

**Иванов Дмитрий Викторович**  
канд. психол. наук, ФГБОУ ВО «Самарский государственный социально-педагогический университет»,  
г. Самара, Российская Федерация  
**e-mail:** avatary@yandex.ru

**Хохрина Алина Александровна**  
студент, ФГБОУ ВО «Самарский государственный социально-педагогический университет», г. Самара, Российская Федерация  
**e-mail:** khokhrina.a@psga.ru

**Ivanov Dmitrii**  
Candidate of Psychological Sciences,  
Samara State University of Social  
Sciences and Education, Samara, Russia  
**e-mail:** avatary@yandex.ru

**Khokhrina Alina**  
Student, Samara State University of Social  
Sciences and Education, Samara, Russia  
**e-mail:** khokhrina.a@psga.ru

## ОБРАЗ ТЕЛА У ПОДРОСТКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

**Аннотация.** Рассмотрены особенности восприятия подростками собственной внешности как фактора появления нарушений пищевого поведения. Проведен анализ литературы по проблеме психологических особенностей отношения к себе и к своему телу. Отмечено, что отношение к себе и собственному телу может стать причиной возникновения нарушений пищевого поведения. Рассмотрена роль средств массовой информации, способных спровоцировать рост количества расстройств пищевого поведения. Описан эксперимент, анализ результатов изучения особенностей пищевого поведения у подростков, неудовлетворенных собственной внешностью. Показано, что подростки, неудовлетворенные своей внешностью, часто прибегают к ограничительному и экстремальному пищевому поведению.

**Ключевые слова:** подростковый возраст, аддиктивное поведение, девиантное поведение, пищевое поведение, образ тела, восприятие собственной внешности.

**Цитирование:** Иванов Д.В., Хохрина А.А. Образ тела у подростков с нарушениями пищевого поведения//Вестник университета. 2019. № 6. С. 198–204.

## BODY IMAGE AMONG ADOLESCENTS WITH EATING DISORDERS

**Abstract.** The features of perception by adolescents of their own appearance as a factor favoring the emergence of eating disorders have been considered. The analysis of literature on psychological characteristics of people's attitudes to themselves and their bodies has been made. It has been noted, that people's attitudes to themselves and their bodies can cause eating disorders. The role of the media, which can provoke growing number of eating disorders, has been considered. The experiment, analysis of the research results of features of eating behavior among adolescents, dissatisfied with their own appearance, has been described. It has been shown, that adolescents, unsatisfied with their own appearance, often resort to restrictive and external eating behavior.

**Keywords:** adolescence, addictive behavior, deviant behavior, eating behavior, body image, perception of own appearance.

**For citation:** Ivanov D.V., Khokhrina A.A. Body image among adolescents with eating disorders (2019) Vestnik universiteta, I. 6, pp. 198–204. doi: 10.26425/1816-4277-2019-6-198-204

Психологическая проблема отклонений в пищевом поведении сегодня приобретает все большую актуальность. Ввиду возрастных психологических особенностей отношения к себе и к своему телу, перестройки самооценки, формирования новых интимно-личностных отношений, повышения значимости внимания со стороны представителей противоположного пола, особенно актуальны вопросы пищевого поведения становятся для подростков. В средствах массовой информации активно распространяются идеи о том, что худоба является залогом успеха в жизни. Такие идеи, а также сложившиеся в общественном мнении представления о красоте как мужской, так и, в особенности, женской, оказывают влияние на представления подростков о себе и своем теле, определяют образ тела, и, в конечном счете, пищевое поведение подростка.

Анализ современной психолого-педагогической литературы, а также сложившейся системы воспитания подрастающего поколения показывает, что основное внимание в современной системе образования «уделяется

© Иванов Д.В., Хохрина А.А., 2019. Статья доступна по лицензии Creative Commons «Attribution» («Атрибуция») 4.0. всемирная (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

The Author(s), 2019. This is an open access article under the CC BY 4.0 license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).



