

DOI: <https://doi.org/10.18454/PSY.2024.3.3>

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПРЕДСТАВЛЕНИЮ О ТЕЛЕСНОСТИ У СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Научная статья

Юрченко Е.В.^{1,*}

¹ORCID : 0009-0008-9714-9405;

¹Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова, Симферополь, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (yurchenko.e07[at]icloud.com)

Аннотация

Статья посвящена феномену телесности как одной из ключевой тем в современном мире и психологии. В данной статье рассматривается понятие телесность с позиции разных авторов и подходов. Даются теоретические положения, определяющие структуру и сущность феномена телесности в научной психологической литературе. Авторы обращают внимание на биологические, социальные и психологические факторы формирования представлений о телесности среди современной молодежи. Также рассматриваются вопросы взаимосвязи телесности и самооценки, взаимосвязи между психическим и физическим состоянием молодежи и ее влиянием на телесность. Особое внимание уделяется психологическим особенностям телесности у современной молодежи и факторам, которые влияют на формирование отрицательного или положительного отношения к своему телу.

Ключевые слова: телесность, личность, современная молодежь, формирование телесности.

THEORETICAL APPROACHES TO THE UNDERSTANDING OF CORPOREALITY AMONG MODERN YOUTH

Research article

Yurchenko Y.V.^{1,*}

¹ORCID : 0009-0008-9714-9405;

¹Crimean Engineering and Pedagogical University named after Fevzi Yakubov, Simferopol, Russian Federation

* Corresponding author (yurchenko.e07[at]icloud.com)

Abstract

The article is dedicated to the phenomenon of corporeality as one of the key topics in the modern world and psychology. This paper examines the concept of corporeality from the position of different authors and approaches. Theoretical provisions defining the structure and essence of the phenomenon of corporeality in scientific psychological literature are given. The authors pay attention to biological, social and psychological factors of formation of representations of corporeality among modern youth. The questions of interrelation of corporeality and self-esteem, interrelation between mental and physical state of youth and its influence on corporeality are also studied. Particular focus is given to the psychological features of corporeality among modern youth and the factors that influence the formation of negative or positive attitudes towards their bodies.

Keywords: corporeality, personality, modern youth, formation of corporeality.

Введение

Одной из самых важных задач в современном мире является познание себя. Современная молодежь оказывается под влиянием различных факторов, которые существенно влияют на ее психологические особенности. Одним из таких факторов является телесность – чувственное и эмоциональное отношение к своему телу.

Телесность в современном мире стала одной из ключевых тем в психологии. На данный момент термин «телесность» довольно часто встречается в различных психологических изданиях. Тем не менее «телесность» не отождествляется с понятием тела в его физическом понимании. Как утверждал Тхостов А.Ш., тело не относится к отдельной области исследования психологии, есть минимум две области которых невозможно избежать: телесное восприятие и произвольный контроль тела за его функциями [15].

Объектом теоретического изучения выступает молодежь в возрасте от 18 до 25 лет.

Телесность у современной молодежи обусловлена несколькими факторами. Во-первых, современная молодежь все чаще сталкивается с проблемами самооценки и негативным отношением к своему телу, что может привести к различным психологическим расстройствам. Во-вторых, в эпоху интернета и социальных сетей молодые люди подвержены постоянному воздействию идеализированных норм красоты, что может повлиять на их самопонимание и отношение к своему телу. Эти факторы создают необходимость глубокого исследования психических состояний и эмоциональных переживаний молодежи в отношении телесности.

Анализ литературы

Изучение телесности как предмета психологических исследований предполагает анализ соотношения психического и физиологического аспекта и их совокупности в целом. Кроме того, понятия «тело» и «телесность» различны. «Тело» обычно ассоциируется с фиксированным, относительно статичным и ограниченным анатомо-физиологическим объекте. Под «телесностью» понимаются психофизиологические, психосоматические и биоэнергетические выражения человеческого тела, связанные с активностью движения и возникающие в результате онтологического и социокультурного развития и происходят в аксиологическом пространстве социума [15].

Согласно Фрейд, телесность человека является полем проявления психических процессов. З. Фрейд разрабатывал концепцию конверсии для объяснения феноменов тела, не имеющих реальных физиологических причин, в теорию бессознательного. Она трактовалась как перевод неприятного субъектом содержания психики из сферы сознательной жизни во внешнюю сферу и проявление этого материала через тело. Когда-то конверсия рассматривалась как механизм образования симптомов при истерии; позже этот термин получил более широкое применение [16].

