

УДК 159.96+613.8

ВПЛИВ ТРАНСФОРМАЦІЇ ТІЛЕСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ПІДЛІТКА НА ФОРМУВАННЯ ЙОГО ОБРАЗУ ТІЛА

Тіунова А. О.

У статті акцентовано увагу на визначній ролі трансформації тілесних характеристик підлітка у формуванні його образу тіла. Встановлено значний вплив на формування образу тіла підлітка оформлення переживання ним своєї статі. Виявлено, що образ тіла підлітка є результатом інтеграції знань, уявлень і оцінок зовнішності та фізичних даних у когнітивній структурі його самосвідомості. Теоретично обґрунтовані основні чинники, що впливають на формування образу тіла в контексті впливу тілесних характеристик на самосвідомість підлітка.

Ключові слова: підліток, образ тіла, тілесні характеристики, самосвідомість.

В статье акцентировано внимание на особой роли трансформации телесных характеристик подростка в формировании его образа тела. Установлено, что значительное влияние на формирование образа тела подростка имеет оформление переживания им своего пола. Выявлено, что образ тела подростка является результатом интеграции знаний, представлений и оценок внешности, а также физических данных в когнитивной структуре его самосознания. Теоретически обоснованы основные факторы, влияющие на формирование образа тела в контексте влияния телесных характеристик на самосознание подростка.

Ключевые слова: подросток, образ тела, телесные характеристики, самосознание.

The article attention is focused on the definitive role of change in physical characteristics on the formation of body image in adolescence. It has been established that adolescents' feelings about their sex assignment have significant influence on the formation of their body image. Research shows that in adolescence a body image is a result of integration of knowledge, beliefs, and assessments pertaining to the appearance and physical characteristics in the cognitive structure of their self-awareness. The main factors in the formation of body image in the context of the influence of physical characteristics on self-awareness in adolescence have been theoretically substantiated.

Key words: adolescent, body image, physical characteristics, self-awareness.

Постановка проблеми. Підлітковий вік є першим перехідним періодом від дитинства до зрілості. Його стрижнем є становлення образу тіла, усвідомлення своєї індивідуальності і завершення психосексуальної ідентифікації. Якісні зміни, що відбуваються в тілесній, інтелектуальній та емоційній сферах особистості підлітка (інтенсивний, нерівномірний розвиток і ріст організму, особистісні новоутворення тощо), породжують новий рівень його самосвідомості, потреби у самоствердженні, рівноправному і довірливому спілкуванні з ровесниками і дорослими. Переважна більшість дослідників погоджуються, що значні зміни в образі тіла відбуваються до 12–16 років, після чого образ тіла стабілізується. Інтенсивний статевий розвиток зумовлює виникнення статевого потягу і пов'язаних з ним переживань та інтересів.

Усе це є підставою для проведення окремого дослідження впливу трансформації тілесних характеристик на формування образу тіла підлітка, як важливої складової його самосвідомості.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проблема взаємозв'язку між тілесними характеристиками і образом тіла вивчалася переважно зарубіжними авторами. Зокрема, Г. Роземблум та М. Льюїс досліджують співвідношення образу

тіла підлітків з фізичною привабливістю та масою тіла [20]. Р. Леренер [19] аналізує співвідношення між об'єктивними і суб'єктивними оцінками зовнішньої привабливості та самооцінкою підлітка. Т. Кеш акцентує увагу на зовнішності, тілесній самооцінці, задоволеності тілом та занепокоєності з приводу власного тіла як важливих підставах для визначення поняття образу тіла [15; 16]. А. Файнгольд вивчає питання оцінки образу тіла індивідом на основі того, наскільки значущими є для нього розбіжності між сприйняттям власних фізичних параметрів та ідеалом зовнішності [17]. Е. Соколова та А. Дорожевцев [13] розкривають вплив зовнішності підлітка на його ставлення до своєї особистості загалом.

Питання впливу тілесних характеристик на формування образу тіла вивчалося в межах ряду гендерних досліджень, де масулінність / фемінність, жіночність та мужність, а також гендерна ідентичність розкриваються як подібні поняття. Так, В. Куніцина [10; 11] досліджує роль зовнішнього вигляду у суб'єктивній значущості для підлітків різних аспектів компонентів категорій жіночності та мужності. І. Кон [8] вивчає вплив стереотипного зразку маскулінності / фемінності на оцінку підлітком власного тіла, зовнішності, поведінки та здібностей. Дослідження співвідношення тілесних характеристик та гендерної ідентичності юнаків та дівчат достатньо широко представлена у наукових працях О. Кікінежді [5; 6].

