

# Социальные и психологические факторы физического перфекционизма и неудовлетворенности своим телом

**П. М. Тарханова\***,

аспирант кафедры клинической психологии и психотерапии факультета психологического консультирования Московского городского психолого-педагогического университета

**А. Б. Холмогорова\*\***,

доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой клинической психологии и психотерапии факультета психологического консультирования МГППУ, руководитель лаборатории клинической психологии и психотерапии Московского научно-исследовательского института психиатрии Федерального агентства по здравоохранению и социальному развитию

Статья посвящена обсуждению психологических и социальных факторов, влияющих на формирование и поддержание физического перфекционизма и неудовлетворенности своим телом. Анализируются основные отечественные исследования физического перфекционизма как отдельного феномена и одного из значимых факторов эмоционального неблагополучия у подростков и молодежи. Констатируется дефицит подобных исследований и дается обзор зарубежных работ, посвященных изучению неудовлетворенности своим телом при рассмотрении его как одного из проявлений физического перфекционизма. Представлены результаты зарубежных исследований, демонстрирующих вклад социокультурных, семейных и личностных факторов в возникновение неудовлетворенности своим телом. Рассматриваются пагубные последствия данного феномена: пищевые нарушения, вовлечение в различного рода деятельности, сопряженные с риском для физического здоровья, аффективные нарушения и суицидальная готовность.

**Ключевые слова:** перфекционизм, физический перфекционизм, неудовлетворенность своим телом, психосоциальные факторы, эмоциональное неблагополучие, подростки, молодежь.

## **Феномен физического перфекционизма**

Под термином «физический перфекционизм» понимается «система личностных

убеждений и установок, связанных со своим внешним видом: повышенная озабоченность и неудовлетворенность своей внешностью,

---

\* Polina\_t-m@mail.ru

\*\* Zar-victor@mail.ru

стремление к соответствию высоким стандартам тела, к достижению наилучших результатов в борьбе за идеальную фигуру, а также болезненное отношение к любым критическим замечаниям по поводу внешнего вида» [6, с. 2].

Несмотря на высокую актуальность и практическую значимость исследований данного явления, оно до сих пор остается относительно слабоизученным как в отечественной, так и зарубежной психологии. Среди немногочисленных исследований физического перфекционизма как отдельного феномена наиболее значимым является цикл работ, написанных под руководством А. Б. Холмогоровой [3]; [5]; [9]; [6]. В рамках этой серии исследований был разработан и валидизирован опросник для измерения уровня физического перфекционизма («Шкала физического перфекционизма», А. Б. Холмогорова, А. А. Дадеко), а также эмпирически подтверждено, что он является одним из компонентов общего перфекционизма как сложного многофакторного конструкта. Опираясь на экспериментальные исследования, в которых уже доказано, что перфекционизм – один из факторов депрессивных и тревожных расстройств, вышеупомянутыми авторами было сделано предположение, что физический перфекционизм также может вносить существенный вклад в возникновение аффективных нарушений у подростков и молодых людей.

В первом отечественном исследовании физического перфекционизма как фактора эмоционального неблагополучия у молодежи А. А. Дадеко провела психологическое сравнение юношей и девушек, занимающихся бодибилдингом и фитнесом, с молодыми людьми, не практикующими систематические занятия по коррекции своей фигуры [3]. Оно показало, что физический перфекционизм и эмоциональное неблагополучие значительно интенсивнее выражены в группе испытуемых, занимающихся совершенствованием своего тела. Кроме того, была обнаружена интенсивная связь между уровнем физического перфекционизма и выраженностью симптомов депрессии.

