

## ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ЖЕНЩИН С ИЗБЫТОЧНЫМ ВЕСОМ

А.Г. Абдуллин<sup>1</sup>, Е.Р. Тумбасова<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Южно-Уральский гуманитарно-педагогический университет, г. Челябинск, Россия

<sup>2</sup> Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова, г. Магнитогорск, Россия

**Обоснование.** Экспериментальное обоснование гипотезы о существовании отличий в ценностных ориентациях женщин с избыточным весом и женщин с нормальной массой тела. **Цель:** выявить особенности ценностных ориентаций женщин с избыточным весом. **Материалы и методы.** В статье представлены данные эмпирического исследования ценностных ориентаций женщин с избыточным весом, которые определяли по методикам «Ценностные ориентации» М. Рокича, тест ценностных ориентаций Ш. Шварца, тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева. В исследовании приняли участие 80 женщин с высшим образованием в возрасте 20–40 лет. Экспериментальную группу составили 40 женщин с избыточной массой тела, контрольную – 40 женщин с нормальной массой тела. Уровень достоверности различий данных определялся путем расчета значений непараметрического U-критерия Манна – Уитни. Для оценки взаимосвязанности измеренных переменных рассчитывались значения коэффициента корреляции Пирсона. Вычисления выполнены с использованием пакета программ SPSS Statistics v. 17.0. **Результаты.** При сравнении групп женщин с избыточной и нормальной массой тела были выявлены особенности ценностных ориентаций, выраженные в различиях в области достижений, формировании целей в жизни, смелости в отстаивании своего мнения и удовлетворенности жизнью. **Заключение.** Исследование подтвердило выдвинутую гипотезу: у женщин с избыточным весом есть значительные отличия в ценностных ориентациях от людей с нормальной массой тела.

**Ключевые слова:** ценностные ориентации, ценности, женщины с избыточным весом, женщины с нормальной массой тела.

### Введение

В современном обществе проблема ценностных ориентаций лиц, страдающих ожирением и избыточным весом, является массовой, социально-значимой, достаточно актуальной. Потребление высококалорийной пищи с большим содержанием жиров и в то же время малоподвижный образ жизни благодаря техническому прогрессу – в последние десятилетия эти социальные и техногенные факторы провоцируют рост распространения ожирения. Как отмечает Е.С. Креславский (1999): «Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) пришла к заключению, что основной причиной эпидемии ожирения в мире стал недостаток спонтанной и трудовой физической активности населения в сочетании с чрезмерным потреблением жирной высококалорийной пищи» (Креславский, 1999).

Проблема избыточного веса является не только медицинской, но и психологической, социальной как по генезису и факторам развития, так и в силу ее массовидности (Baklanov et al., 2015; Ivashova et al., 2019).

«Главенствующий аспект проблемы, – пишет Д.Г. Бессесен (2006), – заключается в том, что в жизнедеятельности людей с избыточной массой тела существуют определенные объективные ограничения, которые государство и общество имеют возможности устранить, однако не ставят задачей хотя бы минимизировать их. Тем самым развивается и становится хронической и множественной социальной депривация этих людей, меняются ценностные ориентации личности в целом (Бессесен с соавт., 2006).

Общественная значимость и игнорирование проблем, связанных с ожирением и избыточным весом, потребность поиска инноваци-

онных путей ее решения делают актуальным данное исследование.

Каждый из нас ежедневно принимает по несколько решений, а за жизнь делает несметное количество выборов, и всякий раз за ними стоят сформировавшиеся в течение жизни ключевые ценностные ориентации. Как следствие, система ценностей человека определяет его судьбу.

Ценности наполняют всякое решение смыслом и будто компас направляют активность человека: выбор профессии, создание семьи, отношение к себе и другим, саморазвитие, понимание духовности и идеалов. С помощью своих базовых ценностей человек отличит полезное от бессмысленного, важное от неважного и постарается объяснить младшему, что хорошо, а что плохо. Ценности в отношении самого себя являются регуляторами внешнего вида, веса (Анурин, 1982).