Однак малодослідженими ще залишається широкий спектр питань впливу трансформації тілесних характеристик підлітка на формування його образу тіла.

Формулювання цілей статті. Відповідно до зазначеного, **метою статті** є теоретичне обґрунтування впливу трансформації тілесних характеристик підлітка на формування його образу тіла.

Виклад основного матеріалу. Підлітків можна виділити в особливу соціально-психологічну, демографічну групу з характерними для неї настановами, цінностями, нормами і манерами поведінки, які утворюють специфічну субкультуру. Вікова класифікація неповнолітніх найбільше відпрацьована в розділах психології, пов'язаних з педагогікою. Весь підлітковий вік поділяється на 3 групи:

- перший підлітковий вік (12–13 років);
- другий підлітковий вік (14–15 років);
- третій підлітковий вік (16–18 років).

Особливий інтерес для нас становить другий підлітковий вік (14–15 років), саме в цей період відбувається інтенсивний фізичний і психологічний розвиток неповнолітнього. Відбувається ствердіння скелета, вдосконалюється м'язова система. Однак нерівномірність розвитку серця і кровоносних судин, а також посилена діяльність залоз внутрішньої секреції часто спричиняють тимчасові розлади кровообігу, підвищення тиску, напруження серцевої діяльності, посилення збудливості дітей, що виражається у нервозності, швидкій втомі, запамороченнях і підвищеному серцебитті. Нервова система підлітка ще не зовсім готова витримати сильні, тривалі подразники, часто перебуває під їх впливом у стані загальмованості або сильного збудження. С. Васильєв вважає основною тілесною зміною пубертату – спурт, або ростової скачок, що починається у хлопчиків в 13–15 років, а у дівчаток – в 11–13 років. Це супроводжується значною гормональною перебудовою організму. У дівчаток відбувається розвиток грудних залоз, ріст волосся на лобку і в пахвових западинах. Показником статевого дозрівання є менархе. У хлопчиків продовжується зростання статевих органів, відбувається перелом голосу, ріст волосся на тілі й обличчі, ойгархе [3, с. 31]. Певні зміни у своїй зовнішності, такі як поява рясних вугрів на обличчі, пітливості рук, зміна пропорцій тіла, страх почервоніти при сторонніх – можуть викликати болісні переживання з боку підлітка [10, с. 92]

До того ж у наш час особливо актуальними стають проблеми, пов'язані з таким явищем як акселерація підлітків. Акселерація, або акцелерація (від лат. *acceleratio* – прискорення) – це прискорення росту та розвитку дітей і підлітків порівняно з попередніми поколіннями. Явище акселерації спостерігається насамперед в економічно розвинених країнах. З огляду на це, деякі психологи та педагоги вважають, що якщо раніше підлітковим віком вважався вік від 12–13 до 16 років, то в наш час слід вважати підлітковим вік з 11 до 14–15 років.

Психологічні особливості підлітків науковці пояснювали фактом статевого дозрівання, яке є домінантою розвитку в цьому віці, вважаючи кризи неминучими, біогенетично зумовленими. Згідно з психоаналітичною теорією З. Фрейда, неминучість у підлітковому періоді внутрішніх і зовнішніх конфліктів є нормою, а випадки безконфліктного розвитку свідчать про різноманітні варіанти патологічного розвитку [9, с. 542].

Натомість у 20–30-ті роки ХХ ст. психологічна наука зосереджується на пізнанні залежності деяких особливостей самосвідомості підлітка від його соціального оточення. Так, у дослідженнях американського етнографа М. Мід (1901–1978) було доведено, що підліткова психологічна криза пов'язана не з дозріванням організму, а з особливостями соціалізації. А індивідуальні варіанти її перебігу певною мірою залежать від вроджених особливостей нервової системи [12, с. 145]. Окрім цього, на основі етнографічних досліджень американський психолог Р. Бенедикт (1887–1948) довела, що конкретні соціальні обставини життя дитини зумовлюють тривалість підліткового віку, наявність чи відсутність кризи, конфліктів, труднощів, особливості переходу від дитинства до дорослості [2, с. 272].