В исследовании М. Е. Якоби, проведенном на испытуемых младшего подростково-

го возраста, было продемонстрировано, что у мальчиков и девочек, обучающихся в школах с высокими требованиями (гимназиях), уровень физического перфекционизма, а также выраженность симптомов депрессии и тревоги значимо выше, чем у их ровесников, обучающихся по общеобразовательным программам. 80 % гимназистов недовольны своим внешним видом и фигурой, более половины из них систематически стараются похудеть и даже готовы решиться на оперативное вмешательство. Автор делает вывод, что обучение детей в престижных школах в условиях жесткой конкуренции и культа высоких достижений способствует формированию у них перфекционистских установок, в том числе и связанных с внешним видом [7].

В. В. Парамонова сделала попытку связать «патологический телесный перфекционизм» (который феноменологически очень близок нашему пониманию физического перфекционизма) с рядом личностных особенностей. Автору удалось выявить наличие значимых корреляций с целым кластером психологических характеристик, среди которых: полезависимость, низкий уровень дифференцированности когнитивно-аффективной сферы, искажение телесной и гендерной самоидентичности, размытость воспринимаемых субъектом телесных границ и неустойчивая самооценка [4].

В зарубежной научной литературе термин «физический», или «телесный перфекционизм», практически не употребляется, и, как правило, это явление рассматривается не как отдельный феномен, а как компонент общего перфекционизма. В этом контексте многие исследователи указывают на значительный вклад перфекционистских установок в формирование и поддержание различных нарушений пищевого поведения [2] и готовности обращения к пластическим хирургам [23], а также отмечают наличие перфекционизма у мужчин и женщин, занимающихся бодибилдингом и употребляющих стероиды для наращивания мышечной массы [19]. Кроме того, существует целый пласт исследований, доказывающих связь разных аспектов перфекционизма с неудовлетворенностью своим телом у людей разных половозрастных групп [8].

**Феномен неудовлетворенности своим телом**

Феномен неудовлетворенности своим телом всесторонне изучен в зарубежной психологии, неуклонный рост интереса к этой теме особенно заметен в последние годы. Thomas Cash, проанализировав встречаемость в глобальной базе данных американской психологической ассоциации PsychINFO термина «(не)удовлетворенность своим телом», приводит следующие впечатляющие цифры: если в 70-е годы это словосочетание было упомянуто 726 раз, то в 90-е – уже 2477 раз [12].

Из определения физического перфекционизма становится очевидным, что хотя этот конструкт содержит в себе целый набор личностных и поведенческих составляющих, первым и самым обязательным из перечисленных проявлений является неудовлетворенность своей внешностью. Исходя из этого мы полагаем, что многие теоретические разработки и эмпирические исследования феномена неудовлетворенности своим телом, а также факторов ее формирования и связи с психологическим неблагополучием могут оказаться особенно ценными для более глубокого осмысления феномена физического перфекционизма.

В общем виде под неудовлетворенностью своим телом принято понимать наличие у человека негативных мыслей и чувств относительно собственной внешности, которые могут включать отрицательные оценки размера, формы и тона тела или его отдельных частей. Это явление подразумевает некое несоответствие между тем, как человек воспринимает свое тело, и его представлениями о теле идеальном.

Большая часть исследований данной тематики посвящена поиску причин неудовлетворенности своим телом, а в последнее десятилетие особое внимание уделяется изучению социокультурных факторов, способствующих негативному восприятию собственной внешности у подростков и молодежи.

**Социокультурные факторы неудовлетворенности своим телом**

Фактически все современные исследователи сходятся во мнении, что неудовлет-

воренность своим телом – это субъективный по своей природе социально обусловленный психологический феномен, который не существует вне культурального контекста. Соответственно, для его полного понимания необходимо анализировать не только индивидуальный, семейный опыт и личностные характеристики людей, но и социокультурные условия, в которых они живут.