Ценности складываются на протяжении всего взросления человека. Информация, транслируемая семьей, обществом, культурой, постепенно переходит во внутренний мир, ценностную систему и осознание: «Что для меня важно?». Зная ценности, можно предугадать, кто и как будет действовать в определенной ситуации и будет ли у человека полное взаимопонимание с другим человеком, с иной системой ценностей.

У людей с избыточной массой тела ценностные ориентации являются одним из центральных личностных новообразований. Они выражают сознательное отношение человека к социальной действительности, определяют мотивацию его поведения и существенное влияние оказывают на все стороны его действительности. Ценностные ориентации с направленностью личности в этом случае приобретают особое значение. «Система ценностных ориентаций определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее взглядов на окружающий мир, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения, ядро мотивации и «философию жизни» (Леонтьев, 2010).

Как отмечает Б.С. Волков (2006): «Направленность личности выражает одну из самых существенных ее характеристик, определяющую социальную и нравственную ценность личности. Содержание направленности – это прежде всего доминирующие, социально обусловленные отношения личности к окружающей действительности. Именно через на-

правленность личности ее ценностные ориентации находят свое реальное выражение в активной деятельности человека» (Волков, 2006).

Изучение жизненных ценностей женщин с избыточным весом позволит понять их поведение, так как, выстраивая свою жизненную концепцию, женщины исходят из определенной иерархии ценностей, представленной в их сознании.

Цель исследования заключается в выявлении ценностных ориентаций у женщин с избыточным весом.

### Материалы и методы

Исследование проводилось на базе центра снижения веса «Страна стройных» в г. Магнитогорске в январе–феврале 2019 года. Обследование проходило на основании добровольного информированного согласия испытуемых.

В исследовании приняли участие 80 женщин в возрасте 20–40 лет с высшим образованием. В экспериментальную группу вошли 40 женщин с избыточной массой тела. Средние значения в экспериментальной группе: возраст – 22,9 года, рост – 164,7 см, масса тела – 82 кг, индекс массы тела (ИМТ) – 30 кг/м<sup>2</sup>. В контрольную группу вошли 40 женщин с нормальной массой тела. Средние значения в контрольной группе: возраст – 21,8 года, рост – 165,5 см, масса тела – 57,1 кг, ИМТ – 20,8 кг/м<sup>2</sup>.

Для изучения ценностно-мотивационной сферы женщин использовали методику «Ценностные ориентации», разработанную М. Рокичем. Выявляли два класса ценностей: терминальные и инструментальные. Терминальные ценности или ценности-цели определяются им как убеждения человека в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться. Именно эти ценности указывают, что для человека особенно важно и значимо и в чем его смысл жизни. Инструментальные ценности или ценности-средства, по мнению М. Рокича, – это убеждения человека в том, что определенный образ действий или свойство личности являются предпочтительными в любой ситуации. Результаты теста указывают на структуру ценностных ориентаций человека, помогают определить наиболее важные принципы, которыми человек руководствуется в жизни, его отношение к себе, к близким, к сотрудникам, к работе и к миру в целом (Райгородский, 2017).

Методика «Ценностный опросник» Ш. Шварца определяет содержательную сторону направленности личности, основу отношений к окружающему миру, к людям, к себе, основу мировоззрения и ядро мотивации активности, жизненной концепции. Методика состоит из двух частей и измеряет уровень значимости десяти типов ценностей. Первая часть изучает нормативные идеалы, ценности личности на уровне убеждений, структуру ценностей; вторая – ценности на уровне поведения, индивидуальные приоритеты, проявляющиеся в социуме (Шапарь, 2004).

Тест «Смысложизненные ориентации» в адаптации Д.А. Леонтьева позволяет оценить представления человека о будущей жизни по таким характеристикам, как наличие или отсутствие целей в будущем, осмысленность жизненной перспективы, интерес к жизни, удовлетворенность жизнью, представления о себе как об активной и сильной личности, самостоятельность принимающей решения и кон-

тролирующей свою жизнь (Леонтьев, 2006).

