
В работе рассматривается влияние семейных факторов на формирование образа тела девочек дошкольного возраста. Приводятся результаты эмпирического исследования.

Образ тела у девочек дошкольного возраста¹

**Ксения Николаевна
Белогай,**

кандидат психологических наук,
доцент, Кемеровский
государственный университет

**Юлия Вячеславовна
Борисенко,**

кандидат психологических наук,
доцент, Кемеровский
государственный университет

**Ирина Станиславовна
Морозова,**

доктор психологических наук,
профессор, директор института
образования, Кемеровский
государственный университет

• семейные факторы развития ребёнка • образ
тела • дошкольное детство

В дошкольном детстве продолжается процесс половой идентификации. Осознание своей половой принадлежности включается в структуру образа своего «Я»². Ребёнок, слыша от взрослых: «Ты мальчик» или «Ты девочка», переосмысливает эти наименования и в связи со своими половыми особенностями. Ребёнок непосредствен в любопытстве к своему телу и половым органам. По мере взросления дошкольники начинают испытывать неловкость при обнажении перед другими людьми. При этом многие дети дошкольного возраста не только не подозревают о различиях в физическом облике людей, но и не видят этих различий, когда смотрят на обнажённую натуру. В.С. Мухина описывает результаты своего исследования и отмечает, что некоторые дети настолько «защищены» семейным бесполом воспитанием, что не воспринимают различий пола у обнажённой натуры даже тогда, когда им предлагается специально внимательно рассмотреть её для того, чтобы правильно изобразить³.

Подражание и социальное сравнение — механизмы, позволяющие ребёнку реализовать в игре социальные роли. Эти же механизмы лежат в основе становления представлений дошкольника о своём теле. В 80–90-е годы

² Гаврикова Н.С., Романов А.А. Формирование представлений о полоролевом поведении у старших дошкольников // Детство, открытое миру: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. — Омск, 2018. — С. 32–36.

³ Мухина В.С. Детская психология: учеб. для студентов пед. ин-тов / Под ред. Л.А. Венгера. — М.: Просвещение, 1985. — 272 с.

¹ Исследование выполняется при поддержке РФФИ, проект 20-013-00110 А.

XX в. доминирующей считалась точка зрения, согласно которой наиболее явно самооценка, самоуважение и представления о теле детерминируют друг друга в период полового созревания, а большинство подростков недовольны своим телом и внешнеюстью. Однако в последние десятилетия эта проблема помолодела. Исследования показывают, что около 30% детей 5–6 лет выбирают изображение своего тела тоньше реального. Шестилетние дети слышали о диетах и в некоторых случаях пробовали их. 26% пятилетних детей рекомендуют диету (есть меньше, есть здоровую пищу) для людей с избыточным весом, а к семи годам каждый четвёртый ребёнок сталкивался с каким-то ограничительным пищевым поведением⁴. В настоящее время однозначно показано, что неудовлетворённость телом, рассматриваемая как желание иметь другой размер и форму тела, а также предпочтение худого тела может возникать уже в пятилетнем возрасте, особенно в группе девочек⁵.

Влияние родителей на образ тела ребёнка, в том числе через обратную связь, — одно из важных направлений исследований формирования образа тела. Согласно мнению О. Duchin, неудовлетворённость своим телом у матери коррелирует с увеличением индекса массы тела (ИМТ) у детей⁶. S.R. Damiano с коллегами показал, что отношение к размеру тела у мальчиков было связано с образом отцовского тела, тогда как у девочек желание иметь более худое тело было связано с ограничением их пищевого поведения со стороны матери⁷. S.L. Michael приходит к выводу, что пищевое поведение самих родителей — отца

и матери — связано соответственно с принятием тела у мальчиков и девочек⁸.