В современном западном обществе искаженных представлений и эталонов наиболее ценными становятся видимые поверхностные атрибуты успешности и благополучия, внешности человека здесь придается чрезвычайно большое значение. Так, стройность ассоциируется с молодостью, счастьем, высоким социальным статусом и жизненным успехом, а избыточный вес связывается с ленью, слабостью, безвольностью и несостоятельностью, слабохарактерностью и пассивностью. Многие склонны оценивать полных людей как менее счастливых, уверенных, умных и дисциплинированных [26]. Полные дети часто подвергаются насмешкам и издевательствам ровесников, нередко оказываются изгоями. Повзрослев, они сталкиваются со своеобразной дискриминацией, испытывая больше сложностей при аренде квартир, поступлении в престижные учебные заведения и при приеме на работу, чем их стройные конкуренты.

Современные идеалы как женской, так и мужской привлекательности включают в себя не только минимальный вес, но и целый ряд других параметров. Женский идеал начала XXI века – это худая высокая молодая девушка с идеальной кожей, пухлыми губами, блестящими волосами, большой грудью, узкими бедрами и выпуклыми ягодицами. Gail Marchessault описывает этот идеал как «физически невозможную женщину-Барби» [12]. Идеальный мужчина наших дней – высокий, длинноногий, худой, но мускулистый обладатель так называемого силуэта «перевернутый треугольник» (широкие плечи – узкие талия и бедра).

Ключевую роль в создании культа внешней привлекательности и навязывании нереалистичных стандартов и идеалов, безусловно, играют средства массовой информации. Данные опроса, проведенного среди читательниц

журнала *Psychology Today*, свидетельствуют, что 85 % этих женщин испытали значительное влияние медиаобразов при формировании своих представления об идеальной внешности [1].

Усвоение транслируемых СМИ эталонов внешней привлекательности несомненно вносит существенный вклад и в возникновение у людей (прежде всего, у подростков и молодежи) хронической неудовлетворенности собственной внешностью. Ряд авторов выявили прямую зависимость между неудовлетворенностью своим телом и временем, которое проводят подростки и молодые люди перед телевизором за просмотром программ «имиджевой и телесно ориентированной» тематики [1]; [12].

Австралийские психологи D. Hargreaves и M. Tiggemann изучали влияние медиа-образов на неудовлетворенность свои телом, измеряя ее до и после демонстрации видеофрагментов с участием «совершенных» женщин и мужчин [13]. Результаты их эксперимента, в котором приняли участие 595 подростков, показали, что после получасового просмотра такой телевизионной рекламы у испытуемых обоих полов значимо повысилась неудовлетворенность своим телом и ухудшилось настроение. Показательно, что наибольшую уязвимость и подверженность давлению СМИ продемонстрировали подростки, изначально испытывающие выраженную неудовлетворенность своим телом. Психологи, получившие сходные результаты при исследованиях взрослых женщин [12] и мужчин [19], объясняют их тем, что просмотр подобной видеопродукции запускает механизмы сравнения. При сопоставлении своих тел (точнее того, как испытуемые их воспринимают) с идеальными телами моделей и актеров у людей неизбежно формируется неудовлетворенность своим телом, что, в свою очередь, приводит к ухудшению их настроения.

Реальные физические данные практически не оказывают влияния на то, насколько человек удовлетворен своей фигурой. Степень удовлетворенности свои телом социально детерминирована и сильно зависит от культуры и субкультуры, к которой принадлежит человек. Данные, полученные при исследовании

разных социальных групп, показали, что практически идентичные телесные пропорции могут восприниматься совершенно по-разному [12], что прекрасно проиллюстрировано исследованием женщин-мусульманок, проведенным в Австралии в 2008 году. A. Mussar предположил, что неудовлетворенность своим телом, а соответственно, и нарушения пищевого поведения являются последствиями усвоения ценностей современной западной индивидуализированной культуры. И действительно, мусульманки, живущие в Австралии и позиционирующие себя как представительниц западной (австралийской) культуры, демонстрировали значимо более высокие показатели по неудовлетворенности своим телом, нарушениям пищевого поведения и более низкие показатели по самооценке, чем женщины, ощущающие себя частью восточной культуры ислама [16].