Багато авторів (І. Кон, Д. Каган, А. Смоліна, В. Ісаєв, М. Мдівані, В. Куніцина, Е. Соколова, Д. Пайнз, Р. Вайлі, В. Оклендер та ін.) розглядають підлітковий вік, як вік перебудови образу тіла у зв'язку із змінами організму, тіла і самосвідомості в даному віці.

Слід наголосити, що образ тіла є внутрішньою концепцією людини стосовно її власної зовнішності. Ця концепція може корелювати або не корелювати з об'єктивною реальністю. Свідомість кожної людини містить образ фізично досконалої людини, й особа неминуче порівнює власну зовнішність з цим ідеалом. Оцінка образу тіла передбачає ступінь задоволеності своїм тілом, включаючи оціночні судження про своє тіло. Згідно з дослідженнями основною підставою оцінки образу тіла є ступінь розбіжності або відповідності між сприйняттям індивідом своїх фізичних параметрів і значущих для нього ідеалів зовнішності [17, с. 192]. Людина, яка задоволена своєю зовнішністю, має позитивний образ тіла. Водночас особа змінює уявлення про власне тіло відповідно до її емоційного стану, а також реакцій інших людей.

На думку Томаса Ф. Кеша, образ тіла являє собою багатовимірний феномен, який не може обмежуватися вузьким визначенням картини власного тіла, яка сформована в уявленні індивіда [15, с. 87]. При обговоренні образу тіла слід враховувати наявність різних підстав його визначення, наприклад, за допомогою акцентування на задоволеності тілом, задоволеності його масою, задоволеності зовнішнім виглядом, оцінці свого зовнішнього вигляду, точності уявлень про розміри власного тіла, орієнтації на зовнішність, на тілесній самооцінці, занепокоєності з приводу власного тіла, на тілесній дисфорії, тілесній дисморфії, тілесній схемі, на сприйнятті власного тіла, спотворенні, порушеннях і розладах образу тіла [16, с. 466]. Аналіз сукупності таких визначень поняття "образ тіла" дозволяє розглядати його як когнітивну структуру самосвідомості, що цілком узгоджується з загальновідомою у психології концепцією самосвідомості В. Століна [14, с. 132].

Починаючи з підліткового віку, роль зовнішності у формуванні образу тіла є незаперечною. Американський психолог У. Джеймс був одним із перших, хто наголошував на існуванні взаємозв'язку між розвитком особистості підлітка та його посиленою увагою до свого тіла [4, с. 127]. Як вказує В. Куніцина, для підлітків анатомічні особливості, риси обличчя, особливості статури є більш інформативними характеристиками людини, ніж одяг та зачіска. При сприйнятті іншої людини підлітками частіше фіксуються волосся, зріст, очі, обличчя загалом. Удосконалення сприйняття даних ознак спостерігається в 13–14, і особливо – в 14–15 років, що пояснюється зростанням самосвідомості, засвоєнням соціальних норм, стереотипів, еталонів, ролей [11, с. 367].

Розглядаючи тілесний досвід в якості фундаментального конструкту для розуміння функціонування індивіда, С. Фішер вказує, що "нескінченна безліч поведінкових актів, пов'язаних з областю тілесного досвіду, підтверджує вагомий вплив тілесності. Людська особистість не може існувати окремо від своєї

соматичної складової" [18, с. 251]. Як слушно зауважує Е. Соколова, уявлення людини про власну соматичну організацію, усвідомлення нею етичного та естетичного впливу своєї зовнішності впливають на організацію її поведінки стосовно інших людей, на зміст її вчинків, а також на ставлення до своєї особистості загалом [13, с. 41].

У свою чергу І. Кон вказує, що юнаки та дівчата надають важливого значення відповідності свого зовнішнього вигляду стереотипному зразку маскулінності / фемінінності. Для підлітків, на його думку, дуже важливо відповідати еталону та критеріям привабливості, але підлітковий "ідеал" краси і "прийнятності" зовнішності часто завищений, нереалістичний. Отже, науковець робить висновок, що розвиток самосвідомості в підлітковому та юнацькому віці починається зі з'ясування якостей "наявного Я": оцінки тіла, зовнішності, поведінки, здібностей за певними критеріями, які не завжди бувають реалістичними [8, с. 267].

