

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2024, Том 12, № 3 / 2024, Vol. 12, Iss. 3 <https://mir-nauki.com/issue-3-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/69PSMN324.pdf>

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Толмачева, В. И. Психологические особенности мотивационной сферы и смысложизненных ориентаций женщин с избыточной массой тела / В. И. Толмачева, Ю. А. Токарева // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 3. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/69PSMN324.pdf>

For citation:

Tolmacheva V.I., Tokareva Yu.A. Psychological features of the motivational sphere and life-purpose orientations of overweight women. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(3): 69PSMN324. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/69PSMN324.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 740

Толмачева Вера Игоревна

ФГАОУ ВО «Дальневосточный федеральный университет», Владивосток, Россия

Преподаватель, аспирант

E-mail: tolmacheva.vi@dvfu.ru

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-7179-1665>

Токарева Юлия Александровна

ФГАОУ ВО «Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина»,

Екатеринбург, Россия

Заведующая кафедрой

Доктор психологических наук, профессор

E-mail: iu.a.tokareva@urfu.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8868-7833>

Психологические особенности мотивационной сферы и смысложизненных ориентаций женщин с избыточной массой тела

Аннотация. Проблема нарушения массы тела волнует множество людей по всему миру, особенно женщин. Все больше современное общество подходит к решению проблемы избыточного веса посредством психологических интервенций, однако отсутствие четкого представления о психологических основаниях и механизмах, устойчивого эффекта не дают. Учитывая значимость мотивации в регуляции питания и управлении весом, а также роль смысложизненных ориентаций в построении приоритетов было проведено исследование, направленное на определение особенностей мотивационной сферы и смысложизненных ориентаций женщин с избыточной массой тела.

В исследовании приняли участие 30 женщин в возрасте от 30 до 42 лет. С помощью методик «Тест смысложизненных ориентаций», «Мотивационный профиль личности», «Мотивационный профиль Рисса» выявлены особенности мотивационной сферы женщин и смысложизненных ориентаций.

Результаты исследования показали, что имеются статистически значимые отличия в мотивационной сфере женщин с избыточной и нормальной массой тела. Показатель доминирования стеничности в эмоциональных предпочтениях, диагностированный по методике «Мотивационный профиль личности», отражающий склонность человека к активным эмоциональным переживаниям и конструктивную позицию в трудных ситуациях, больше

выражен у женщин с условно нормальным весом. По результатам диагностики по методике «Мотивационный профиль Рисса» было выявлено, что потребность в насыщении, как использование еды в качестве особого источника удовольствия выше развита в группе женщин с избыточной массой тела. Потребность в социальных контактах, отражающая важность общения с другими людьми, выше развита в группе женщин с нормальным весом.

Полученные в исследовании результаты служат основанием для дальнейших исследований, направленных на установление мотивационно-ценностных ориентаций женщин с избыточной массой тела.

Ключевые слова: мотивационная сфера; избыточная масса тела; мотивационный профиль; пищевое поведение; стеничность в эмоциональных предпочтениях; потребность в насыщении; потребность в социальных контактах

Введение

В современном мире остро стоит проблема нарушения массы тела, которая оказывает значительное негативное влияние на психологическое здоровье, качество жизни и самооценку людей. Ежегодно, процент населения с избыточной массой тела увеличивается на 10 %. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) сообщает, что в 2022 г. избыточную массу тела имели 43 % взрослых в возрасте 18 лет и старше, а 16 % страдали ожирением.¹ Наряду с психологическим дискомфортом, а в отдельных случаях отношением к себе, как к «жертве», «плохому», «неудачнику» (И.Г. Малкина-Пых), ожирение признано серьезным неинфекционным заболеванием, которое увеличивает риск развития ряда хронических состояний, включая сердечно-сосудистые заболевания, диабет второго типа, рак и респираторные заболевания.

Для привлечения внимания к изучению психологических оснований и причин ожирения, важно заметить парадоксальную тенденцию в области регулирования питания: рост избыточного веса и ожирения происходит параллельно повышению озабоченности по поводу образа тела и ограничительного питания. Современное общество культивирует идеалы худобы и внешней красоты, что приводит к возникновению у многих людей негативного отношения к своему телу и стремления к недостижимым стандартам внешности. Под влиянием массовой культуры и социальных сетей формируются нереалистичные представления об идеальном теле, что приводит к расстройствам пищевого поведения. Стремление соответствовать навязанным стандартам красоты часто не соответствует реальным потребностям организма и может привести к серьезным нарушениям здоровья. Постоянные диеты приводят к срывам и перееданиям, а лишний вес может приводить к снижению качества жизни и самооценки [1–3].