Что же делает людей столь восприимчивыми к воздействию социокультурных факторов? Известно, что наиболее уязвимы подростки и молодежь, преимущественно женского пола, однако и среди них есть индивидуумы, вполне довольные своим внешним видом, несмотря на его объективное несоответствие современным эталонам красоты. Вероятно, ответ на этот вопрос следует искать на семейном и личностном уровнях.

### **Семейные факторы неудовлетворенности своим телом**

По всей вероятности, поведение родителей оказывает очень большое влияние на то, как ребенок воспринимает свое тело, и они играют даже более важную роль, чем средства массовой информации. Показано, что неудовлетворенность своим телом и нездоровое пищевое поведение девочек подросткового возраста положительно коррелируют с соответствующими личностными и поведенческими особенностями их матерей [12]. Это принято объяснять тем, что родители служат ролевыми моделями для своих детей. Если дочери чувствуют интенсивную озабоченность внешностью у своих матерей и являются свидетелями, как те постоянно ограничивают себя в еде или жалуются на свой внешний вид, риск возникновения неудовлетворенно-

сти своим телом у девочек значительно повышается.

Генезис неудовлетворенности собственной внешностью также может быть связан с детским опытом взаимодействия с родителями, акцентирующими внимание своих детей на якобы имеющихся дефектах их внешности и стимулирующими в них стремление бороться с этими мнимыми или реальными недостатками. Striegel-Moore и Kearney-Cooke показали, что подобные высказывания родителей (особенно матерей) высоко коррелируют с неудовлетворенностью своим телом у детей (причем эта связь более выражена у девочек) [25]. Проспективное исследование 2011 г., проведенное немецкими психологами S. Helfert и P. Warschburger, выявило, что родительское поощрение подросткового поведения, связанного с коррекцией фигуры и контролем веса, оказалось мощным предиктором неудовлетворенности своим телом и переживаний из-за лишнего веса у мальчиков и девочек в старшем подростковом возрасте [14].

Влияние семейных факторов не ограничивается подростковым возрастом: показано, что родительские комментарии, ориентированные на оценку внешности, являются предиктором неудовлетворенности своим телом, стремления к худобе и признаков булимии и у студентов [21].

Особую ценность представляют достаточно редкие исследования, позволяющие выявить специфику влияния матерей и отцов на неудовлетворенность своим телом. Австралийские ученые L. Ricciardelli, M. McCabe и S. Banfield показали, что высказывания матерей играют ключевую роль в том, насколько их дети удовлетворены своим телом, тогда как мнение отцов оказывается наиболее значимым при выборе методов коррекции фигуры [20].

Важным фактором неудовлетворенности собственной внешностью может также являться дефицит эмоционально близких и доверительных отношений с родителями или отсутствие надежной детско-родительской привязанности [12].

В заключение обсуждения этого вопроса следует отметить, что семейные обстоятельства людей, страдающих от пищевых расстройств (в первую очередь, анорексии и бу-

лимии) хорошо изучены, однако тема влияния семьи на неудовлетворенность своим телом, еще не приведшую к нарушениям подобной тяжести, разработана пока недостаточно.

### **Личностные факторы неудовлетворенности своим телом**

Исследуя личностные факторы неудовлетворенности своим телом, многие психологи говорят о ее высокой корреляции с нейротизмом [10], выделяют также самокритицизм, низкую самооценку [18] и социальную тревожность [22], а также я-ориентированный и особенно социально-предписываемый перфекционизм. Некоторые авторы полагают, что свой вклад в формирование неудовлетворенности своим телом может вносить и полоролевая идентичность: показано, что более негативно свое тело склонны оценивать люди с гиперболизированно фемининным или маскулиным типом идентичности [27]. Г. А. Арина и С. Е. Мартынов выяснили, что в сфере ценностных ориентаций людей, неудовлетворенных своей внешностью, гипертрофирована значимость внешней привлекательности и соответствия современной моде, а в системе их самоотношения наблюдается дефицит уверенности в себе и самоуважения [1].