развитию у субъекта психофизических качеств, связанных с выполнением локомотивных и оперативных действий, необходимых ему для социального взаимодействия. Телу отводится роль пассивного образования» [6, с. 46]. «Применение современной модели образования может иметь одним из побочных результатов то, что человек отчуждает от себя собственное тело» [15, с. 102]. Такое отношение к себе и собственному телу может стать причиной, приводящей, в конечном счете, к нарушениям пищевого поведения, появлению пищевой зависимости.

Повышенное внимание подростка к своей внешности, болезненное отношение к любому отклонению от нормы во внешности, часто приводят к стойкому беспокойству, неуверенности в себе и даже в крайних случаях к дисморфофобии. Чрезмерная обеспокоенность мыслями о себе, своем теле, весе, еде, «подчиняет» подростка, влияет на его эмоциональное состояние. В подростковом возрасте часто наблюдается неудовлетворенность своим телом, и это сказывается на самооценке, повышая риск появления нарушений пищевого поведения.

Количество подростков, озабоченных своей внешностью, постоянно растет, что приводит к все более частым случаям одержимости, которые могут перерасти в расстройства пищевого поведения, мешающие нормальной жизни подростка, и отрицательно сказывающиеся на его здоровье [4; 5]. Несмотря на возможные отрицательные последствия неправильно сформированного образа тела, эта тема не нашла должного раскрытия в трудах психологов [10; 11; 16]. Как указывает М. Ю. Дурнева, существует «недостаток сведений о распространенности риска нарушений пищевого поведения в российской неклинической популяции» [10, с. 6]. Это и определило актуальность нашего исследования, посвященного изучению особенностей образа тела у подростков с пищевой зависимостью.

Подростковый возраст – стадия онтогенетического развития, которая находится между детством и взрослостью. Обычно он характеризуется как переходный, переломный, критический, трудный и возраст полового созревания. Подростковый возраст проходит в два этапа: младший и старший подростковый возраст. Границы подросткового возраста в медицинской, психологической, педагогической, социологической и юридической литературе понимаются по-разному, но примерно совпадают с обучением детей в средних и старших классах [2; 8].

Подростковый возраст также называется пубертатным периодом. В этом возрасте происходят кардинальные изменения в организме ребенка. У некоторых подростков ростовой скачок и наступление полового созревания наступают слишком рано или позднее, чем у большинства сверстников. Это характеризуется несопадением биологического и паспортного возраста. Особенность общей задержки или ускорение полового и физического развития следует учитывать в школьной программе.

К концу полового созревания наиболее интенсивно происходит увеличение массы мышц и возрастание мышечной силы. Увеличение мышечной силы расширяет физические возможности подростка. Но перестройка организма сопровождается потерей гармонии в движениях, появляются трудности во владении собственным телом. Это может сопровождаться неуверенностью в себе и повышенным интересом к своей внешности, задумываясь о нормах роста, размера пропорций тела и т. д. [1].

Т. В. Драгунова говорит о повышенной значимости внешности в подростковом возрасте. Значимость внешности преувеличена, поэтому очень остро переживаются все изъяны, как мнимые, так и действительные, что приводит к снижению самооценки. Кожа, неправильные черты лица, лишний вес, худоба, непропорциональность частей тела расстраивают, а иногда приводят к чувству неполноценности и замкнутости [9]. Темп полового созревания оказывает большое воздействие на образ физического «Я» и самосознание подростка. Дети с более поздним созреванием оказываются в выгодном положении.

Т. В. Драгунова говорит о наличии прямой связи между физической привлекательностью и социальным статусом в подростковом сообществе [9]. Идеи физического недостатка у подростков являются благоприятным фоном для возникновения дисморфомании или дисморфофобии [18]. Смягчают тяжелые эмоциональные реакции подростков на свою внешность доверительные отношения с близкими людьми, которые проявляют понимание и тактичность.

Важными отличительными признаками подросткового возраста выступают фундаментальные изменения, которые происходят в сфере самосознания, в структуру которого входят представления о собственном теле, образ тела [6].

По мнению В. В. Николаевой, подросток на основе телесных ощущений начинает воспринимать себя отделенным от внешнего мира. В подростковом возрасте представления о своем теле оказывают большое воздействие на развитие самосознания [3].