В различных исследованиях, как российских, так и зарубежных, обнаружено, что нарушения в регуляции питания приводят к рискам для физического и психического здоровья. Например, проблемы в управлении весом, такие как избыточный вес и ожирение, связаны с более низкой самооценкой и большими рисками для здоровья [4; 5].

Очевидность психологической составляющей, как в возникновении проблемы ожирения, так и ее решении, в современном мире растет интерес к психокоррекции пищевой зависимости и снижения массы тела посредством психологической помощи. Анализ направлений психологической помощи показал, что основное направление когнитивно-поведенческая психотерапия, а основная категория — это молодые женщины. Разнообразие форм и средств психокоррекции не гарантирует получение устойчивого эффекта и состояния удовлетворенности собой и жизнью [6].

¹ ВОЗ: сайт Всемирной организации здравоохранения. URL <https://www.who.int/ru/news-room/factsheets/detail/obesity-and-overweight> (дата обращения: 16.05.2024).

Обобщение теоретических источников по проблеме психологических особенностей женщин с избыточной массой тела показало, что большинство указывают на низкую самооценку, саморегуляцию и эмоциональность. Рассматривая возможные причины данной проблемы, можно выделить два теоретических направления: психоаналитическое и поведенческое. Психоаналитическая теория предполагает, что нарушенное регулирование питания может быть связано с неразрешенными внутриличностными конфликтами или травматическими событиями. Поведенческая теория сосредоточена на модификации наблюдаемых моделей поведения. Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) направлена на изменение нездоровых мыслей и поведения, связанных с регуляцией питания. Изучение общих процессов мотивации и развития личности может способствовать лучшему пониманию причин нарушений в регуляции питания.

В последние годы в специальной литературе приобретает популярность теория самодетерминации, разрабатываемая Э.Л. Деси и Р.М. Райаном [7]. Она основана на трех ключевых предположениях: (1) люди по своей сути проактивны, у них есть потенциал действовать и управлять как внутренними (т. е. побуждениями и эмоциями), так и внешними (т. е. окружающей средой) силами, с которыми они сталкиваются, вместо того, чтобы пассивно контролироваться этими силами; (2) благодаря своей активности люди постоянно движутся к повышению уровня психологического роста и интеграции; (3) особенности социального контекста могут поддерживать или препятствовать росту и интеграции. Таким образом, теория самодетерминации объединяет как роль человека (его внутренние ресурсы и способность к росту), так и роль социального контекста в мотивации человека [8].

Теория самодетерминации утверждает, что люди более склонны придерживаться здорового пищевого поведения, когда оно основано на внутренней мотивации, например, на стремлении к здоровью или чувству собственной ценности. Внешние факторы, такие как страх наказания или желание вознаграждения могут привести к нездоровому контролю питания. Было проведено несколько исследований, посвященных контролю веса с точки зрения теории самодетерминации. Например, L. Kopp, M.J. Zimmer-Gembeck обнаружили, что неудовлетворенность телом была связана с контролируемыми формами регулирования питания (внешней мотивацией) и не имела связей с автономными формами мотивации. Мотивы и цели регуляции питания, в свою очередь, влияют на то, как человек контролирует свое пищевое поведение, и на вероятность успеха или неудачи диетических попыток [9].

В исследованиях L.G. Pelletier с коллегами показаны связи между мотивами пищевого поведения и здоровым или неупорядоченным пищевым поведением. Обнаружено, что автономная мотивация (без внешнего контроля) была связана с более здоровым питанием (например, с употреблением большего количества овощей и фруктов). В исследовании показано, что люди с автономной внутренней мотивацией к регуляции питания больше заботились о том, что они ели (т. е. о качестве своей пищи), а люди с внешней, контролируемой извне мотивацией регулирования питания больше беспокоились о том, сколько они едят (т. е. о количестве пищи). Кроме того, были обнаружены достоверные связи между автономным регулированием питания и снижением процентного содержания калорий из общих и насыщенных жиров в течение 26 недель [10].