### **Негативные последствия неудовлетворенности своим телом**

Актуальность всестороннего изучения неудовлетворенности своим телом в первую очередь обусловлена ее связью с широким кругом психических расстройств и нездоровых поведенческих паттернов.

Исторически исследования феномена неудовлетворенности своим телом выросли из клинической практики помощи людям с нарушениями пищевого поведения, поэтому большинство работ до сих пор посвящено изучению характера связи этого явления с симптомами анорексии, булимии и компульсивного переедания [12]. Многие авторы отмечают, что в сочетании с перфекционизмом неудовлетворенность своим телом оказывается значимым предиктором нездорового пищевого поведения [11].

Негативные последствия неудовлетворенности своим телом могут затрагивать самые

разные стороны жизни человека от избегания физической активности до боязни бросить курить [17]. Сочетание неудовлетворенности своим телом с высоким уровнем перфекционизма может приводить к появлению у людей стремления любыми доступными способами добиться идеальной внешности. В результате они вовлекаются в различного рода деятельность, потенциально способную усовершенствовать их тело, пренебрегая при этом возможным риском для своего физического здоровья. У мужчин к наиболее частым деструктивным практикам относится наращивание мускулатуры с использованием стероидов [19]. Женщины в качестве наиболее радикальной меры усовершенствования своего тела решаются на обращение к помощи пластических хирургов без каких-либо соматических показаний [9]. Как правило, эти практики не способствуют улучшению эмоционального состояния. Многие исследователи показали, что недовольство своим телом в сочетании с определенными факторами может стать предиктором депрессивных и тревожных расстройств [24] и даже суицидальной готовности [15].

Вклад в формирование и поддержание физического перфекционизма и такого его проявления как неудовлетворенность своим телом вносят целый ряд факторов культурального, семейного и личностного уровней. Современное индивидуализированное западное общество с его ценностями успеха и процветания и превалированием внешнего, поверхностного над внутренним гене-

рирует у людей культ внешней привлекательности, навязывая им посредством воздействия СМИ нереалистичные стандарты и идеалы красоты. Наиболее подверженными этим влияниям оказываются подростки и молодые люди преимущественно женского пола. Степень восприимчивости к влиянию социокультурных факторов во многом обусловлена особенностями семейных систем. Так, в семьях людей с высоким уровнем неудовлетворенности своим телом обнаруживаются нарушения детско-родительской привязанности и повышенный уровень критики со стороны родителей, стимулирующих в своих детях стремление бороться с мнимыми или реальными дефектами внешности. Феномен физического перфекционизма и негативное восприятие собственного тела связаны также с кластером следующих личностных характеристик: нейротизмом, низкой неустойчивой самооценкой, полезависимостью и искажением гендерной и телесной идентичности. К пагубным последствиям изучаемых феноменов относятся пищевые расстройства, депрессивные и тревожные расстройства, вовлечение в нездоровые и вредные для здоровья поведенческие практики.

В свете вышеизложенного, а также в связи со слабой изученностью данной темы в отечественной литературе нам кажется крайне своевременным и актуальным всестороннее изучение факторов формирования феномена физического перфекционизма в контексте психосоциальной модели.

### Литература

1. Арина Г. А., Мартынов С. Е. Средства массовой информации как фактор возникновения озабоченности собственной внешностью в юношеском возрасте // Культурно-историческая психология. 2009. № 4.
2. Гараян Н. Г. Перфекционизм и психические расстройства (обзор зарубежных эмпирических исследований) // Современная терапия психических расстройств. 2006. № 1.
3. Дадеко А. А. Физический перфекционизм и эмоциональные нарушения в современной культуре // Дипломная работа. М.: МГППУ, 2006.
4. Травова (Парамонова) В. В. Соотношение нормальных и патологических перфекционных тенденций. Предварительные размышления // Современная психология: от теории к практике:

Мат-лы XV конф. студентов, аспирантов и молодых ученых «Ломоносов-2008». Секция «Психология». Ч. 2. М., 2008.