Л. Выготский считал, что развитие человека тесно связано с его культурным и историческим окружением, а телесность играет важную роль в этом процессе. «Телесность – это первый объект в онтогенезе, который мы осваиваем и преобразуем в универсальное средство общения и языка». Выготский утверждает в своей культурно-исторической теории, что особенность формирования телесности совпадает с центральной линией развития любой психической функции. Телесность является неотъемлемым условием и инструментом развития и, подобно другим функциям, приобретает символический характер, становится формой культуры [4].

Выготский также придавал большое значение развитию человека через использование инструментов и символов, которые являются продуктом культурной деятельности. Он утверждал, что использование инструментов, таких как язык, как средство взаимодействия с другими людьми, формирует нашу телесность и определяет наше восприятие себя и других [4].

Тхостов в своей монографии «Психология телесности» изучает единство человеческого тела и психики, приводит результаты исследования телесности в норме и при патологии, анализирует основные методологические вопросы, возникающие при изучении феномена телесности. Автор констатирует невозможность применения принципов объективного исследования к предлагаемой области психологии. Во-первых, в рамках такого объекта невозможно выйти за его границы. Во-вторых, человеческая телесность подвижна и активна. Как уже упоминалось, явление в данном круге может не иметь под собой объективного физического состояния, но может быть собственной причиной. Соответственно, они приобретают определенную степень субъективности, тогда как в рамках классических принципов объективного исследования план обязательно включает объекты и предметы. Согласно его психофизическому подходу, тело является универсальным зондом, которое должно распознаваться только на уровне границы, разделяющей мир и его субъекта. Он полностью зависит от темы. В нормальном состоянии тело бессознательно и кажется «прозрачным». Однако при физическом заболевании или при освоении новых движений, выходящих за привычные рамки, тело становится самостоятельным объектом сознания. В таких ситуациях он привлекает внимание и не может совершать определенные действия для достижения своих физических способностей [15].

Различные психологи подчеркивают, что телесность имеет свойства универсального феномена, которое пронизывает все аспекты человеческой жизни. А.В. Немцева указывает, что телесность выражает духовную сущность и связывает человека с абсолютным, а также соединяет нас с материальным миром и общественной средой [13]. В.П. Зинченко называет телесность пространством между живым телом и внешним материализованным духом [9]. Т.Э. Цветоус-Сальхова указывает, что телесность включает в себя два полюса: душу и тело. Телесность не тождественна телу, а представляет собой отдельное явление, состоящее из трех аспектов человеческой природы: тела, души и духа. Изучение телесности предполагает междисциплинарное взаимодействие [17].

Согласно Д. А. Бесковой, телесность представляет собой феноменологическую реальность, объединяющую биологические, психологические и социальные аспекты физического существования человека в мире. Она утверждает, что «телесность» является высшей психической функцией и представляет собой не только восприятия или самосознание, но и некоторые другие аспекты, формируемые в ходе совместной деятельности с другими [3].

Е.Э. Газорова выделяет несколько характеристик феномена телесности:

1. Телесность является результатом взаимодействия тела и духа.
2. Телесность является видимой и переживаемой частью души.
3. Телесность формируется от зачатия до смерти.
4. Механизмы формирования и состав телесности чрезвычайно сложны.
5. Телесность выражает смысловую систему человека, основанную на его отношении к смерти и жизни.
6. Все компоненты телесности соответствуют друг другу и взаимосвязаны [5].

О.Е. Баксанский указывает на следующие три типа развития концепции человеческой телесности: «В первом телесность как свойство, запечатое в пространстве жизни индивида, во втором, в пространстве связей между индивидами и пространством существования других индивидов, в-третьих, как свойство, запечатое в пространстве жизни индивида культурно-исторического пространства существования» [1].

Основополагающим в области психологии телесности считается исследование Т.С. Леви. Актуальность данного исследования обусловлена тем, что здесь феномен телесности понимается с точки зрения процесса его формирования, его структурных компонентов. Пространство между ними – это пространство переосмысления, появления нового смысла и пространство, где соединяются противоположности (душа и тело) [10].