На думку Ч. Кожалієвої, образ тілесного "Я" зазнає остаточної зміни з 11 до 14 років і має суттєвий вплив на цілісний "образ Я". Спостерігається велика кореляція самооцінки і заклопотаності своєю зовнішністю з уявленнями про себе, оцінкою різних сторін "Я" у дівчаток; виявляється зв'язок негативної самооцінки неприйняття свого образу тіла порівняно з хлопчиками, які чітко розділяють оцінку своєї зовнішності з інтелектуальними якостями та іншими аспектами "Я". Про це свідчить аналіз описів підлітками самих себе, в яких у хлопчиків на перших місцях стоять характеристики дій або діяльності в цілому, а у дівчаток – зовнішній вигляд [7, с. 6]. І. Кон також дотримується думки, що зовнішність відіграє значну роль у становленні самосвідомості підлітка, але більшою мірою це характерно для дівчат. При цьому деякі пасивні підлітки погоджуються зі своїми недоліками і починають відчувати себе неповноцінними. Водночас він переконаний, що саме у підлітковому віці вплив соматотипа на психіку, поведінку, становище серед однолітків і впевненість у собі є найбільш помітним [8, с. 145].

Значний вплив на формування образу тіла має оформлення переживання підлітками своєї статі. Остаточне формування гендерної ідентичності припадає на підлітковий період. Традиційно його розуміють як вік автономізації, набуття підлітком незалежності і переорієнтації на побудову відносин з однолітками як значущими для ідентифікаційного "Ми" [5, с. 153–158].

Безсумнівно, ці зміни спричиняють їхню емоційну оцінку підлітком і відображаються у самосвідомості, впливаючи на формування образу тіла. Саме почуття дорослості сприяє тому, щоб підліток пізнавав нові для себе типи взаємин з представниками протилежної статі. Виникає інтерес до однолітка не тільки як до особистості, але і як до представника іншої статі. Виходячи з цього, підлітку дуже важливо, як до нього ставляться інші, наскільки привабливими вважають його зовнішність, манеру спілкування, фігуру. У підлітковому віці у спілкуванні з однолітками протилежної статі відбувається засвоєння статево-рольової поведінки та апробація статевої ролі [1, с. 30]. На основі романтичних взаємин у підлітків виникає бажання ставати краще, потреба у самовдосконаленні, з'являється стимул до самовиховання.

Небагато досліджень присвячено вивченню зміни ставлення підлітків до власного тіла з плином часу. Одне з них було проведене вітчизняною дослідницею О. Кікінежді. У процесі вивчення психологічних детермінант гендерної соціалізації підлітків, вона з'ясувала, що еталонний образ сучасного чоловіка / хлопчика у хлопчиків є більш дихотомічним, маскуліним, тоді як у дівчаток – розгорнутішим та андрогінним. Усі гендерні уявлення молодших підлітків поступово змінюються до старшого підліткового віку. Образ ідеального чоловіка / хлопчика характеризується у підлітків більшою маскуліністю і співпадає із традиційними поглядами соціуму на мужність. У дівчаток еталон чоловіків / хлопчиків є ширшим, який включає рольові патерни чоловічої та жіночої статі. В образі майбутньої дружини у хлопчиків та дівчаток посилюється тенденція до фемінінності. Уявлення про майбутнього чоловіка у хлопчиків і надалі залишається переважно маскуліним, тоді як у дівчаток – андрогінним. Отже, реконструкція статево-рольових образів у когнітивних уявленнях підлітків з їх дорослішанням продовжується [6, с. 210–211].

Водночас Г. Роземблом та М. Льюїс дослідили співвідношення образу тіла з фізичною привабливістю та масою тіла, порівнявши відповідні показники

