Купряхина Арина Романовна
студентка
Научный руководитель
Куликова Татьяна Ивановна
канд. психол. наук, доцент, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
г. Тула, Тульская область

ЭМПИРИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОРТРЕТА ДЕВОЧЕК-ПОДРОСТКОВ С ПРИЗНАКАМИ БЬЮТИ-АДДИКЦИИ

Аннотация: *в работе анализируется феномен бьюти-зависимости среди девушек подросткового возраста, рассматриваемый как индикатор психологической нестабильности в эпоху тотальной цифровизации и навязанных медиастандартов красоты. В ходе эмпирического анализа, охватившего группу семиклассниц (n=10), были определены доминирующие черты личности, склонной к фиксации на собственной внешности: деформация образа тела, острая нужда в общественном признании, боязнь проявления индивидуальности и зависимость от оценочных суждений в интернет-пространстве.*

Ключевые слова: *бьюти-аддикции, девочки подростки, самооценка, зависимость, образ тела.*

В эпоху цифровизации визуальный имидж превращается в главный индикатор социального статуса, что особенно остро проявляется в подростковой среде, погружённой в виртуальное общение. Согласно отчёту «Ростелекома» за 2024 год, подростки в возрасте от 12 до 17 лет ежедневно тратят около 6,5 часов на интернет-активность [6].

Контент в социальных сетях, а также широкое использование инструментов ретуши создают у девушек нереалистичные стандарты красоты [1]. Не менее

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

важным является семейный микроклимат: трансляция родителями культа внешности, оценочные суждения в адрес ребёнка или фиксация на собственных физических несовершенствах провоцируют у подростка деструктивное восприятие собственной личности [2; 4]. Когда внешность становится доминирующим критерием самооценки, подросток становится крайне восприимчив к внешнему негативу, что закономерно влечёт за собой рост тревожности и деградацию психологического благополучия [4; 5].

Для анализа психологического профиля учениц подросткового возраста, склонных к бьюти-аддикции, было организовано эмпирическое исследование на площадке МБОУ «Центр образования №36» (г. Тула). Выборку составили 18 семиклассниц (12–13 лет). На основе первичного скрининга была сформирована фокус-группа из 10 учениц, у которых отношение к собственной внешности проявилось наиболее ярко.

Данные, полученные с помощью анкеты М. В. Бульц, свидетельствуют о значительной распространённости аддиктивных паттернов: подавляющее большинство опрошенных (94,4%) выразили желание скорректировать свою внешность, а 83,3% ориентируются на актуальные модные тренды. Более половины девочек (55,6%) используют бьюти-практики как главный инструмент саморегуляции самооценки, а 50% испытывают зависимость от социального одобрения в сети (мониторинг лайков). Кроме того, зафиксированы тревожные показатели: половина девочек уже практикуют диеты, а более четверти (27,8%) испытывают психологический дискомфорт при выходе из дома без макияжа или укладки.

Согласно результатам по методике В. А. Лабунской, у 70% девочек зафиксировано выраженное желание совершенствовать свой внешний вид, при этом аналогичный процент опрошенных демонстрирует средний или высокий уровень удовлетворённости собой. Данная корреляция даёт основания полагать, что внимание к внешности у большинства девочек продиктовано стремлением к самопрезентации и соответствию актуальным социальным стандартам, а не деструктивной тревожностью. Тем не менее 20% выборки демонстрируют повышенную

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

фиксацию на облике, что выделяет их в категорию риска, нуждающуюся в психологическом сопровождении.

Анализ школьной тревожности по тесту Б. Филлипса показал, что выборка разделилась поровну: половина девочек (5 человек) демонстрирует нормативный уровень тревожности, что отражает их психологическую устойчивость. У второй половины участниц зафиксированы повышенные и высокие показатели, свидетельствующие о выраженном эмоциональном напряжении, детерминированном школьной средой. Ключевым деструктивным фактором стал страх самовыражения, выявленный у 60% опрошенных, что указывает на сложности в трансляции собственных взглядов и эмоций. Кроме того, у 4 участниц обнаружен высокий уровень страха не оправдать ожидания окружающих. Данный результат свидетельствует о наличии психологического давления со стороны педагогов, родителей или сверстников, вызывающего у подростков опасения не соответствовать заданным стандартам.