Статистическая обработка данных проводилась с помощью методов математической статистики, достоверность различий полученных данных определялась путем расчета значений непараметрического U-критерия Манна–Уитни. Для оценки взаимосвязанности измеренных переменных рассчитывались значения коэффициента корреляции Пирсона. Вычисления выполнены с использованием пакета программ SPSS Statistics v. 17.0.

### Результаты

В табл. 1 представлены статистически значимые различия в ценностных ориентациях женщин с избыточным весом и женщин с нормальной массой тела.

В результате исследования терминальных ценностей обнаружены статистически значимые различия по шкалам «Интересная работа», «Продуктивная жизнь», «Развитие», «Уверенность в себе» (см. табл. 1). Выяснилось, что

Таблица 1  
Table 1

Статистически значимые различия в ценностных ориентациях женщин  
Statistically significant differences in female value orientations

Показатели / Indicator	Женщины с избыточным весом Overweight women	Женщины с нормальной массой тела Women with normal body weight
«Ценностные ориентации» М. Рокича / Value orientations by M. Rokich		
Терминальные ценности / Terminal values		
Интересная работа Interesting job	6,14*	9,43*
Продуктивная жизнь Productive life	8,29**	11,48**
Развитие Development	9,00**	11,29**
Уверенность в себе Self-confidence	6,86*	10,05*
Инструментальные ценности / Instrumental values		
Ответственность Responsibility	3,48*	7,24*
«Ценностный опросник» Ш. Шварца / S. Schwartz value survey		
Самостоятельность Independence	2,39**	4,64**
Гедонизм Hedonism	2,19**	4,51**
«Смысложизненные ориентации» в адаптации Д.А. Леонтьева Sense-of-life orientations modified by D.A. Leontiev		
Цели в жизни Life purpose	33,71*	34,38*
Процесс жизни Life process	33,57*	34,05*

Примечание: \* – статистически достоверные различия при  $p < 0,01$ ; \*\* – статистически достоверные различия при  $p < 0,05$ .

Note: \* – statistically significant differences at  $p < 0.01$ ; \*\* – statistically significant differences at  $p < 0.05$ .

женщины с избыточной массой тела в сравнении с женщинами с нормальным весом чаще проявляют неуверенность в себе, недовольство собой, сомневаются в своих силах справиться с любой задачей и проблемами, которые перед ними возникают, часто выполняют работу, не удовлетворяющую их потребности и не приносящую удовольствие. Женщины с избыточной массой тела прилагают больше волевых усилий в работе над собой, направленные на достижение желаемой массы тела.

Женщины с нормальной массой тела более продуктивны, максимально полно используют свои возможности, они способны создавать качественный и полезный продукт для других людей, приносить пользу, улучшать себя и окружающий мир, ориентированы на работу, приносящую доход и удовольствие. По остальным шкалам терминальных ценностей методики «Ценностные ориентации» М. Рокича различия у женщин с избыточной массой тела незначительно отличаются от женщин с массой тела в норме.

В результате анализа средних значений инструментальных ценностей по шкале «Ответственность» обнаружена высокая степень достоверности различий. Таким образом, женщины, имеющие проблемы с весом, в отличие от женщин с нормальным весом, осознавая свои недостатки, относятся к ним снисходительно, не умеют управлять собой и своими потребностями, подсознательно стремятся к самообману, к самоуспокоению, самооправданию, часто ссылаются на отсутствие времени заниматься собой. Женщины с нормальной массой тела в большей степени принимают ответственность на себя, объясняя результаты своим поведением, характером, способностями, а не влиянием внешних обстоятельств, тем самым избегают ситуационных объяснений своего поведения.

Данные, полученные по методике ценностных ориентаций Ш. Шварца (см. табл. 1), показали, что женщины с избыточной массой тела не удовлетворены своей жизнью и своим телом, не умеют наслаждаться разными благами своей жизни, проявляют зависимость, несамостоятельность в принятии важных решений, имеют проблемы в самоконтроле и самоуправлении. Женщины с нормальной массой тела сильнее проявляют свободу мысли и действий, обусловленные потребностью быть автономными и независимыми, стремятся к позитивному эмоциональному пережива-

нию, более склонны к удовлетворению биологических потребностей и испытывают при этом удовольствие, наслаждение жизнью.