В исследовании G.C. Williams с соавторами показано, что наличие автономной внутренней мотивации к участию в программе управления весом было связано с частотой посещаемости программы и большей потерей веса по итогам прохождения программы в выборке взрослых, страдающих ожирением. Кроме того, в выборке женщин с избыточным весом и ожирением автономная мотивация к похудению была положительно связана с повышением самоэффективности при потреблении еды и отрицательно связана с расторможенностью, эмоциональностью и приемом пищи вне дома [11].

В отечественной психологии изучение процессов изменения мотивации было одним из ключевых направлений теории деятельности. Л.С. Выготский вводит понятие «мотивационная сфера», включающую сложное сочетание «движущих сил» поведения, интересов, стремлений и целей, определяющих деятельность. С.Л. Рубинштейн связывал понятие мотивации с идеей удовлетворения потребностей. А.Н. Леонтьев определяет мотив как обективированную, опредмеченную форму потребности, направляющую деятельность в данном контексте. Таким образом, в отечественной психологии главным фактором, определяющим динамику мотивационной сферы, является деятельность человека [11].

Деятельностный подход предполагает, что изучать мотивационную сферу женщин с избыточной массой тела нам следует в рамках определенной деятельности, например, потребления пищи или деятельности похудения.

В исследовании Шипачева Р.Ю. показано, что доминирующими мотивами к психотерапии у женщин, страдающих алиментарно-конституциональным ожирением, являются установки на изменение внешности, профилактику нарушения здоровья, повышение сексуальной привлекательности и повышение самооценки [13].

В целом анализ проведенных исследований показывает, что к психологическим особенностям женщин с избыточной массой тела следует отнести их мотивацию, в том числе в регуляции питания, в тренировках и в деятельности похудения в целом, а также смысложизненные ориентации.

Поддержка со стороны окружающих, понимание и уважение индивидуальных особенностей и потребностей каждой женщины могут быть ключевыми факторами в помощи ей в достижении своих целей и мотивационной поддержке. В связи с этим возникают вопросы: существуют ли различия в мотивационной сфере и смысложизненных ориентациях у женщин с избыточной и нормальной массой тела? Как связаны особенности мотивационной сферы женщин и наличие у них лишнего веса? Для ответов на эти вопросы нами было проведено исследование, целью которого было определение психологических особенностей мотивационной сферы и смысложизненных ориентаций женщин с избыточной массой тела.

Методы

Всего в нашем исследовании приняли участие 30 женщин в возрасте от 30 до 42 лет, жительницы города Владивосток. Со всеми испытуемыми в начале исследования проведено анкетирование с целью определения наличия проблемы с лишним весом.

В результате: 15 женщин с повышенным индексом массы тела (от 30 до 45) составили экспериментальную группу (ЭГ), 15 с нормальным весом (ИМТ от 18 до 23) — контрольную группу (КГ).

В диагностическом исследовании использовались следующие методики:

- методика смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева;
- методика «Мотивационный профиль личности» В.Э. Мильмана;
- методика «Мотивационный профиль Рисса».

При обработке полученных данных для определения достоверности различий особенностей мотивационной сферы между контрольной и экспериментальной группой применялся статистический критерий U Манна — Уитни, который подсчитывался с помощью программы SPSS Statistics.

Результаты

Анализ результатов диагностики женщин с условно нормальной и избыточной массой тела по тесту смысложизненных ориентаций показал, что в обеих группах средние значения находятся в пределах нормативных для женщин (по данным Д.А. Леонтьева, 1988) и не имеют значимых различий по шкалам. Результаты исследования мотивационной сферы женщин представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты диагностики мотивационной сферы женщин с избыточной и условно нормальной массой тела