Автор утверждает, что «концепция «телесности» возникла в результате медиативного процесса» (под медиацией здесь понимается процесс, направленный на переосмысление, т.е. выход за пределы устоявшейся логики и создание новых форм понятий), при создании новых смыслов для создания человеческой реальности, «как результат диалога двух противоположных полюсов души и тела». «Понятие «телесность» относится к пространству телесности, пространству средневековой культуры, и считается особым явлением и специфической предметной областью психологических исследований, занимающей пространство «между» душой и телом [10].

В молодом возрасте личность, развивающаяся в условиях кризиса или конфликта, сталкивается также с необходимостью «преодолеть социализацию» с необходимостью найти «пути к себе». Зинченко выделяет в своих работах что, телесность у молодежи связана, прежде всего, со следующими личностными характеристиками: эмоциональный интеллект, чувство собственного достоинства, уверенность, сочувствие и вовлеченность. Кроме того, было показано, что телесность меняется в ходе онтогенетического развития. Эти наблюдения помогают нам увидеть

сложность телесного развития в подростковом, юношеском и молодом возрасте как противоречивый, нелинейный процесс [9].

Молодой возраст является важным периодом психосоматического развития, так как это период психологического и физического кризиса. Исследования показывают, что эмоциональные факторы играют важную роль в регулировании телесного опыта и физического здоровья молодых людей. Одной из ключевых характеристик молодости является фундаментальное изменение в самосознании. Молодежь формирует представления о своем теле не только своими глазами, но и глазами других. Это важная часть самосознания. Процесс формирования образа собственного тела влияет на развитие общей уверенности в себе [2].

Немаловажный взгляд на телесность в молодом возрасте можно увидеть в экзистенциальном подходе Лэнгле, где истоками идентичности являются четыре реальности или настоящие истины: у меня есть тело; У меня есть чувства и переживания; Я не ощущаю себя «как объект»; Я могу действовать. Соответственно, образ «Я» включает в себя четырехмерное представление о себе: свой внешний вид, способности, качества и характеристики, свои умения и способности, свои действия [12].

Общество устанавливает определенные стандарты внешнего вида молодежи. По этим стандартам общество оценивает людей и либо принимает, либо отвергает их. Основы поведения пронизывают каждый аспект тела, включая одежду, красоту, прическу, диету и ритуалы, связанные с телом. Стремление адаптировать фигуру к требованиям общества может дать человеку ощущение своего положения в обществе. Общество определяет границы телесности и задает условия для того или иного образа жизни. У молодого поколения телесность воспринимается как набор символов, и человек постоянно сравнивает, соответствует ли его набор телесных форм с другими. Он судит себя и других через телесные символы и кодексы поведения [8].

Позитивная самоидентификация происходит в подростковом и молодом возрасте; поэтому у молодых людей этот процесс должен быть полностью зрелым и сформированным, как и мироощущение и самооценка молодого человека. Но, как известно, психологический возраст – это психосоциальное явление, при котором требования и условия развития определяются обществом. В настоящее время, по мнению многих экспертов: врачей, социологов, психологов, подростковый возраст затягивается из-за того, что молодые люди не вступают во взрослую жизнь в классические сроки, рекомендованные психологами [8].

У молодежи на данном этапе развития появляются следующие аспекты, связанные с телесностью:

1. Первое, что следует подчеркнуть, это стремление молодежи соответствовать стандартам красоты и идеалам физического совершенства. В современном мире, где важную роль играют средства массовой информации и социальные сети, молодые люди находятся под огромным давлением необходимости поддерживать идеальную форму тела. Это может привести к негативному отношению к собственному телу, появлению комплексов и низкой самооценки.

2. Вторым аспектом психологических особенностей телесности молодежи является взаимосвязь физического здоровья и психологического благополучия. Сегодня, когда молодые люди становятся менее физически активными и растет число различных психосоматических заболеваний, важно уделять особое внимание здоровому образу жизни и регулярным занятиям спортом. Физическая активность влияет не только на физическое состояние молодых людей, но и на их психическое здоровье, эмоциональное равновесие и самоконтроль.

3. Третий аспект, который следует учитывать при изучении психологических особенностей телесности молодежи, – это влияние общественного мнения на успешность и социальную ценность молодежи. В силу молодости и несовершенства личности молодые люди ограничены в своих жизненных перспективах, связанных с физическими параметрами. Постоянное осуждение со стороны других, суждения по внешнему виду и следование общепринятым стереотипам могут привести к низкой самооценке и ощущению неполноценности у молодых людей.