Необходимо отметить и исследование S. Swaminathan, согласно которому дети, чьих родители считают полными, демонстрируют стремление к потере веса и похуданию⁹. Таким образом, родительское влияние имеет особое значение в развитии представлений детей о теле, поэтому их влияние необходимо учитывать даже в тех исследованиях, которые посвящены другим факторам.

Родители выступают трансляторами социокультурных норм для детей, в том числе и в плане формирования представлений о теле. S. Helfert и P. Warschburger в своём лонгитюдном исследовании обнаружили, что поощрение родителями ограничительного пищевого поведения и контроля веса взаимосвязано с повышенным весом старших школьников обоего пола¹⁰.

Особенно сильным может быть влияние родителей на представления девочек. При помощи регрессионного анализа было показано влияние образа тела матерей на самооценку и гендерную роль девочек¹¹.

Согласно полученным данным, исследователи утверждают, что поддразнивание отцами дочерей связано с неудовлетворённостью телом у девочек и интернализацией ими социокультурных норм худобы¹².

⁴ Davis D.S., Sbrocco T., Williams J. Understanding body image in African American and Caucasian first-graders: a partnership with the YMCA // Progress in Community Health Partnerships: Research, Education, and Action. 2009. Vol. 3(4). P. 277–286.

⁵ Harriger J.A., Calogero R.M., Witherington D.C., Smith J.E. Body size stereotyping and internalisation of the thin ideal in pre-school girls // Sex Roles. 2010. Vol. 63. P. 609–620. doi: 10.1007/s11199-010-9868-1.

⁶ Duchin O., Marin C., Mora-Plazas M., Villamor E. Maternal body image dissatisfaction and BMI change in school-age children // Public Health Nutrition. 2016. Vol. 19. P. 287–292. doi: 10.1017/S1368980015001317.

⁷ Damiano S.R., Gregg K.J., Spiel E.C., McLean S.A., Wertheim E.H., Paxton S.J. Relationships between body size attitudes and body image of 4-year-old boys and girls, and attitudes of their fathers and mothers // Journal of Eating Disorders. 2015. Vol. 3. P. 1–10.

⁸ Michael S.L., Wentzel K., Elliott M.N., Dittus P.J., Kanouse D.E., Wallander J.L., Pasch K.E., Franzini L., Taylor W.C., Qureshi T., Franklin F.A., Schuster M.A. Parental and Peer Factors Associated with Body Image Discrepancy among Fifth-Grade Boys and Girls // Journal of Youth and Adolescence. 2014. Vol. 43. P. 15–29.

⁹ Swaminathan S., Selvam S., Pauline M., Vaz M. Associations between body weight perception and weight control behaviour in South Indian children: a cross-sectional study // British Medical Journal Open. 2013. Vol. 3. P. 1–8.

¹⁰ Helfert S., Warschburger P. A prospective study on the impact of peer and parental pressure on body dissatisfaction in adolescent girls and boys // Body Image. 2011. Vol. 8(2). P. 101–109.

¹¹ Usmiani S., Daniluk J. Mothers and Their Adolescent Daughters: Relationship between Self-Esteem, Gender Role Identity // Body Image // Journal of Youth and Adolescence. 1997. Vol. 26. Issue 1. P. 45–62.

¹² Keery H., Boutelle K., van den Berg P., J.K. Thompson. The impact of appearance-related teasing by family members // Journal of Adolescent Health. 2005. Vol. 37. P. 120–127. doi: 10.1016/j.jadohealth.2004.08.015

Другие исследователи пытались понять, влияют ли матери главным образом на представления дочерей, а отцы — сыновей, однако результаты показывают, что оба родителя оказывают влияние на представления детей обоего пола¹³.

Родители действительно являются сильными коммуникаторами социокультурного давления. Было показано, что вербальные сообщения родителей и активное поощрение оказывает большее влияние на проблемы с телом у детей и поведение в еде, чем эффекты моделирования. И матери, и отцы являются важными источниками влияния для своего потомства. Учитывая роль родителей, можно улучшить управление общественным здравоохранением. Однако необходимо более детальное исследование того, как дети интерпретируют и воспринимают родительские установки и потенциальные защитные факторы¹⁴.