В большинстве случаев в подростковом возрасте неадекватное восприятие внешности и озабоченность каким-либо дефектом внешности может привести к нарушениям пищевого поведения, таким как булимия или анорексия.

Рассмотрим более подробно особенности и причины формирования пищевых нарушений в подростковом возрасте. Подростковый возраст сопровождается цепью противоречий, конфликтов и характерных для этого трудного возраста беспокойств, одним из которых, считается беспокойство подростка по поводу своего внешнего вида. Расстройства пищевого поведения у подростков чаще всего связаны с заниженной самооценкой, негативными чувствами и мыслями по поводу своего веса, в следствие чего вырабатывается определенная система питания и привычек, нарушающих нормальное функционирование организма.

В. Д. Менделевич под пищевым поведением понимает «ценностное отношение к пище и ее приему, стереотип питания в обыденных условиях и в ситуации стресса, ориентация на образ собственного тела и деятельность по его формированию» [13, с. 406]. «Пищевое поведение человека включает в себя не только удовлетворение физиологических и биологических, но также социальных и психологических потребностей» [7, с. 102]. Таким образом, авторы приходят к выводу о необходимости отделения проблемы потребления от проблем изучения процесса пищеварения [13].

Также обсессивно-компульсивные и тревожные расстройства могут стать причиной распространения среди подростков нарушений пищевого поведения. Иногда к группе риска возникновения этой проблемы можно отнести наличие проблем в семье подростка. Как показывают последние исследования, средства массовой информации также способны спровоцировать рост среди подростков количества расстройств пищевого поведения [12; 14]. Большинство знаменитостей в кино, рекламе, в спортивных программах и на телевидении очень худощавы, что наталкивает подростков, в первую очередь девушек, на мысль «худоба – идеал красоты». Молодые люди также подвержены влиянию средств массовой информации и могут пытаться подражать «идеальным образам» мужчин [19]. Они начинают резко ограничивать свое питание или же, наоборот, принудительно наращивают мышечную массу, соблюдая для этого определенные правила пищевого поведения. Расстройства пищевого поведения у большинства подростков появляются в возрасте от 11 до 13 лет. Подростки, у которых развиваются эти расстройства, зачастую имеют низкую самооценку и концентрируются на своем весе и внешности, как на единственном средстве, позволяющем, по их мнению, обрести чувство уверенности в себе.

К основным пищевым зависимостям – аддикциям относят нервную анорексию и нервную булимию. «Общими для них являются следующие параметры:

- озабоченность контролем веса собственного тела;
- искажение образа своего тела;
- изменение ценности питания в иерархии ценностей» [13, с. 406].

Нервная анорексия – это «преднамеренное снижение веса, которое вызывается и поддерживается самим индивидом» [13, с. 407]. Такое пищевое поведение характеризуется отказом от пищи, что как правило, связано с недовольством своей внешностью, избыточной, по мнению самого подростка, полнотой. М. В. Коркина выделяет следующие «стадии нервной анорексии:

- инициальная;
- активной коррекции;
- кахексии;
- редукции синдрома» [11].

Нервная булимия «характеризуется повторяющимися приступами переедания, невозможностью даже короткое время обходиться без пищи и чрезмерной озабоченностью контролем веса тела, что приводит подростка к принятию крайних мер для смягчения «полнящего» влияния съеденной пищи» [13, с. 407-408].

Компульсивное переедание – расстройство пищевого поведения, когда подросток за один прием съедает чрезмерное количество пищи.

Большинство подростков с расстройствами пищевого поведения имеют избыточный вес. Они подвергаются повышенному риску гипертонии и сердечно-сосудистых заболеваний. Многие подростки из-за своих пищевых привычек испытывают сильные чувства стыда и вины. Переедания подростки стараются держать в тайне. Может обнаружиться, что в доме пропадает большое количество пищи, также родители могут находить ее в комнате ребенка.