4. Наконец, важно отметить, что психологические особенности телесности молодых людей могут находиться в сильной зависимости от ситуативных и социокультурных факторов. В разных культурах и социальных группах может быть разное отношение к внешнему виду молодых людей, что влияет на то, как молодые люди воспринимают себя, свое тело и окружающих людей [8].

Чтобы преодолеть случайность и хаотичность в формировании тела современного человека, возникает концепция «тела без органов». Концепция «тела без органов», предложенная Ж. Делезом и Ф. Гваттари, позволяет человеку найти такую форму телесности, которая способна захватывать и кратковременные структуры, складывающиеся в обществе [6].

Социальное глубоко укоренено в обществе. Это человеческое тело, выраженное в формировании телесности.

1. Во-первых, изменения в обществе отражаются и влияют на изменения в организме.
2. Во-вторых, общество предоставляет людям необходимую структуру.
3. В-третьих, социальное признание норм, заложенных в тело, подтверждает существование человеческих особенностей.
4. В-четвертых, тело — это хранилище символов, а телесность – это выражение значений символов [6].

Основными факторами, влияющими на формирование собственной телесности у молодежи, является совокупность трех факторов: биологического, социологического и психологического. Для более подробного изучения данных составляющих, остановимся на каждом из них поподробнее [15].

1. Биологические факторы: пол, телосложение, возраст, особенности или дефекты внешности, хронические соматические заболевания, специфика сексуального опыта.

Телосложение является наиболее значимым биологическим фактором, влияющим на формирование отношения к телесности. У молодых людей часто наблюдается четкая связь между самоуважением и телосложением, что может быть связано с влиянием «тирании стройности». Молодые люди с недостаточным или избыточным весом или с недостатком мышечной массы часто сталкиваются со значительными трудностями при принятии своего тела.

Биологические факторы оказывают значительное влияние на формирование телесности у молодых людей. Так, к примеру, особенности или дефекты внешности могут влиять на то, как молодые люди воспринимают свое тело. Например, если у человека есть видимые особенности, такие как родинки, шрамы, прыщи или физические дефекты, он может чувствовать неудовлетворенность или неуверенность в своей внешности. На формирование телесности также может влиять специфика сексуального опыта. Если у парня или девушки был негативный опыт или травмирующая ситуация, скорее всего, впоследствии они могут начать испытывать отрицательные отношения к своему телу [11].

2. Социальные факторы: семейные факторы, СМИ и Интернет, сверстники, партнер, принадлежность к определенной группе.

Семейные факторы, влияющие на телесное формирование молодежи, можно разделить на генетические факторы и семейные ценности. К генетическим факторам влияния, мы относим: генетическую наследственность, которая может оказывать влияния на телесный облик молодежи. Если анализировать семейные ценности, то мы можем увидеть, что члены семьи могут иметь определенные ценности и убеждения относительно внешнего вида, здоровья, каких-либо установок по поводу телесности молодых людей. Данные семейные ценности перенимаются молодыми людьми и влияют на их восприятия относительно собственной телесности [7].

Важными факторами, влияющими, на формирование телесности у молодежи являются: сверстники и принадлежность к определенной группе. Взаимодействия со сверстниками может влиять на самооценку и желания молодежи изменить свою телесность. Например, комментарии и шутки по поводу внешности могут повлиять на самооценку и желание соответствовать определенным ожиданиям [8].

3. Психологические факторы: самооценка.

С появлением Интернета, развитием средств массовой информации, доступности и открытости информации, стереотипы о том, как должен выглядеть человек, заменяют актуальные представления о внешности. Молодые люди могут сравнивать себя с другими, в том числе со знаменитостями, данные сравнения могут влиять на их самооценку и восприятия собственной телесности. В период молодости, парни и девушки более всего склонны к сравнению друг друга. Восприятие своей внешности может повлиять на самооценку молодого человека. Самооценка может зависеть от того, насколько человек привлекателен с точки зрения своей внешности и соответствует ли он определенным стандартам красоты [11].

О.А. Скугаревский отмечает, что когда у человека искаженное представление о своей внешности, это может привести к низкой самооценке и возрастанию невротического разрыва.

Сочетание различных психологических факторов, которые влияют на формирование телесности, можно представить таким образом:

1. Как человек реально воспринимает свое тело с точки зрения его функциональных возможностей.