5. Холмогорова А. Б. Теоретические и эмпирические основания интегративной психотерапии расстройств аффективного спектра // Дисс. ... д-ра психол. наук. М., 2006.

6. Холмогорова А. Б., Дадеко А. А. Физический перфекционизм как фактор расстройств аффективного спектра в современной культуре // Медицинская психология в России. 2010. № 3. Электронная версия: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru).

7. Якоби М. Е. Связь физического перфекционизма и эмоционального благополучия у младших подростков // Дипломная работа. М.: МГППУ, 2009.



8. *Bardone-Cone A. M., Cass K. M., Ford J. A.* Examining body dissatisfaction in young men within a biopsychosocial framework // *Body Image*. 2008. Vol. 5. Issue 2.
9. *Davis K.* Reshaping the female body: The dilemma of cosmetic surgery // N.Y.: Routledge, 1995.
10. *Davis C., Elliott S., Dionne M., Mitchell I.* The relationship of personality factors and physical activity to body satisfaction in men // *Personality and Individual Differences*. 1991. Vol. 12. Issue 7.
10. *Davis C., Elliott S., Dionne M., Mitchell I.* The relationship of personality factors and physical activity to body satisfaction in men // *Personality and Individual Differences*. 1991. Vol. 12. Issue 7.
11. *Downey C. A. and Chang E. C.* Perfectionism and symptoms of eating disturbances in female college students: Considering the role of negative affect and body dissatisfaction // *Eating Behaviors*. 2007. Vol. 8. Issue 4.
12. *Grogan S.* *Body Image. Understanding Body dissatisfaction in Men, Women and Children* // London and New York: Routledge, 2007.
13. *Hargreaves D. A. and Tiggemanna M.* Idealized media images and adolescent body image: "comparing" boys and girls // *Body Image*. 2004. Vol. 1. Issue 4.
14. *Helfert S. and Warschburgera 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. Issue 2.
15. *Kim Dong-Sik.* Body image dissatisfaction as an important contributor to suicidal ideation in Korean adolescents: Gender difference and mediation of parent and peer relationships // *Journal of Psychosomatic Research*. 2009. Vol. 66. Issue 4.
16. *Mussap A. J.* Acculturation, body image, and eating behaviours in Muslim-Australian women // *Health place*. 2009. Vol. 15. Issue 2.
17. *Neumark-Sztainer D., Paxton S. J., Hannon P. J., Haines J. and Story M.* Does body satisfaction matter? Five-year longitudinal associations between body satisfaction and health behaviours in adolescent females and males // *Journal of Adolescent Health*. 2006. Vol. 39. Issue 2.
18. *Paquettea M.-C. and Raine K.* Sociocultural context of women's body image // *Social Science and Medicine*. 2004. Vol. 59. Issue 5.
19. *Pope H. G., Phillips K. A. and Olivardia R.* *The Adonis complex: The secret crisis of male body obsession*. N. Y., 2000.
20. *Ricciardelli L., McCabe M. and Banfield S.* Body image and body change methods in adolescent boys: Roles of parents, friends and the media // *Journal of Psychosomatic Research*. 2000. Vol. 49. Issue 3.
21. *Rodgers R. F., Paxton S. J. and Chabrola H.* Effects of parental comments on body dissatisfaction and eating disturbance in young adults: A sociocultural model // *Body Image*. 2009. Vol. 6. Issue 3.
22. *Rodgers R. F., Salès P. and Chabrola H.* Psychological functioning, media pressure and body dissatisfaction among college women // *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*. 2010. Vol. 60. Issue 2.
23. *Sherry S. B., Hewitt, P. L., Lee-Baggle D. L., Flett G. L. & Besser A.* Perfectionism and thoughts about having cosmetic surgery performed // *Journal of Applied Biobehavioral Research*. 2004. Vol. 9. Issue 4.
24. *Stice E., Hayward C., Cameron R. P., Killen J. D., Taylor C. B.* *Body-Image and Eating Disturbances Predict Onset of Depression Among Female Adolescents: A Longitudinal Study*, Original Research Article // *Journal of Abnormal Psychology*. 2000. Vol. 109. Issue 3.
25. *Striegel-Moore R. H., Kearney-Cooke A.* Exploring parents' attitudes and behaviors about their children's physical appearance // *International Journal of Eating Disorders*. 1994. Vol. 15. Issue 4.
26. *Teachman B. A. and Brownel K. D.* Implicit anti-fat bias among health professionals: Is anyone immune? // *International Journal of Obesity*. 2001. Vol. 25. Issue 10.
27. *Thompson J. K. (Ed).* *Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for assessment and treatment* // Washington, 2003, DC: American Psychological Association.