Таким образом, нервная булимия и нервная анорексия относятся к аддиктивному виду девиантного поведения. Если пищевые привычки подростка или его поведение, связанное с пищей, являются причиной значительного стресса или наносят ущерб, при этом не подпадая под критерии описанных расстройств, они все равно могут быть отнесены к расстройствам пищевого поведения.

Целью нашего исследования являлось выявление особенностей пищевого поведения у подростков, неудовлетворенных собственной внешностью. Для достижения поставленной цели нами был проведен теоретико-методологический анализ научной литературы по проблеме пищевой зависимости у подростков. Проведенный анализ литературы позволил обнаружить психологические характеристики нарушения самосознания «образа тела» в подростковом возрасте и подобрать апробированный стандартизированный методический инструментарий. Затем было проведено эмпирическое исследование склонности подростков к пищевой зависимости. При проведении исследования мы придерживались гипотезы о том, что склонность к пищевой зависимости зависит от особенностей восприятия подростком собственной внешности. Поэтому эмпирическое исследование включало в себя выявление взаимосвязи между показателями склонности к пищевой зависимости и компонентами отношения подростков к собственному телу.

Экспериментальное исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 33 и № 112 г. о. Самара. В исследовании приняли участие учащиеся 7 класса: 27 подростков в возрасте 13-14 лет. Из них 12 молодых людей и 15 девушек.

Исследование проходило в несколько этапов. На первом этапе исследования были определены цель и задачи исследования, объект и предмет; была сформулирована гипотеза и проведен анализ научной литературы, посвященной исследованию особенностей восприятия собственного тела и пищевой зависимости у подростков. На втором этапе осуществлялось планирование эксперимента, производился подбор и апробация методик для сбора эмпирического материала. На третьем этапе исследования была проведена диагностика пищевой зависимости и образа собственного тела подростков. Четвертый этап включает в себя формулирование основных результатов и выводов по проведенному исследованию.

В ходе исследования были использованы следующие психодиагностические методики: 1) опросник образа собственного тела (ООСТ), разработанный О. А. Скугаревским и С. В. Сивухой в Белорусском Государственном Университете [17]; 2) опросник пищевого поведения (DEBQ – Dutch Eating Behavior Questionnaire), созданный Т. Van Strien, J. E. Frijters, G. Bergers, P. B. Defares в 1986 г. на базе факультета питания человека и факультета социальной психологии Сельскохозяйственного университета (Нидерланды) [20].

Опросник образа собственного тела позволяет исследовать такие особенности отношения подростка к своему телу, как удовлетворенность или неудовлетворенность весом, формой тела, специфическими его частями и другие особенности. Опросник пищевого поведения (DEBQ) позволяет выявлять ограничительное, эмоциогенное и экстернальное пищевое поведение. Ограничительное пищевое поведение – это избыточные пищевые самоограничения и бессистемные слишком строгие диеты, к которым время от времени прибегают люди, имеющие избыточный вес. Экстернальное пищевое поведение – это реакция человека на внешние стимулы, такие как накрытый стол, принимающий пищу человек, реклама пищевых продуктов и т. п. При эмоциогенном пищевом поведении стимулом к приему пищи становится эмоциональный дискомфорт: человек ест не потому что голоден, а потому что неспокоен, тревожен, раздражен и т. п.

Перейдем к анализу результатов проведенного исследования. Для изучения удовлетворенности собственной внешностью использовался опросник образа собственного тела (ООСТ).

Анализ результатов исследования показал, что большинство подростков, а именно 59 %, удовлетворены собственной внешностью. Это свидетельствует о том, что у подростков нет нарушений самосознания «образа тела». Эти подростки не участвовали в анализе особенностей пищевого поведения. У 41 % опрошенных выявлена неудовлетворенность собственной внешностью, что свидетельствует о наличии у подростков нарушений в восприятии своего тела. У этих подростков исследовались особенности пищевого поведения.

Для выявления нарушений пищевого поведения у подростков использовался опросник пищевого поведения (DEBQ). Результаты представлены в таблице 1.

