнения внешности с самооценкой слабая, что позволяет предположить участие иных факторов в формировании их самооценки.

Различие в связи PACS-R с контролем дистанции следует интерпретировать осторожно: у девушек связь положительная и умеренная, тогда как у юношей она близка к нулю, поэтому говорить о «противоположных» стратегиях управления физической близостью оснований недостаточно. Наиболее устойчивым оказалось различие в связи интернет-зависимости со склонностью к риску: у юношей более выраженная интернет-зависимость сопряжена с более низкой склонностью к риску. Возможное объяснение — особенности интернет-поведения и регуляции амбиций у юношей, — требует проверки в дальнейших исследованиях.

Полученную картину можно сформулировать как гипотезу: у девушек показатели благополучия, выраженные в самооценке и образе тела, теснее связаны со сравнением внешности, тогда как у юношей заметнее связи, относящиеся к интернет-поведению.

Выводы

1. В обеих группах более интенсивное сравнение внешности связано с меньшим принятием себя (по BIS), а принятие себя — с более высокой самооценкой; эти закономерности можно считать гендерно-нейтральными.

2. У девушек сравнение внешности умеренно отрицательно связано с самооценкой ($r = -0,409$), у юношей эта связь слабая и незначимая ($r = -0,134$); различие значимо ($p = 0,017$).

3. Связь сравнения внешности с враждебностью к телу и с контролем дистанции выражена у девушек сильнее, чем у юношей ($p = 0,046$ и $p = 0,005$ соответственно); эти различия требуют подтверждения из-за множественных сравнений.

4. Наиболее устойчивое гендерное различие обнаружено для связи интернет-зависимости со склонностью к риску: у юношей она выраженная обратная ($r = -0,470$), у девушек практически отсутствует ($r = -0,088$; $p = 0,001$).

5. Полученные данные указывают на целесообразность учёта гендерной специфики при разработке программ профилактики и психологической поддержки студентов: для девушек — работа с самооценкой и отношением к телу, для юношей — с интернет-поведением.

ЛИТЕРАТУРА

1. Festinger L. A theory of social comparison processes // Human Relations. 1954. Vol. 7, № 2. P. 117–140.
2. Crusius J., Corcoran K., Mussweiler T. Social comparison: Theory, research, and applications // Theories in Social Psychology / ed. by D. Chadee. 2nd ed. Hoboken : Wiley-Blackwell, 2022. P. 165–187.
3. Fardouly J., Diedrichs P. C., Vartanian L. R., Halliwell E. Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood // Body Image. 2015. Vol. 13. P. 38–45.
4. Perloff R. M. Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research // Sex Roles. 2014. Vol. 71. P. 363–377.

5. Holland G., Tiggemann M. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes // Body Image. 2016. Vol. 17. P. 100–110.
6. Fardouly J., Vartanian L. R. Social media and body image concerns: Current research and future directions // Current Opinion in Psychology. 2016. Vol. 9. P. 1–5.
7. Grabe S., Ward L. M., Hyde J. S. The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies // Psychological Bulletin. 2008. Vol. 134, № 3. P. 460–476.
8. Schaefer L. M., Thompson J. K. The development and validation of the Physical Appearance Comparison Scale–Revised (PACS-R) // Eating Behaviors. 2014. Vol. 15, № 2. P. 209–217.
9. Fisher R. A. On the “probable error” of a coefficient of correlation deduced from a small sample // Metron. 1921. Vol. 1. P. 3–32.