Методика	Показатели	Экспериментальная группа		Контрольная группа		U Манна — Уитни	Значимость различий (p)
		среднее значение	стандартное отклонение	среднее значение	стандартное отклонение		
Тест смысложизненных ориентаций	Общий показатель ОЖ	107,00	18,62	109,00	15,10	78,00	1,00
	Цели в жизни	33,30	7,02	34,00	6,42	76,50	0,87
	Процесс жизни	30,10	6,52	32,83	6,40	72,00	0,51
	Результативность жизни	27,60	5,25	27,00	3,52	72,00	0,51
	Локус контроля — Я	22,10	4,25	21,33	4,76	75,00	0,74
	Локус контроля — жизнь	33,40	7,14	33,83	5,27	77,50	0,96
Мотивационный профиль личности	Жизнеобеспечение (П)	23,50	4,62	27,50	7,51	60,50	0,29
	Комфорт (К)	24,00	4,32	21,25	6,70	61,50	0,36
	Социальный статус (С)	23,80	6,63	26,75	10,14	65,00	0,67
	Общение (О)	23,90	4,72	23,50	8,66	65,50	0,72
	Общая активность (Д)	21,60	6,10	22,00	11,80	67,00	0,89
	Творческая активность (ДР)	28,00	7,76	30,50	8,27	64,50	0,62
	Общественная полезность (ОД)	23,10	5,15	26,50	8,89	62,50	0,43
	Эмоциональные предпочтения астенический	4,90	2,28	5,50	2,89	66,00	0,77
	Эмоциональные предпочтения стенический	7,20	1,81	10,25	2,36	54,00	0,04*
	Фрустрационное поведение астенический	6,10	2,60	8,50	4,12	60,00	0,25
Фрустрационное поведение стенический	4,70	2,06	4,00	1,41	63,50	0,51	
Мотивационный профиль Рисса	Приятие	-0,90	1,45	-1,60	1,52	65,00	0,31
	Любознательность	1,00	1,25	1,00	0,71	73,00	1,00
	Насыщение	1,50	1,08	-0,20	1,10	54,50	0,02*
	Семья	0,70	1,16	0,60	1,14	71,50	0,85
	Честь	0,80	1,14	0,00	1,00	63,00	0,20
	Идеализм	0,30	1,49	0,60	1,34	71,50	0,85
	Независимость	0,10	0,74	-0,40	1,14	66,50	0,39
	Порядок	-0,40	1,43	-0,40	0,89	71,50	0,85
	Физическая активность	-0,50	1,35	0,40	1,67	64,50	0,29
	Власть	0,40	1,07	0,80	1,64	66,00	0,38
	Романтические отношения	-0,50	1,35	0,60	1,52	62,50	0,19
	Сбережения	-0,10	1,60	-0,40	0,55	70,00	0,71
	Социальные контакты	0,70	1,57	2,20	0,84	56,00	0,05*
	Общественное положение	-0,80	0,92	-0,20	1,30	66,50	0,39
Покой	-0,90	1,37	0,60	1,52	61,00	0,13	
Соревновательность	-1,40	0,84	-0,60	1,52	63,00	0,20	

* — достоверно значимые различия по группам. Составлено автором на основе данных статистического анализа программы SPSS Statistics

Диагностика и сравнение шестнадцать базовых мотивов по методике «Мотивационный профиль Рисса» позволил выявить значимые различия между контрольной и экспериментальной группами только по двум потребностям: насыщение ($p = 0,02$) и социальные контакты ($p = 0,05$).

Однако выявлено достоверное различие ($p = 0,04$) по показателю типа эмоционального профиля, а именно по стеничности эмоциональных предпочтений.

Обсуждение

Средние значения показателей «Теста смысложизненных ориентаций» в обеих группах находились в пределах нормативных для женщин, что указывает на общее достаточный уровень осмысленности жизни у женщин. Значимых различий в показателях осмысленности между группами женщин с избыточной и нормальной массой тела выявлено не было. Это говорит о том, что масса тела не влияет на субъективное восприятие смысла жизни у женщин. Можно сделать предварительный вывод о том, что избыточная масса тела не связана со снижением смысла жизни. Для полного понимания связи между массой тела и восприятием смысла жизни необходимы дальнейшие исследования с более широким диапазоном ИМТ и изучением дополнительных факторов.

В рамках обсуждения результатов проведенного диагностического исследования остановимся на выявленных достоверных различиях мотивационной сферы женщин с условно нормальной и избыточной массой тела.