## Social and psychological factors of physical perfectionism and body dissatisfaction

**P. M. Tarhanova,**

*PhD student, chair of clinical psychology and psychotherapy, department of psychological counseling, Moscow State University of Psychology and Education*

**A. B. Kholmogorova,**

*doctor of psychology, professor, head of chair of clinical psychology and psychotherapy, department of psychological counseling, Moscow State University of Psychology and Education, head of laboratory of clinical psychology and psychotherapy, Moscow research institute of psychiatry, Federal agency for healthcare and social development*

The article is devoted to the discussion of psychological and social factors which influence the forming and sustaining of physical perfectionism and body dissatisfaction. Main national studies of physical perfectionism as a separate phenomenon and one of significant factors of emotional ill-being of adolescents and young people are analyzed. The article acknowledges deficit of such studies and gives a review of foreign works devoted to research of body dissatisfaction regarding it as a manifestation of physical perfectionism. It presents the results of foreign studies which show contribution of sociocultural, family and personal factors to origination of body dissatisfaction. It also examines harmful consequences of this phenomenon: eating disorders, involvement in various activities associated with physical health risks, affective disorders and suicidal readiness.

**Keywords:** perfectionism, physical perfectionism, body dissatisfaction, psychosocial factors, emotional ill-being, adolescents, young people.

### References

1. Arina G. A., Martynov S. E. Sredstva massovoj informacii kak faktor vozniknovenija ozabochnosti sobstvennoj vneshnost'ju v junosheskom vozraste // Kul'turno-istoricheskaja psihologija. 2009. № 4.
2. Garanjan N. G. Perfekcionizm i psihicheskie rasstrojstva (obzor zarubezhnyh empiricheskikh issledovanij) // Sovremennaja terapija psihicheskikh rasstrojstv. 2006. № 1.
3. Dadeko A. A. Fizicheskij perfekcionizm i emocional'nye narushenija v sovremennoj kul'ture // Diplomnaja rabota. M.: MGPPU, 2006.
4. Travova (Paramonova) V. V. Sootnoshenie normal'nyh i patologicheskikh perfekcionnyh tendencij. Predvaritel'nye razmyshlenija // Sovremennaja psihologija: ot teorii k praktike: Mat-ly XV konf. studentov, aspirantov i molodyh uchenyh «Lomonosov-2008». Sekcija «Psihologija». Ch. 2. M., 2008.
5. Kholmogorova A. B. Teoreticheskie i empiricheskie osnovanija integrativnoj psihoterapii rasstrojstv affektivnogo spektra // Diss. ... d-ra psihol. nauk. M., 2006.
6. Kholmogorova A. B., Dadeko A. A. Fizicheskij perfekcionizm kak faktor rasstrojstv affektivnogo spektra v sovremennoj kul'ture // Medicinskaja psihologija v Rossii. 2010. № 3. Elektronnaja versija: <http://medpsy.ru>.
7. Jakobi M. E. Svjaz' fizicheskogo perfekcionizma i emocional'nogo blagopoluchija u mladshih podrostkov // Diplomnaja rabota. M.: MGPPU, 2009.
8. Bardone-Cone A. M., Cass K. M., Ford J. A. Examining body dissatisfaction in young men within a biopsychosocial framework // Body Image. 2008. Vol. 5. Issue 2.
9. Davis K. Reshaping the female body: The dilemma of cosmetic surgery // N.Y.: Routledge, 1995.
10. Davis C., Elliott S., Dionne M., Mitchell I. The relationship of personality factors and physical activity to body satisfaction in men // Personality and Individual Differences. 1991. Vol. 12. Issue 7.