115 хлопців і дівчат у віці 13, 15 і 18 років. Отримані результати засвідчили, що протягом указаних періодів підліткового віку образ тіла у дівчат погіршувався, тоді як у хлопців, навпаки, покращувався. У віці 13 років, відмінності між статями не були суттєвими, але у віці 15 років розрив став доволі значним. Автори зазначають, що як результат статевого дозрівання, у дівчат спостерігалось збільшення маси тіла за рахунок накопиченням жирової маси навколо стегон. Часто це призводило до виникнення внутрішнього конфлікту, спричиненого значною відмінністю між реальним виглядом тіла дівчини та культивованим у суспільстві ідеалом стрункості. Натомість у переважній більшості хлопців незадоволення власним тілом не прогресувало з роками. Навпаки, хлопчики, які були незадоволені своїм зростом у 13 років, відчували себе більш комфортно у віці 15 років. Отже, це свідчить про те, що в період бурхливого росту багато з них почувалися достатньо добре. Зважаючи на це, автори дійшли висновку, що збільшення зросту і м'язової маси, спричинене статевим дозріванням, наблизило хлопців до культурного ідеалу, що, у свою чергу, спричинило покращення образу тіла [20, с. 55].

Переважає більшість досліджень стосовно образу тіла, які проводилися у підлітковому середовищі, свідчать про те, що саме у зв'язку зі значними фізичними змінами, які відбуваються у цей віковий період, підлітки починають контролювати власне тіло і досить часто у надто болючий спосіб. У результаті статевого дозрівання підлітки часто відчують себе незграбними і соромляться власного тіла. Дівчатка-підлітки, здається, особливо схильні до розвитку негативного образу тіла. Вони часто ігнорують інші здібності і зосереджуються лише на зовнішньому вигляді як доказі власної гідності. Наслідком цього може стати зниження самооцінки і підвищення ризику розвитку психічних розладів, у тому числі розладів харчової поведінки. На початку підліткового періоду дівчатка, швидкість розвитку тіла яких відрізняється від середньостатистичної, особливо схильні до незадоволення і низької самооцінки. Дівчата, які опережають або, навпаки, відстають від однолітків у розвитку, перебувають у найбільш складній ситуації. Оскільки образ тіла є невід'ємною частиною самосвідомості особистості, негативний образ тіла неминуче справляє негативний вплив на всі сфери життєдіяльності.

Досліджуючи питання розвитку образу тіла, Р. Лернер запропонував парадигму під назвою "критерій згоди". Він стверджує, що кожна людина є унікальною як результат конкретної комбінації особливостей цієї людини і умов її середовища. Водночас кожна людина викликає різні реакції з боку інших, у результаті її фізичних (тобто тілобудова) і психологічних (тобто поведінка або темперамент) характеристик. Ці реакції часто є основою для подальших роздумів і дій людини. Кожна людина зазнає також свого роду тиску у вигляді очікувань з боку інших людей (батьків, однолітків, медіа). Успіх індивіда в диференційованому задоволенні цих вимог забезпечує основу для його зворотного зв'язку з навколишнім середовищем. Наприклад, підлітки, стиль одягу і зачіска яких схвалюються батьками, часто не можуть отримати схвалення з боку однолітків, або навпаки [19, с. 226].

Досить складним питанням є те, як судження підлітків щодо їх власної зовнішності корелюються з поглядами інших людей. Що може стати важливою передумовою незадоволеності власним тілом і, як наслідок, зниження самооцінки? Використовуючи дані масштабного дослідження серед підлітків, проведеного в Пенсільванії (США), Р. Лернер та його колеги не виявили істотного зв'язку між об'єктивними і суб'єктивними оцінками привабливості, а також встановили незначний зв'язок між об'єктивними рейтингами та особистісним ставленням підлітка до себе [19, с. 228]. Отже, можна припустити, що для підлітка більш важливим є те, як він себе бачить, а не те, як бачать його інші.

Висновки. Таким чином, дослідження впливу тілесних характеристик підлітка на формування його образу тіла дозволяє дійти висновку, що в онтогенезі кризовим періодом, у якому відбувається суттєва перебудова образу тіла, є підлітковий вік. У цей період відбувається трансформація образу тіла – руйнування старого й формування нового, в якому трансформація тілесних характеристик займає одне з провідних місць. Одночасно з усвідомленням своїх розумових і інтелектуальних здібностей, статі, віку, природних нахилів, соціального стану, сексуальної ролі, підліток формує у своїй уяві образ власного тіла й особистісне ставлення до його фізичних параметрів. Отже, образ тіла підлітка слід розглядати як

результат інтеграції знань, уявлень і оцінок зовнішності й фізичних даних у когнітивній структурі його самосвідомості. На підставі дослідження взаємозв'язку між тілесними характеристиками, самосвідомістю та формуванням образу тіла підлітка нами теоретично обґрунтовані наступні основні чинники, що впливають на формування образу тіла підлітка: 1) розвиток і зміна самосвідомості та Я-концепції; 2) розвиток і зміна організму і тіла; 3) розвиток і зміна гендерної ідентичності.

