

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

**Уровень жизненной удовлетворенности в зависимости от степени  
обеспокоенности внешним обликом у молодых людей.**

**Научный руководитель – Лабунская Вера Александровна**

*Якименко Дарья Ивановна*

*Студент (бакалавр)*

Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики, Ростов-на-Дону,  
Россия

*E-mail: yakimenko-1999@bk.ru*

В современном мире посредством кино, рекламы, фотосъемок в журналах, различных блогов в интернете, репортажам в СМИ и другим источникам информации сложились и укрепились различные стереотипы. В первую очередь это касается внешнего облика (далее ВО). В обществе считается что привлекательный ВО является одним из компонентов счастливой жизни, а люди, наделенные им, воспринимаются другими как обладатели положительных черт характера, к примеру общительность или доброжелательность [2,3]. Из-за различных факторов, у людей формируется различный уровень обеспокоенности своим ВО. Уже известно, что обеспокоенность внешним обликом имеет связи с различными показателями, к примеру, удовлетворенность ВО, перфекционистское отношение к нему и т.д. [4,5] Однако недостаточно изучено то, как обеспокоенность может влиять на различные аспекты жизни человека. К примеру, на удовлетворенность жизнью. Под категорией "жизненная удовлетворенность" понимается самое общее представление человека о психологическом комфорте, которое включает в себя следующие компоненты: интерес к жизни; последовательность в достижении жизненных целей; согласованность между поставленными и реально достигнутыми целями; положительная оценка собственных качеств и поступков; общий фон настроения [1].

**Цель исследования:** выяснить, влияет ли уровень обеспокоенности внешним обликом на удовлетворенность жизнью и ее компоненты.

**Гипотеза:** уровень жизненной удовлетворенности у молодых людей зависит от степени обеспокоенности внешним обликом.

**Методики и методы:**

- 1) Анкета «Отношение к своему внешнему облику: удовлетворенность и обеспокоенность», разработанная В.А. Лабунской, И.И. Дроздовой.
- 2) Тест «Индекс жизненной удовлетворенности (ИЖУ)», адаптация Н. В. Паниной.
- 3) Методы математической статистики: корреляционный анализ, однофакторный дисперсионный анализ, U-критерий Манна-Уитни.

**Эмпирический объект исследования:** молодые люди в возрасте от 17 до 25 лет (М возраст = 20 лет), 114 человек: 65 девушек, 49 юношей.

Респонденты были поделены на 3 группы в зависимости от уровня обеспокоенности ВО: низкий уровень обеспокоенности ВО (показатель от 1 до 4 баллов) - 40 человек, средний уровень (от 5 до 6) - 54 человека, высокий уровень (от 7 до 10) - 20 человек.

На первом этапе мы сравнили показатели удовлетворенности жизнью у выделенных групп с помощью U-критерий Манна-Уитни. Результаты следующие:

- 1) Между группами с низким и средним уровнем обеспокоенности ВО не найдено статистически значимой разницы значений компонентов удовлетворенности жизнью.

- 2) У группы со средним уровнем обеспокоенности ВО в сравнении с высоким статистически значимо выше показатель такого компонента, как последовательность в достижении целей (М ср.ур.=40,63, М выс.ур.=29,05,  $p=0,036$ ).
- 3) У группы с низким уровнем обеспокоенности ВО в сравнении с высоким статистически значимо выше показатели таких компонентов, как последовательность в достижении целей (М низ.ур.=33,92, М выс.ур.=23,65,  $p=0,027$ ), положительная оценка собственных качеств и поступков (М низ.ур.=33,63, М выс.ур.=24,25,  $p=0,046$ ), а также интегральное значение удовлетворенности жизнью (М низ.ур.=34,13, М выс.ур.=23,25,  $p=0,023$ ).

То есть мы можем говорить о косвенном подтверждении того, что уровень удовлетворенности жизнью меняется в зависимости от уровня обеспокоенности ВО.

Далее мы провели дисперсионный анализ на всей выборке для уточнения результата. В результате проверки было выявлено, что обеспокоенность ВО не оказывает влияния на компоненты удовлетворенности жизнью и ее интегральное значение. Влияние этих показателей на обеспокоенность ВО также не было выявлено.

После этого мы провели корреляционный анализ также на всей выборке. Было установлено, что обеспокоенность ВО имеет значимую связь с такими показателями, как последовательность в достижении целей ( $r=-0,243$ ,  $p=0,009$ ), положительная оценка собственных качеств и поступков ( $r=-0,293$ ,  $p=0,002$ ), общий фон настроения ( $r=-0,22$ ,  $p=0,019$ ), а также с интегральным значением удовлетворенности жизнью ( $r=-0,281$ ,  $p=0,002$ ). С показателями интерес к жизни и согласованность между поставленными и реально достигнутыми целями значимых связей не обнаружено. Все связи имеют обратный характер, т.е. при повышении обеспокоенности ВО показатели удовлетворенности жизнью и интегральный показатель снижаются.

#### **Выводы:**

Беря во внимание полученные результаты, мы можем заключить следующее, в зависимости от уровня обеспокоенности ВО изменяется удовлетворенность жизнью: чем ниже уровень обеспокоенности ВО, тем у личности ниже уровень эмоциональной напряженности, выше эмоциональная устойчивость, психологический комфорт, ниже тревожность. Особенно важными оказались связи обеспокоенности с такими компонентами удовлетворенности, как последовательность в достижении целей, связь с которым говорит о том, что, чем ниже у личности обеспокоенность ВО, тем более выражены у нее такие черты, как решительность, стойкость для достижения цели; а также положительная оценка собственных качеств и поступков, связь с этим показателем же сообщает о том, что чем ниже у людей обеспокоенность ВО, тем больше они склонны лучше оценивать свои личностные качества, а также результаты своих действий.

Мы можем сказать, что наша гипотеза верна, однако необходимо некоторое уточнение: удовлетворенность жизнью и обеспокоенность ВО являются взаимосвязанными и взаимообуславливаемыми факторами.

Для более точных результатов необходимо дальнейшее исследование данного вопроса.

#### **Источники и литература**

- 1) Духновский С. В., Диагностика межличностных отношений. Психологический практикум. СПб.: Речь, 2009. — 141 с.
- 2) Лабунская В.А. Динамика представлений студентов о функциональной значимости привлекательного внешнего облика // Социодинамика. — 2018. - № 11. - С.11-19. DOI: 10.25136/2409-7144.2018.11.27887.

- 3) Лабунская В.А. Отношение к внешнему облику, его ценность и значимость как факторы субъективного благополучия молодых людей // Социальная психология и общество. 2019. Т. 10. № 3. С. 51–66. doi:10.17759/sps.2019100304.2
- 4) Лабунская В.А., Сериков Г.В. Теоретические основы и методические подходы к изучению феномена «ценность внешнего облика» // Социальная психология и общество. 2018. Т. 9. № 3. С. 91–103.
- 5) Лабунская В.А., Сериков Г.В., Шкурко Т.А. Социальная психология внешнего облика: теоретические подходы и эмпирические исследования. Коллективная монография. Ростов-на-Дону: Мини-Тайп, 2019.