Показатель доминирования стеничности в эмоциональных предпочтениях, диагностированный по методике «Мотивационный профиль личности», отражает склонность человека к активным, деятельным эмоциональным переживаниям и устойчивую, конструктивную, управляемую позицию в трудных ситуациях. Результаты проведенного исследования показывают, что он больше выражен у женщин с условно нормальным весом, чем у женщин с избыточной массой тела. Это очень интересный результат исследования мотивационной сферы, однако, интерпретировать его можно по-разному. Например, если рассматривать его с точки зрения влияния психологических факторов, то можно предположить, что избыточный вес приводит к снижению самооценки, уверенности в себе и ощущения контроля, что, в свою очередь, может негативно влиять на активность эмоциональных переживаний и управляемость позиции в трудных ситуациях. С точки зрения физиологии избыточная масса тела может ограничивать физическую активность и подвижность, что соответственно препятствовать формированию активных и деятельных эмоциональных переживаний. Социальные факторы, а именно подверженность женщин с лишним весом стигматизации и дискриминации, также может подрывать их чувство собственного достоинства и приводить к пассивности в эмоциональной сфере.

Доминирование стеничности связано с рядом положительных результатов для здоровья. Исследования показали, что люди с высокими показателями стеничности имеют более высокие уровни благополучия, удовлетворенности жизнью и самореализации [например, 14]. Они также с меньшей вероятностью испытывают стресс, тревогу и депрессию. Учитывая связь между стеничностью и массой тела у женщин, можно предположить, что поддержка здорового образа жизни, включающего здоровое питание и физическую активность, может не только улучшить физическое самочувствие женщин, но и способствовать их эмоциональному благополучию за счет повышения показателей доминирования стеничности.

Диагностика мотивационной сферы женщин с избыточной массой тела Исследование, проведенное по методике «Мотивационный профиль Рисса», выявило две особенности, определяющие специфику мотивационной сферы женщин с избыточной массой тела. Потребность в насыщении, понимаемая как использование еды в качестве особого источника удовольствия, оказалась значительно выше развитой в группе женщин с избыточной массой тела. Это говорит о том, что они чаще прибегают к перееданию как к способу удовлетворения своих эмоциональных потребностей и борьбы со стрессом. Это подтверждают различные исследования [например, 15]. Интересным результатом стало то, что потребность в социальных контактах, отражающая важность общения с другими людьми, достоверно выше развита в группе женщин с нормальным весом. Этот результат может свидетельствовать о следующем. Во-первых, женщины с нормальным весом, как правило, имеют более широкий круг общения, в том числе и в социальных сетях. Они чувствуют себя более уверенно и комфортно в различных социальных ситуациях, получают большее удовлетворение от общения. Во-вторых, социальные контакты могут оказывать положительное влияние на вес, поскольку они обеспечивают поддержку и принятие, могут способствовать здоровым привычкам, таким как сбалансированное питание и регулярная физическая активность. Эти выводы имеют важное значение для понимания пищевого поведения женщин с избыточной массой тела и разработки эффективных стратегий для содействия снижению веса.

Итак, обобщая результаты проведенного исследования, обозначим следующие выводы:

1. Существуют различные теории, объясняющие связи между мотивационно-личностными особенностями женщин и формированием у него избыточной массы тела. В психологических исследованиях мало показано как мотивационные и ценностные аспекты влияют на формирование пищевых привычек и процесс снижения веса.
2. Изучение сравнительных особенностей мотивационной сферы женщин с избыточной массой тела, с помощью методик «Тест смысловых ориентаций» Д.А. Леонтьева; «Мотивационный профиль личности» В.Э. Мильмана; «Мотивационный профиль Рисса», показало значимые различия.
3. Результаты диагностического исследования позволили установить, что у женщин с избыточной массой тела снижены показатели стеничности эмоциональных предпочтений; повышена значимость потребности в насыщении и снижена значимость потребности в социальных контактах по сравнению с женщинами с условно нормальным весом. У женщин контрольной и экспериментальной групп не было выявлено значимых отличий в показателях осмысленности жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Савчикова Ю.Л. Личностные особенности женщин с избыточной массой тела // Международный медицинский журнал. 2004 № 3. С. 83–87.
2. Малкина-Пых И.Г. Лишний вес. Освободиться и забыть навсегда / Малкина-Пых И.Г. М.: Эксмо, 2007. 252.
3. Кубекова А.С., Сергеева М.А., Фурси Л.Ф. Индивидуально-психологические особенности женщин с проблемами избыточного веса // Мир науки. Педагогика и психология. 2022 Т. 10. № 2. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/15PSMN222.pdf> (дата обращения: 20.05.2024).