Усі вони впливають один на одного. Разом із тим можна стверджувати, що уявлення про образ тіла формуються не лише в процесі онто-, а й соціогенезу, в тому числі шляхом інтеріоризації стандартів привабливості. Тілесні характеристики підлітків, які відповідають або не відповідають стереотипам їх соціального середовища, є основою формування їх образу тіла і психосоціального розвитку.

Перспективними напрямками подальших досліджень вважаємо вивчення особливостей особистісного розвитку підлітків з дестабілізацією образу тіла, що об'єднує в собі як вікові зміни, відповідно до різних конституціональних типів фізичного розвитку, так і види трансформації тілесного образу, пов'язані з порушеннями сприйняття власного тіла (порушення харчової поведінки, дисморфобія, дисморфоманія), а також наявністю тілесних патологій медичної ґенези.

Література

1. Андреева И. Н. Подросток: проблемы развития личности и взаимоотношений : метод. пособие / И. Н. Андреева. – Новополюк : НГУ, 1999. – 63 с.
2. Бенедикт Р. Психологические типы в культурах Юго-Запада США / Р. Бенедикт // Антология исследований культуры. – 1997. – Т. 1. – С. 271–284.
3. Васильев С. В. Основы возрастной и конституциональной антропологии / С. В. Васильев. – М. : Изд-во РОУ, 1996. – 216 с.
4. Джеймс У. Научные основы психологии / Уильям Джеймс. – Минск : Харвест, 2003. – 329 с.
5. Кікінежді О. М. Гендерна ідентичність в онтогенезі особистості : монографія / О. М. Кікінежді. – Тернопіль : Навч. книга "Богдан", 2011. – 400 с.
6. Кікінежді О. М. Психологічні детермінанти гендерної соціалізації підлітків / О. М. Кікінежді // Проблеми сучасної психології. – 2013. – № 21 – С. 205–214.
7. Кожалиева Ч. Б. Особенности становления "образа Я" у умственно отсталых подростков : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.08 / Кожалиева Ч. Б. – М., 1995. – 16 с.
8. Кон И. С. В поисках себя: Личность и её самосознание / И. С. Кон. – М. : Политиздат, 1984. – 335 с.
9. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2002. – 992 с.
10. Куницына В. Н. К вопросу формирования образа своего тела у подростков / В. Н. Куницына // Вопросы психологии. – 1968. – № 1. – С. 90–99.
11. Куницына В. Н. Межличностное общение : учебник для вузов / В. Н. Куницына, Н. В. Казаринова, В. М. Погольша. – СПб. : Питер, 2001. – 544 с.
12. Мид М. Культура и мир детства / М. Мид. – М. : Наука, 1988. – 429 с.
13. Соколова Е. Т. Исследования "образа тела" в зарубежной психологии / Е. Т. Соколова, А. Н. Дорожевец // Вестник Московского университета. – Сер. 14 "Психология". – 1985. – № 4. – С. 39–49.
14. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М. : Изд-во Московского ун-та, 1983. – 284 с.
15. Cash T. F. Body Image: a handbook of theory, research, and clinical practice / T. F. Cash, T. Pruzinsky. – New York : Guilford Press, 2002. – 503 p.
16. Cash T. F. The development and validation of the Body Image Ideals Questionnaire / T. F. Cash, M. L. Szymanski // Journal of Personality Assessment. – 1995. – № 64. – P. 466–477.
17. Feingold A. Gender differences in body image are increasing / A. Feingold, R. Mazzella // Psychological Science. – 1998. – № 9. – P. 190–195.
18. Fisher S. Development and structure of the body image / S. Fisher. – Hillsdale, NJ : Erlbaum, 1986. – 435 p.
19. Lerner R. Objective and subjective attractiveness and early adolescent adjustment / R. Lerner, J. Jovanovic // Journal of Adolescence. – 1989. – № 12. – P. 225–229.
20. Rosenblum G. D. The relations among body image, physical attractiveness and body mass in adolescence / G. D. Rosenblum, M. Lewis // Child Development. – 1999. – № 8 – P. 50–64.