2. Психологические факторы, которые возникают в результате эмоциональных переживаний и жизненных ситуаций.

3. Социальные факторы, включая реакции окружающих людей и трактовку этих реакций.

4. Образ идеального тела, формирующийся на основе наблюдения, сравнения и идентификации с телесными характеристиками других людей [14].

Заключение

Анализ современных источников позволил детально рассмотреть и описать различные психологические подходы к представлению о телесности зарубежных и отечественных авторов. В различных подходах термин «человеческая телесность» является результатом онтогенетического и личностного развития, включающим в себя культурные, индивидуально-психологические и смысловые аспекты, которые составляют уникальность каждого человека. Многие психологи сходятся во мнении, что понятие «телесность» не может быть ограничена только понятием «тело». Телесность возникает в пространстве «между» существованием тела, организма и души, как если бы оно было субстратом, соединяющих их. В молодом возрасте формируются представление о своей телесности не только на основе собственного восприятия, но и через призму взглядов других людей. Формирование телесности происходит исключительно в онтогенезе.

Финансирование

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

Funding

Conflict of Interest

None declared.

Review

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

Список литературы / References

1. Баксанский О.Е. Когнитивный образ мира / О.Е. Баксанский, Е.Н. Кучер — Москва: Реабилитация, 2010. — 224 с.
2. Барабанова, Е.А. Телесность и ее роль в формировании самосознания молодежи: социокультурный анализ / Е.А. Барабанова // Молодежные исследования. — 2020. — Т. 2. — № 4. — С. 45-58.