В результате проведения методики смысловых ориентаций в адаптации Д.А. Леонтьева (см. табл. 1) выявлены статистически значимые различия по шкалам «Цели в жизни» и «Процессы в жизни». Обнаружено, что женщины с избыточной массой тела, в сравнении с женщинами с нормальным весом, в меньшей степени склонны воспринимать свою жизнь как наполненную смыслом, в большей степени проявляют неудовлетворенность своей жизнью в настоящем. Так как целеполагание является содержанием почти всех форм деятельности, таким женщинам с трудом удастся нормализация веса.

Нами был проведен корреляционный анализ результатов исследования с помощью линейной корреляции Пирсона.

В результате корреляционного анализа в группе женщин с избыточной массой тела были выявлены следующие взаимосвязи (табл. 2): чем больше полные женщины проявляют твердость воли, тем сильнее проявляется у них жизнерадостность, ответственность, исполнительность, непримиримость к недостаткам в себе и других. Чем больше женщины с избыточным весом стремятся к свободе, тем сильнее выражена ценность интересной работы и материальной обеспеченности жизни. Чем больше проявляют смелость в отстаивании своего мнения и взглядов, тем сильнее женщины с избыточной массой тела стремятся к независимости и власти. Чем больше у полных женщин выражен фактор «Общественное признание», тем выше их активность в жизни.

В результате корреляционного анализа в группе женщин с нормальной массой тела были выявлены следующие взаимосвязи (табл. 3): чем больше у женщин с нормальной массой тела выражен самоконтроль и самодисциплина, тем сильнее они стремятся к достижению успеха в соответствии с социальными стандартами и более склонны воспринимать свою жизнь как наполненную смыслом, проявляют удовлетворенность своей жизнью в настоящем. Чем сильнее женщины с нормальной массой тела воспринимают жизненную ситуацию настоящего как эмоционально разнообразную, насыщенную, тем более проявляется стремление иметь интересную работу, соответствующую их потребностям, способностям и возможностям. Чем больше женщи-

Таблица 2  
Table 2

Значимые коэффициенты корреляции показателей ценностных ориентаций  
у женщин с избыточным весом ( $p \leq 0,01$ )  
Significant correlation coefficients of value orientations in overweight women ( $p \leq 0.01$ )

Показатели / Indicator	Жизнерадостность Cheerfulness	Непримиримость к недостаткам в себе и других Intolerance to one's own and other's dis- advantages	Исполнительность Sense of duty	Ответственность Responsibility	Свобода Freedom	Активная деятельная жизнь Active life
Твердая воля Firm will	0,447	0,512	0,442	0,623		
Интересная работа Interesting job					0,448	
Материально обеспеченная жизнь Financially secure life					0,641	
Общественное признание Public recognition						0,570

Таблица 3  
Table 3

Значимые коэффициенты корреляции показателей ценностных ориентаций  
у женщин с нормальной массой тела ( $p \leq 0,01$ )  
Significant correlation coefficients of value orientations in women with normal body weight ( $p \leq 0.01$ )

Показатели / Indicator	Развитие Development	Общественное признание Public recognition	Достижение Achievement	Цели в жизни Life purpose	Интересная работа Interesting job	Активная деятельная жизнь Active life
Самоконтроль Self-control			0,442	0,521		
Процесс жизни Life process					0,445	
Уверенность в себе Self-confidence	0,511	0,569				0,498

ны с нормальным весом испытывают внутреннюю гармонию, уверенность в себе, тем сильнее у них проявляется стремление к развитию и тем более значимо для них общественное признание и активная деятельная жизнь.