По результатам диагностики было обнаружено, что ограничительное пищевое поведение у 18 % подростков выражено на уровне нормы. Это свидетельствует о том, что у подростков нет проблем с ограничениями в пище, они позволяют себе принимать пищу свободно и при этом питаться достаточно «разумно», не переедать. У 45 %

подростков, неудовлетворенных собственной внешностью, ограничительное пищевое поведение ниже нормы, из чего можно сделать вывод, что подросток ест бесконтрольно, плохо осознает, что и как ест. Это свидетельствует о нарушении пищевого поведения. У 36 % подростков обнаружен результат выше нормы. Такие подростки осторожны в выборе еды, руководствуются принципом «полезности» и боятся набрать вес.

Таблица 1

**Результаты исследования особенностей пищевого поведения подростков неудовлетворенных собственной внешностью**

Виды пищевого поведения	Уровень выраженности поведения, %		
	Ниже нормы	Нормальный	Выше нормы
Ограничительное пищевое поведение	45	18	36
Эмоциогенное пищевое поведение	9	36	55
Экстернальное пищевое поведение	18	18	64

*Составлено авторами по материалам исследования*

Эмоциогенное пищевое поведение в норме характерно для 36 % испытуемых. Это говорит о том, что подросток не склонен «заедать» эмоции. У 9 % испытуемых наблюдается результат ниже нормы – это говорит о том, что подросток не прибегает к еде во время переживания эмоций. У 55 % подростков, неудовлетворенных собственной внешностью, выявленный результат выше нормы. Этим подросткам трудно справиться с эмоциональными переживаниями (как положительными, так и отрицательными). Чтобы справиться с эмоциями подростки прибегают к помощи еды. Эмоциональный дискомфорт, который испытывает подросток, становится стимулом к приему пищи.

Экстернальное пищевое поведение на уровне нормы обнаружено у 18 % подростков, и так же у 18 % выявлен показатель ниже нормы. Эти подростки не реагируют на такие внешние стимулы, как накрытый стол, реклама пищевых продуктов. У 64 % подростков, неудовлетворенных собственной внешностью, выявлены показатели выше нормы. Такой подросток – «безотказный» едок, ему сложно остановиться, начав есть, сложно удержаться при виде вкусной или просто лежащей на виду еды, что является расстройством пищевого поведения.

Таким образом, результаты проведенного исследования показали, что у подростков, неудовлетворенных собственной внешностью, выявлены особенности пищевого поведения. Было обнаружено, что подростки, неудовлетворенные собственной внешностью, либо принимают пищу бесконтрольно, плохо осознают, что и как едят, либо наоборот, осторожны в выборе еды, руководствуются принципом «полезности» и боятся набрать вес. Они с трудом справляются с эмоциональными переживаниями, и прибегают к помощи еды, чтобы справиться с эмоциями. Эмоциональный дискомфорт является своеобразным стимулом для подростка к приему пищи. Подросткам, неудовлетворенным собственной внешностью, сложно остановиться, начав есть, сложно удержаться при виде вкусной или просто лежащей на виду еды, что является расстройством пищевого поведения. Таким образом, можно сказать, что склонность к пищевой зависимости зависит от восприятия подростком собственной внешности. Подростки, неудовлетворенные своей внешностью, часто прибегают к ограничительному и экстернальному пищевому поведению.

*Библиографический список*

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология: учеб. пособ. / Г. С. Абрамова. – М.: академический проект, 2001. – 704 с.
2. Аверин, В. А. Психология детей и подростков: монография / В. А. Аверин. – М.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. – 379 с.
3. Айвазян, Е. Б. и др. Психосоматика: телесность и культура: учеб. пособ. / Е. Б. Айвазян, Г. А. Арина, Ю. П. Зинченко. – М.: Академический Проект, 2009. – 311 с.
4. Березкина-Орлова, В. Б. Телесная психотерапия. Бодинамика: монография / В. Б. Березкина-Орлова. – М.: АСТ: АСТ МОСКВА, 2010. – 409 с. Бескова, И. А. и др. Природа и образы телесности: монография / И. А. Бескова, Д. А. Бескова, Е. Н. Князева. – М.: Прогресс-Традиция, 2011. – 456 с.