3. Бескова Д.А. Телесность как пространственная структура / Д.А. Бескова — Москва: АСТ, 2007. — 252 с.
4. Выготский Л.С. Психология / Л.С. Выготский — Москва: ЭКСМО-Пресс, 2000. — 1008 с.
5. Газарова Е.Э. Психология телесности / Е.Э. Газарова — Москва: М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2002. — 192 с.
6. Делез Ж. Капитализм и шизофрения / Ж. Делез, Ф. Гваттари — Екатеринбург : У-Фактория, 2007. — 672 с.
7. Ефименко, А.В. Телесность и самовыражение молодежи в интернет-пространстве: социологический анализ / А.В. Ефименко // Социологические исследования. — 2019. — № 2. — С. 78-92.
8. Зими́на, О.И. Телесность и социальная идентичность молодежи: гендерный аспект / О.И. Зими́на // Гендерные исследования. — 2023. — Т. 5. — № 3. — С. 24-37.
9. Зинченко В.П. Психология телесности: между душой и телом / В.П. Зинченко, Т.С. Леви — Москва: АСТ, 2005. — 731 с.
10. Леви Т.С. Пространственно-телесная модель развития личности / Т.С. Леви // Психологический журнал Т-28. — 2008. — 1.
11. Лебедев, Г.П. Телесность и психологическое благополучие молодежи: психологический аспект / Г.П. Лебедев // Психологический журнал. — 2021. — Т. 3. — № 4. — С. 115-128.
12. Лэнгле А. Экзистенциальный анализ – найти согласие с жизнью / А. Лэнгле // Московский психотерапевтический журнал. — 2001. — 1.
13. Немцева А.В., К вопросу о социально-философском аспекте телесности / А.В. Немцева // Вклад Сибири в культурологическое пространство России. Материалы всероссийской научной конференции по культурологии. — Иркутск: Изд-во ИргТУ, 2009. — С. 58-61.
14. Скугаревский, О.А. Образ собственного тела: разработка инструмента для оценки / О.А. Скугаревский, С.В. Сивуха // Психологический журнал.
15. Тхостов А.Ш. Психология телесности / А.Ш. Тхостов — Москва: Смысл, 2002. — 287 с.
16. Фрейд З. Введение в психоанализ / З. Фрейд — Москва: Наука, 1989. — 456 с.
17. Цветоус-Сальхова Т.Э. К определению понятий «тело» и «телесность» / Т.Э. Цветоус-Сальхова // Профессиональное образование в современном мире. — 2012. — 2(5). — с. 101-108.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Baksanskij O.E. Kognitivnyj obraz mira [Cognitive image of the world] / O.E. Baksanskij, E.N. Kucher — Moskva: Reabilitatsija, 2010. — 224 p. [in Russian]
2. Barabanova, E.A. Telesnost' i ee rol' v formirovanii samosoznaniya molodezhi: sociokul'turnyj analiz [Corporality and its role in the formation of youth self-awareness: sociocultural analysis] / E.A. Barabanova // Molodezhnye issledovaniya [Youth Research]. — 2020. — Vol. 2. — № 4. — P. 45-58. [in Russian]
3. Beskova D.A. Telesnost' kak prostranstvennaja struktura [Corporeality as a spatial structure] / D.A. Beskova — Moskva: AST, 2007. — 252 p. [in Russian]
4. Vygotskij L.S. Psihologija [Psychology] / L.S. Vygotskij — Moskva: EKSMO-Press, 2000. — 1008 p. [in Russian]
5. Gazarova E.E. Psihologija telesnosti [Psychology of physicality] / E.E. Gazarova — Moskva: M.: Institut Obshegumanitarnyh Issledovanij, 2002. — 192 p. [in Russian]
6. Delez Zh. Kapitalizm i shizofrenija [Capitalism and schizophrenia] / Zh. Delez, F. Gvattari — Ekaterinburg : U-Faktorija, 2007. — 672 p. [in Russian]
7. Efimenko, A.V. Telesnost' i samovyrazhenie molodezhi v internet-prostranstve: sociologicheskij analiz [Corporality and self-expression of youth in the Internet space: sociological analysis] / A.V. Efimenko // Sociologicheskije issledovaniya [Sociological Studies]. — 2019. — № 2. — P. 78-92. [in Russian]
8. Zimina, O.I. Telesnost' i social'naya identichnost' molodezhi: gendernyj aspekt [Corporality and social identity of youth: gender aspect] / O.I. Zimina // Gendernye issledovaniya [Gender Studies]. — 2023. — Vol. 5. — No. 3. — P. 24-37. [in Russian]
9. Zinchenko V.P. Psihologija telesnosti: mezhdu dushoj i telom [Psychology of physicality: between soul and body] / V.P. Zinchenko, T.S. Levi — Moskva: AST, 2005. — 731 p. [in Russian]
10. Levi T.S. Prostranstvenno-telesnaja model' razvitija lichnosti [Spatial-corporeal model of personality development] / T.S. Levi // Psychological Journal T-28. — 2008. — 1. [in Russian]
11. Lebedev, G.P. Telesnost' i psihologicheskoe blagopoluchie molodezhi: psihologicheskij aspekt [Physicality and psychological well-being of youth: psychological aspect] / G.P. Lebedev // Psihologicheskij zhurnal [Psychological Journal]. — 2021. — Vol. 3. — No. 4. — P. 115-128. [in Russian]
12. Lengle A. Ekzistentsial'nyj analiz – najti soglasie s zhizn'ju [Existential analysis – finding harmony with life] / A. Lengle // Moscow Psychotherapeutic Journal. — 2001. — 1. [in Russian]
13. Nemtseva A.V. K voprosu o social'no-filosofskom aspekte telesnosti [On the issue of the social and philosophical aspect of corporeality] / A.V. Nemtseva // Vklad Sibiri v kul'turologicheskoe prostranstvo Rossii. Materialy vserossijskoj nauchnoj konferencii po kul'turologii [Contribution of Siberia to the cultural space of Russia. Materials of the All-Russian Scientific Conference on Cultural Studies]. — Irkutsk: Publishing house ISTU, 2009. — P. 58-61. [in Russian]
14. Skugarevsky, O.A. Obraz sobstvennogo tela: razrabotka instrumenta dlya ocenki [Body image: development of an assessment tool] / O.A. Skugarevsky, S.V. Sivukha // Psihologicheskij zhurnal [Psychological Journal]. [in Russian]
15. Thostov A.Sh. Psihologija telesnosti [Psychology of physicality] / A.Sh. Thostov — Moskva: Smysl, 2002. — 287 p. [in Russian]
16. Frejd Z. Vvedenie v psihoanaliz [Introduction to Psychoanalysis] / Z. Frejd — Moskva: Nauka, 1989. — 456 p. [in Russian]

17. Tsvetous-Sal'hova T.E. K opredeleniju ponjatij «telo» i «telesnost'» [Towards the definition of the concepts “body” and “corporality”] / T.E. Tsvetous-Sal'hova // Professional education in the modern world. — 2012. — 2(5). — p. 101-108. [in Russian]