11. *Downeya C. A. and Chang E. C.* Perfectionism and symptoms of eating disturbances in female college students: Considering the role of negative affect and body dissatisfaction // *Eating Behaviors*. 2007. Vol. 8. Issue 4.
12. *Grogan S.* Body Image. Understanding Body dissatisfaction in Men, Women and Children // London and New York: Routledge, 2007.
13. *Hargreaves D. A. and Tiggemanna M.* Idealized media images and adolescent body image: "comparing" boys and girls // *Body Image*. 2004. Vol. 1. Issue 4.
14. *Helfert S. and Warschburgera 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. Issue 2.
15. *Kim Dong-Sik.* Body image dissatisfaction as an important contributor to suicidal ideation in Korean adolescents: Gender difference and mediation of parent and peer relationships // *Journal of Psychosomatic Research*. 2009. Vol. 66. Issue 4.
16. *Mussap A. J.* Acculturation, body image, and eating behaviours in Muslim-Australian women // *Health place*. 2009. Vol. 15. Issue 2.
17. *Neumark-Sztainer D., Paxton S. J., Hannon P. J., Haines J. and Story M.* Does body satisfaction matter? Five-year longitudinal associations between body satisfaction and health behaviours in adolescent females and males // *Journal of Adolescent Health*. 2006. Vol. 39. Issue 2.
18. *Paquettea M.-C. and Raine K.* Sociocultural context of women's body image // *Social Science and Medicine*. 2004. Vol. 59. Issue 5.
19. *Pope H. G., Phillips K. A. and Olivardia R.* The Adonis complex: The secret crisis of male body obsession. N. Y., 2000.
20. *Ricciardelli L., McCabe M. and Banfield S.* Body image and body change methods in adolescent boys: Roles of parents, friends and the media // *Journal of Psychosomatic Research*. 2000. Vol. 49. Issue 3.
21. *Rodgers R. F., Paxton S. J. and Chabrola H.* Effects of parental comments on body dissatisfaction and eating disturbance in young adults: A sociocultural model // *Body Image*. 2009. Vol. 6. Issue 3.
22. *Rodgers R. F., Salès P. and Chabrola H.* Psychological functioning, media pressure and body dissatisfaction among college women // *Revue Européenne de Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*. 2010. Vol. 60. Issue 2.
23. *Sherry S. B., Hewit, P. L., Lee-Bagglely D. L., Flett G. L. & Besser A.* Perfectionism and thoughts about having cosmetic surgery performed // *Journal of Applied Biobehavioral Research*. 2004. Vol. 9. Issue 4.
24. *Stice E., Hayward C., Cameron R. P., Killen J. D., Taylor C. B.* Body-Image and Eating Disturbances Predict Onset of Depression Among Female Adolescents: A Longitudinal Study, Original Research Article // *Journal of Abnormal Psychology*. 2000. Vol. 109. Issue 3.
25. *Striegel-Moore R. H., Kearney-Cooke A.* Exploring parents' attitudes and behaviors about their children's physical appearance // *International Journal of Eating Disorders*. 1994. Vol. 15. Issue 4.
26. *Teachman B. A. and Brownel K. D.* Implicit anti-fat bias among health professionals: Is anyone immune? // *International Journal of Obesity*. 2001. Vol. 25. Issue 10.
27. *Thompson J. K. (Ed).* Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for assessment and treatment // Washington, 2003, DC: American Psychological Association.