5. Богданова, М. А. Становление образа телесного я как проблема рождения личности / М. А. Богданова//Психология телесности: теоретические и практические исследования. – Пенза, 2009. – С. 45-51.
6. Василькова, Ж. Г. Клиническая психология детей и подростков: учеб. пособ. / Ж. Г. Василькова. – Красноярск: Изд-во Красноярского гос. пед. ун-та им. В.П. Астафьева, 2015. – 156 с.
7. Выготский, Л. С. Психология: монография / Л. С. Выготский. – М.: Издательство ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.
8. Драгунова, Т. В. Подросток: монография / Т. В. Драгунова. – М.: Знание, 1976. – 213 с.
9. Дурнева, М. Ю. Формирование отношения к телу и пищевого поведения у девушек подросткового и юношеского возраста: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.13. – М., 2014. – 30 с.
10. Коркина, М. В. Дистормомания в подростковом и юношеском возрасте: монография / М. В. Коркина. – М.: Медицина, 1984. – 224 с.
11. Леушина, Е. А. и др. Донозологическая диагностика дезадаптивного пищевого поведения у лиц молодого возраста / Е. А. Леушина, Е. А. Морощенко, Е. А. Тукмачева//Сб. статей XII Международной научно-практической конференции «Наука и инновации в XXI веке: актуальные вопросы, открытия и достижения», Пенза, 05 марта 2019 г. – Пенза, 2019. – С. 226-228.
12. Менделевич, В. Д. Руководство по аддиктологии: монография / В. Д. Менделевич. – СПб.: Речь, 2007. – 768 с.
13. Михайлова, А. П. Пищевое поведение в норме, в условиях стресса и при патологии: библиографический обзор / А. П. Михайлова, А. В. Штрахова//Вестник Южно-Уральского государственного университета: серия Психология. – 2018. – Т. 11. – № 3. – С. 80-95.
14. Никитин, В. Н. Онтология телесности: Смыслы, парадоксы, абсурд: монография / В. Н. Никитин. – М.: Когито-Центр, 2006. – 320 с.
15. Рубан, Т. А. Изучение удовлетворенности подростков своим телом//Молодой ученый. – 2016. – № 28. – С. 829-831.
16. Скугаревский, О. А. Образ собственного тела: разработка инструмента для оценки / О. А. Скугаревский, С. В. Сивуха// Психологический журнал. – 2006. – № 2. – С. 40-48.
17. Справочник по психиатрии / Под ред. А. В. Снежневского. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Медицина, 1985. – 414 с.
18. Холмогорова, А. Б. Стандарты внешности и культура: роль физического перфекционизма и его последствия для эмоционального благополучия людей в нашу эпоху / А. Б. Холмогорова, П. М. Тарханова//Вопросы психологии. – 2014. – № 2. – С. 52-65.
19. Van Strien, T. [et al.]. The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior / T. Van Strien, J. E. Frijters, G. P. Bergers, P. B. Defares//International Journal of Eating Disorders. – 1986. – Vol. 5. – I. 2. – Pp. 295-315.