### Заключение

Таким образом, женщины с избыточным весом в отличие от женщин с нормальной массой тела имеют низкий уровень целей в жизни. Это свидетельствует о наличии у них неопределенности в ценностных ориентациях и приоритетах, отсюда, как следствие, проблемы с весом. Женщины с избыточной массой тела не умеют отстаивать свое собствен-

ное мнение и плохо ориентируются в собственных ценностях. У испытуемых было выявлено наличие ярко выраженного различия в области достижения. Это говорит о том, что проблемы лишнего веса чаще встречаются у женщин, которые не склонны к успехам и достижениям. И они могут быть не активны по отношению к проблеме лишнего веса. У респондентов с избыточной массой тела фактор «продуктивная жизнь» имеет низкие значения, у таких женщин проявляется необщительность, избегание борьбы, слабые социальные позиции. Из результатов исследования следует, что ценностные ориентации у людей с избыточной массой тела существенно отли-

чаются от ценностных ориентаций женщин с нормальной массой тела.

**Конфликт интересов.** Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

### Литература

1. Анурин, В.Ф. Ценностные ориентации и их влияние на формирование потребностей / В.Ф. Анурин // *Социология высшей школы. Подготовка специалистов для народного хозяйства: сб. науч. трудов.* – Горький, 1982. – С. 116–129.
2. Бессесен, Д.Г. Избыточный вес и ожирение: профилактика, диагностика и лечение / Д.Г. Бессесен, Р. Кушнер. – М.: Бином, 2006. – 239 с.
3. Волков, Б.С. Психология юности и молодости / Б.С. Волков. – М.: Трикста, 2006. – С. 122.
4. Креславский, Е.С. Психосоциальные аспекты ожирения // *Социально-гигиенические аспекты ожирения.* – Л., 1999. – С. 31–38.
5. Леонтьев, Д.А. Тест смысложизненных ориентаций / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2006. – 18 с.
6. Леонтьев, Д.А. Ценностные представления в индивидуальном и групповом сознании: виды, детерминанты и изменения во времени / Д.А. Леонтьев // *Психологическое обозрение.* – 2010. – № 1. – С. 13–25.
7. Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д.Я. Райгородский. – Самара: Бахрах-М, 2017. – 672 с.
8. Шапарь, В.Б. Практическая психология. Инструментарий / В.Б. Шапарь. – Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 760 с.
9. Baklanov, I.S. Ontological status and valuable determination of social norms and normative systems / I.S. Baklanov, O.A. Baklanova, V.N. Goncharov, A.M. Erokhin, O.Y. Kolosova // *The Social Sciences.* – 2015. – Vol. 10. – № 9. – P. 2216–2220.
10. Ivashova, V.A. Values-based orientations as a formation factor of the social responsibility of the professional community / V.A. Ivashova, V.N. Goncharov, A.M. Erokhin, O.U. Kolosova, L.A. Tronina, O.N. Kamalova // *International Journal of Civil Engineering and Technology.* – 2019. – Vol. 10. – № 3. – P. 2560–2569.

**Абдуллин Асат Гиниятович**, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры теоретической и прикладной психологии, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет (Челябинск), asatabdullin50@rambler.ru, ORCID 0000-0002-0804-6148

**Тумбасова Екатерина Рахматуллаевна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии, Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова (Магнитогорск), kate6979@yandex.ru, ORCID 0000-0002-8761-7550

*Поступила в редакцию 30 октября 2019 г.*

DOI: 10.14529/jpps190401

## VALUE ORIENTATIONS OF OVERWEIGHT WOMEN

**A.G. Abdullin**<sup>1</sup>, asatabdullin50@rambler.ru, ORCID 0000-0002-0804-6148

**E.R. Tumbasova**<sup>2</sup>, kate6979@yandex.ru, ORCID 0000-0002-8761-7550

<sup>1</sup> South Ural State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russian Federation

<sup>2</sup> Magnitogorsk State Technical University named after G.I. Nosov, Magnitogorsk, Russian Federation