Исходя из имеющихся данных, становится очень важным изучать возможность «буферизации» родителями раннего включения негативных убеждений о своём теле в «Я-концепцию» ребёнка.

Кросс-культурные исследования родительского влияния на представления детей о теле показывают, что отношения между воспринимаемым родительским моделированием и представлениями одинаковы у чёрных и белых женщин. При этом вербальные сообщения оказывают большее влияние, по сравнению с родительским моделированием, в обеих обследованных группах¹⁵.

Знание предикторов неудовлетворённости образом тела в рамках функционирования семьи полезно как для индивидуальной, так

и для семейной терапии, а также для предотвращения проблем, связанных с изображением тела. Родители должны осознавать, что тёплые и поддерживающие отношения могут способствовать формированию позитивных представлений о теле и самопринятию, а также избегать создания семейной среды, в которой основное внимание уделяется проблемам с весом (даже в форме поощрения изменения привычки в еде). Формирование надёжной привязанности также препятствует интернализации неадекватных стандартов внешности детьми.

Обсудим результаты, полученные при исследовании взаимосвязи образа тела девочек 6–7 лет с материнским влиянием. Выборку исследования составили 37 девочек дошкольного возраста 6–7 лет и их матери.

Все девочки были опрошены индивидуально при помощи методики «Силуэты» и шкал Дембо-Рубинштейн (с вариантами оценок от 1 до 10). Для шкалирования были отобраны следующие признаки: моё тело красивое — некрасивое, здоровое — больное, сильное — слабое, быстрое — медленное.

В ходе исследования был исключён такой признак, как «большое — маленькое», т.к. девочки относили его не к телу, а к своему возрасту и комментировали его примерно следующим образом: «Я в школу иду — уже большая». Таким образом, выбранные нами параметры отражали внешность и функциональные характеристики тела.

Средняя оценка по шкале «красивое — некрасивое», даваемая дошкольниками своему телу, составила 8,5 балла, девочки комментировали свою оценку, говоря о том, что родители (мать, бабушка) называют их красивыми. Отметим, что существует предположение о том, что постоянное информирование дочери родителями о том, что она самая красивая, может иметь противоположный эффект — усиливать недовольство ребёнка своим телом, т.к. побуждает девочек сосредоточиться на внешности, подчёркивает её значимость. Предполагается, что подчёркивание функциональных возможностей тела будет иметь позитивное влияние на детей, т.к. научит ценить своё тело.

По шкале «здоровое — больное» девочки оценили своё тело в среднем на 8 баллов, при

¹³ Field A.E., Camargo C.A., Taylor C.B., Berkey C.S., Roberts S.B., Colditz G.A. Peer, parent, and media influences on the development of weight concerns and frequent dieting among preadolescent and adolescent boys and girls // *Pediatrics*. 2001. Vol. 107. Issue 1. P. 54–60. doi: 10.1542/peds.107.1.54

¹⁴ Rodgers R., Chabrol H. Parental attitudes, body image disturbance and disordered eating amongst adolescents and young adults: a review // *European Eating Disorders Review*. 2009. Vol. 17(2). P. 137–151.

¹⁵ Bardone-Cone A.M., Harney M.B., Sayen L. Perceptions of parental attitudes toward body and eating: associations with body image among Black and White college women // *Body Image*. 2011. Vol. 8(2). P. 186–189.

этом нередко были комментарии о том, что девочка часто болеет. По шкале «сильное — слабое» средняя оценка составила 8,7 балла, и некоторые девочки объясняли свой выбор тем, что они не такие сильные, как родители, не могут перенести что-то тяжёлое и т.п. По шкале «быстрое — медленное» у большинства девочек оценка была максимальной и были даны комментарии о скорости бега, выполнения заданий на физкультуре и т.д. Что касается оценок идеального тела, практически все они получились равными 10, только по шкале «слабое — сильное» средняя оценка была несколько ниже максимально возможной. Полученные нами данные об оценочно-информационном компоненте представлений девочек дошкольного возраста свидетельствуют о высокой оценке своего тела — как внешности, так и его функциональных характеристик.