По методике диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн можно выделить следующие выводы: адекватную самооценку демонстрируют 5 человек (50%), представители этой группы объективно оценивают свои способности, не склонны ни к преувеличению, ни к занижению своих качеств. Завышенную самооценку имеют 4 участника (40%), среди которых наблюдается тенденция к преувеличению собственной значимости, затруднения в восприятии критики и нежелание признавать ошибки и неудачи. Заниженная самооценка выявлена у 1 человека (10%), что свидетельствует о неуверенности в себе, склонности к самокритике и страхе не соответствовать ожиданиям.

Что касается расхождения между желаемым уровнем (притязаниями) и реальной самооценкой, то у 3 респондентов (30%) отмечается отрицательное расхождение, когда притязания превышают самооценку. У остальных 7 человек (70%) наблюдается положительное или близкое к нулю расхождение. Эти результаты могут трактоваться двояко: либо как признак гармоничного самоощущения, при котором подросток доволен собой и не ставит перед собой чрезмерных

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

целей, либо как защитный механизм, когда человек снижает свои притязания, чтобы избежать возможных неудач и разочарований.

В ходе эмпирического исследования была предпринята попытка обнаружить симптомы бьюти-аддикции у представительниц подростковой группы. Установлено, что внимание к собственной внешности у респонденток обусловлено стремлением к актуализации индивидуальности, интересом к современным модным тенденциям и навыками самопрезентации, а не деструктивными факторами, такими как личностная тревожность или низкая самооценка. Подобная модель поведения является возрастной нормой для девочек-подростков.

В рамках проведённого анализа удалось классифицировать два психологических типа подростков, склонных к бьюти-аддикции.

Первый тип – компенсаторный. Для данной группы свойственны низкая самооценка, тревожность и фиксация на собственной внешности. Бьюти-практики здесь выступают механизмом психологической компенсации: девушка пытается восполнить дефицит уверенности через внешние атрибуты. Характерны социальная тревожность, зависимость от виртуального одобрения (лайков), жёсткие ограничения в питании и невозможность появиться на людях без тщательного макияжа. В основе лежит острая потребность в признании окружающими.

Второй тип – нарциссически уязвимый. Характеризуется завышенной самооценкой при одновременном стремлении к недостижимому идеалу. Несмотря на внешнюю демонстрацию уверенности, такие подростки крайне болезненно реагируют на критику и боятся совершить ошибку. Уход за собой и следование трендам для них – способ поддержания безупречного имиджа. Любое посягательство на этот образ провоцирует сильный стресс.

Несмотря на то что оба типа объединяет зависимость от оценки в соцсетях и использование бьюти-индустрии для саморегуляции, их глубинные психологические причины различаются. Это диктует необходимость применения индивидуальных стратегий в социально-педагогической работе.

Список литературы

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

1. Бачинина, П. А. Профилактика бьюти-аддикции среди девочек-подростков / П. А. Бачинина, Т. А. Заглодина // Формы и методы социальной работы в различных сферах жизнедеятельности. – 2024. – № 13. – С. 29–31.

2. Взаимосвязь стилей семейного воспитания и отношения подростков к образу тела / Н. М. Кадыралиев, И. А. Агеева, А. М. Чымырбаева, И. Х. Булатаева // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2016. – № 3. – С. 6–16.

3. Патрикеева, Э. Г. Влияние социальных стандартов красоты на формирование сверхценного отношения личности к своей внешности / Э. Г. Патрикеева, В. А. Капина // Мир педагогики и психологии. – 2020. – № 2 (43). – С. 77–84.

4. Пирогова, О. Д. Удовлетворенность образом я и межличностные отношения у старших подростков / О. Д. Пирогова, В. Е. Василенко // Мир науки. Педагогика и психология. – 2022. – № 2. – С. 1–13.

5. Глухих, С. И. Подростковые комплексы, связанные с внешностью: профилактика и коррекция / С. И. Глухих // Социальная педагогика. – 2011. – № 4. – С. 60–66.

6. Дети – ваши будущие клиенты: «Ростелеком» изучил особенности медиапотребления поколения Альфа // Ростелеком. Технологии возможностей. – URL: https://company.rt.ru/press/news/d472042/?ysclid=mgd9nw5i9i838168448 (дата обращения: 04.10.2025). – Текст : электронный.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)