The purpose of the article is to substantiate the hypothesis about the differences in the value orientations of overweight women and women with normal body weight and to study the features of value orientations of overweight women. **Materials and methods.** The article presents the data of empirical research on value orientations of overweight women obtained using

the methods of “Value orientations” by M. Rokich, the S. Schwartz value survey, the sense-of-life orientations test by D.A. Leontiev. The study involved 80 females aged 20–40 years with higher education. The experimental group included 40 females with excess body weight. The control group included 40 females with normal body weight. The reliability of the differences in the obtained data was determined by calculating the values of the nonparametric Mann–Whitney U-test. Pearson correlation coefficient values were calculated to assess the association of the measured variables. The calculations were performed using the SPSS Statistics v. 17.0 software package. **Results.** When comparing groups of women with excess and normal body weight, the features of value orientations were revealed expressed in differences in the field of achievements, life goals, courage in defending their opinions, and life satisfaction. **Conclusion.** Our study confirmed the hypothesis, and it can be argued that overweight women have significant differences in value orientations compared with people with normal body weight.

*Keywords:* value orientations, values, overweight women, women with normal body weight.

### References

1. Anurin V.F. *Tsennostnye orientatsii i ikh vliyaniye na formirovaniye potrebnostey* [Value orientations and their impact on demand generation] *Sotsiologiya vysshey shkoly. Podgotovka spetsialistov dlya narodnogo khozyaystva: sb. nauch. trudov* [Sociology of Higher School. Training of specialists for the national economy. Collection of scientific works]. Gor'kiy, 1982, pp. 116–129. (in Russ.).
2. Bessesen D.G., Kushner R. *Izbytochnyy ves i ozhirenie: profilaktika, diagnostika i lechenie* [Overweight and obese: prevention, diagnosis and treatment]. Moscow, Binom, 2006, 239 p. (in Russ.).
3. Volkov P.S. *Psikhologiya yunosti i molodosti* [Psychology of adolescence and youth]. Moscow, Triksa, 2006, p. 122. (in Russ.).
4. Kreslavskiy E.S. *Psikhosotsial'nye aspekty ozhireniya* [Psychosocial aspects of obesity] *Sotsial'no-gigienicheskie aspekty ozhireniya* [Socio-hygienic aspects of obesity]. Leningrad, 1999, pp. 31–38. (in Russ.).
5. Leont'ev D.A. *Test smyslozhiznennykh orientatsii* [Test sense-making of orientation]. Moscow, Smysl, 2006, 18 p. (in Russ.).
6. Leont'ev D.A. [Value representations in individual and group consciousness: views, determinants and changes in time] *Psikhologicheskoe obozrenie* [Psychological review], 2010, № 1, pp. 13–25. (in Russ.).
7. Raygorodskiy D.Ya. *Prakticheskaya psikhodiagnostika. Metodiki i testy* [Practical psychodiagnosics. Methodologies and tests]. Samara, Bakhrakh-M, 2017, 672 p. (in Russ.).
8. Shapar' V.B. *Prakticheskaya psikhologiya. Instrumentariy* [Practical psychology. Tools]. Rostov to Dona, Feniks, 2004, 760 p. (in Russ.).
9. Baklanov I.S., Baklanova O.A., Goncharov V.N., Erokhin A.M., Kolosova O.Y. Ontological status and valuable determination of social norms and normative systems. *The Social Sciences*, 2015, vol. 10, no. 9, pp. 2216–2220.
10. Ivashova V.A., Goncharov V.N., Erokhin A.M., Kolosova O.U., Tronina L.A., Kamalova O.N. Values-based orientations as a formation factor of the social responsibility of the professional community. *International Journal of Civil Engineering and Technology*, 2019, vol. 10, no. 3, pp. 2560–2569.

*Received 30 October 2019*

### ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Абдуллин, А.Г. Ценностные ориентации женщин с избыточным весом / А.Г. Абдуллин, Е.Р. Тумбасова // Психология. Психофизиология. – 2019. – Т. 12, № 4. – С. 5–11. DOI: 10.14529/jpps190401

### FOR CITATION

Abdullin A.G., Tumbasova E.R. Value Orientations of Overweight Women. *Psychology. Psychophysiology*. 2019, vol. 12, no. 4, pp. 5–11. (in Russ.). DOI: 10.14529/jpps190401