В методике «Силуэты» девочки выбрали разные фигуры в качестве желаемой, при этом больше всего выборов было у фигур со средним и низким ИМТ.

Фигуры с высоким ИМТ чаще отвергаются девочками дошкольного возраста. При этом 80% выбрали в качестве реальной ту же фигуру, что и в качестве идеальной; 10% выбрали фигуру, отличающуюся на одну позицию в меньшую сторону и 5% девочек — фигуру, отличающуюся на две позиции в меньшую сторону. Таким образом, мы делаем вывод о том, что в дошкольном возрасте для большинства девочек характерно принятие своего тела. Только одна из обследованных нами девочек продемонстрировала недовольство своим телом, прокомментировав свой выбор тем, что родители называют её «пухляшкой». Оговоримся, что индекс массы тела у 70% девочек соответствует возрастной норме, 30% имеют сниженный ИМТ.

Что касается обследованных матерей, все они отметили, что ничего не делают, чтобы повлиять на представления девочек о своём теле. Однако в ходе интервью рассказали, что регулярно говорят в присутствии дочерей о лишнем весе, диетах, о своём собственном стремлении похудеть. Существует предположение о том, что отрицание представлений дошкольников о своём теле со стороны родителей базируется на отказе от сексуализации дево-

чек¹⁶. Наши данные свидетельствуют о том, что выбор девочками меньшего силуэта в качестве желаемого положительно коррелирует ($0,57, p < 0,01$) с недовольством матерями своим телом. Также мы получили положительную корреляцию между выбором девочками меньшего силуэта и ограничительным пищевым поведением матери ($0,62, p < 0,01$). Таким образом, мы обнаружили связь между интернализацией девочками дошкольного возраста идеала худого тела с материнским недовольством своим телом, что согласуется с данными, получаемыми на выборах по всему миру¹⁷.

Мы спрашивали дошкольников о любимых героинях мультфильмов, игрушках и о том, какие женщины кажутся им самыми красивыми. 86% девочек старшего дошкольного возраста называет в качестве идеала свою мать, 14% — героинь мультфильмов. Среди любимых героинь мультфильмов 84% девочек старшего дошкольного возраста назвали диснеевских принцесс — Эльзу из «Холодного сердца», Моану, Рапунцель и других подобных героинь (принцессу Софию или фей Винкс); 13,3% девочек назвали в качестве любимой героини Машу из российского мультфильма «Маша и Медведь»; в качестве своей любимой куклы — куклу Барби, Винкс или диснеевских принцесс; 13,5% — большого пупса и 19% — миниатюрных кукол Лол.

Таким образом, мы приходим к выводу, что именно дошкольный возраст является сензитивным для интернализации девочками изображений сексуализированного и одновременно худого женского тела. И дошкольники действительно интернализуют нереалистичный телесный эталон; такое изображение становится своеобразной точкой отсчёта в дальнейшей оценке себя и своего тела. Что же касается матерей, в период дошкольного детства они дают своим дочерям положительную обратную связь относительно тела девочек, однако этого недостаточно для формирования защитного фильтра, который может противостоять интернализуемым стереотипам.

¹⁶ Koscińska K., Czepczor K., Brytek-Matera A. Body size attitudes and body image perception among preschool children and their parents: A preliminary study // Archives of Psychiatry and Psychotherapy. 2016. № 18(4). P. 28 — 34. doi:10.12740/APP/6519

¹⁷ Encyclopedia of Body Image and Human Appearance / Editor-in-Chiefs T. Cash. Imprint: Academic Press. 938 p.