#### References

1. Abramova G. S. Vozrastnaya psikhologiya [*Age psychology*]. М.: akademicheskii proekt, 2001. 704 p.
2. Averin V. A. Psikhologiya detei i podrostkov [*Psychology of children and adolescents*]. М., 1998. 379 p.
3. Aivazyan E. B., Arina G. A., Zinchenko Yu. P. i dr. Psikhosomatika: telesnost' i kul'tura: [*Psychosomatics: corporality and culture*]. М.: Akademicheskii Proekt, 2009. 311 p.
4. Berezkina-Orlova V. B. Telesnaya psikhoterapiya. Bodinamika [*Body therapy. Bodydynamics*]. М.: AST: AST MOSKVA, 2010. 409 p.
5. Beskova I. A., Beskova D. A., Knyazeva E. N. Priroda i obrazy telesnosti [*Nature and images of corporeality*]. М.: Progress-Traditsiya, 2011. 456 p.
6. Bogdanova M. A. Stanovlenie obraza telesnogo ya kak problema rozhdeniya lichnosti [*The formation of the image of the corporeal self as the problem of the birth of personality*]. Psikhologiya telesnosti: teoreticheskie i prakticheskie issledovaniya [*The psychology of corporeality: theoretical and practical studies*]. Penza, 2009, pp. 45-51.
7. Vasil'kova Zh. G. Klinicheskaya psikhologiya detei i podrostkov [*Clinical psychology of children and adolescents*]. Krasnoyarsk, 2015. 156 p.
8. Vygotskii L. S. Psikhologiya [*Psychology*]. М.: Izdatel'stvo Eksmo-Press, 2000. 1008 p.
9. Dragunova T. V. Podrostok [*Teenager*]. М.: Znanie, 1976. 213 p.
10. Durneva M. Yu. Formirovanie otnosheniya k telu i pishchevogo povedeniya u devushek podrostkovogo i yunosheskogo vozrasta [*Formation of attitude to the body and eating behavior in adolescent and young age girls*]. Avtoref. Cand. Sci. (Psychology) diss. М., 2014. 30 p.
11. Korkina M. V. Dismorfomaniya v podrostkovom i yunosheskom vozraste [*Dismorphomania in adolescence and young adulthood*]. М.: Meditsina, 1984. 224 p.

12. Leushina E. A., Moroshchenko E. A., Tukmacheva E. A. Donozologicheskaya diagnostika dezadaptivnogo pishchevogo povedeniya u lits molodogo vozrasta [*Prenosological diagnostics of maladaptive eating behavior in young people*]. Nauka i innovatsii v XXI veke: aktual'nye voprosy, otkrytiya i dostizheniya [*Science and innovation in the XXI century: current issues, discoveries and achievements*]. Penza, March 05, 2019. Penza, 2019, pp. 226-228.
13. Mendelevich V. D. Rukovodstvo po addiktologii [*Addictology guide*]. SPb.: Rech', 2007. 768 p.
14. Mikhailova A. P., Shtrakhova A. V. Pishchevoe povedenie v norme, v usloviyakh stressa i pri patologii: bibliograficheskii obzor [*Eating behavior in normal, stress and disease: a bibliographic review*]. Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psikhologiya [*Bulletin of South Ural State University: psychology series*], 2018, Vol. 11, I. 3, pp. 80-95.
15. Nikitin V. N. Ontologiya telesnosti: Smysly, paradoksy, absurd [*Ontology of corporeality: Meanings, paradoxes, absurdity*]. M.: Kogito-Tsentr, 2006. 320 p.
16. Ruban T. A. Izuchenie udovletvorennosti podrostkov svojim telom [*The study of satisfaction of adolescents with their body*]. Molodoi uchenyi [*Young scientist*], 2016, I. 28, pp. 829-831.
17. Skugarevskii O. A., Sivukha S. V. Obraz sobstvennogo tela: razrabotka instrumenta dlya otsenki [*The image of his own body: the development of an instrument to assess*]. Psikhologicheskii zhurnal [*Psychological journal*], 2006, I. 2, pp. 40-48.
18. Spravochnik po psikiatrii [*Handbook of psychiatry*]; pod red. A.V. Snezhnevskogo. 2-e izd., pererab. i dop. M.: Meditsina, 1985. 414 p.
19. Kholmogorova A. B., Tarkhanova P. M. Standarty vneshnosti i kul'tura: rol' fizicheskogo perfektsionizma i ego posledstviya dlya emotsional'nogo blagopoluchiya lyudei v nashu epokhu [*Standards of appearance and culture: the role of physical perfectionism and its consequences for the emotional well-being of people in our era*]. Voprosy psikhologii [*Issues of Psychology*], 2014, I. 2, pp. 52-65.
20. Van Strien T., Frijters J. E., Bergers G. P., Defares P. B. The Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ) for assessment of restrained, emotional, and external eating behavior. *International Journal of Eating Disorders*, 1986, Vol. 5, I. 2, pp. 295-315.