4. Boutelle K., Neumark-Sztainer D., Story M., Resnick M. Weight control behaviors among obese, overweight, and nonoverweight adolescents // *J Pediatr Psychol*. 2002 Sep; 27(6). P. 531–540. doi: 10.1093/jpepsy/27.6.531 URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12177253/>
5. Бобров А.Е., Гегель Н.В., Гурова О.Ю. Особенности поведения больных с избыточной массой тела и ожирением // *Альманах клинической медицины*. 2016. № 32. С. 3–7. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22480343> (дата обращения: 20.05.2024).
6. Фонталова Н.С., Шишкина А.О., Фонталов Р.Н. Социально-психологические особенности людей с различной степенью избыточной массы тела // *Baikal Research Journal*. 2017 № 1 URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-osobennosti-lyudey-s-razlichnoy-stepenyu-izbytochnoy-massy-tela> (дата обращения: 20.05.2024).
7. Гордеева Т. О. Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 1: Проблемы развития теории // *Психологические исследования: электрон. науч. журн.: Электронный ресурс*. 2010. № 4(12). URL: <https://psystudy.ru/index.php/nu/article/view/906> (дата обращения: 20.05.2024).
8. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being // *American Psychologist*. 2000. № 55. P. 68–78. doi: 10.1037//0003-066x.55.1.68. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11392867/> (дата обращения: 20.05.2024).
9. Kopp L.L., Zimmer-Gembeck M.J. Women's global self-determination, eating regulation, and body dissatisfaction: exploring the role of autonomy support // *Eat Behav*. 2011 Aug; 12(3). P. 222–224. doi: 10.1016/j.eatbeh.2011.02.003. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21741022/> (дата обращения: 20.05.2024).
10. Pelletier L.G., Dion S.C., Slovenic-D'Angelo M., Reid R. Why do you regulate what you eat? relationship between forms of regulation, eating behaviors, sustained dietary behavior change, and psychological adjustment // *Motivation and Emotion*. 2004. № 28. P. 245–277. doi:10.1023/B:MOEM.0000040154.40922.14 URL: <https://link.springer.com/article/10.1023/B:MOEM.0000040154.40922.14> (дата обращения: 20.05.2024).
11. Williams G.C., Grow V.M., Freedman Z.R., Ryan R.M., Deci E.L. Motivational predictors of weight loss and weight-loss maintenance // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996. № 70. P. 115–126. doi: 10.1037//0022-3514.70.1.115. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8558405/> (дата обращения: 20.05.2024).
12. Черный Н.В. Обзор исследований динамики мотивационной сферы личности в ретроспективе // *Вестник ТвГУ. Серия «Педагогика и психология»*. 2016. № 3 — С. 255–261. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27126609> (дата обращения: 20.05.2024).
13. Шипачев Р.Ю. Клинико-психологические особенности женщин с избыточной массой тела // *Вестник психотерапии*. 2006 № 18(23). С. 139–143. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=9519920&ysclid=lwgsred16g844811513> (дата обращения: 20.05.2024).
14. Новикова И.А., Шляхта Д.А., Баранова С.В. Соотношение индивидуально-типических особенностей настойчивости и свойств темперамента студентов // *Вестник РУДН. Серия «Психология и педагогика»*. — 2013. — № 3. — С. 22–31. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20290122&ysclid=lwgssu04e9638642017> (дата обращения: 20.05.2024).

15. Караваева Т.А., Фомичева М.В. Психогенное переедание: проблемы классификации, диагностики, подходы к психотерапии (обзор литературы) // Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева. 2022. Т. 56. № 2. С. 21–34. DOI: 10.31363/2313-7053-2022-56-2-21-34 URL: <https://psy.su/feed/10261/> (дата обращения: 20.05.2024).

Tolmacheva Vera Igorevna

Far Eastern Federal University, Vladivostok, Russia
E-mail: tolmacheva.vi@dvfu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-7179-1665>

Tokareva Yuliia Aleksandrovna

Ural Federal University named after the First President of Russia B.N. Yeltsin, Ekaterinburg, Russian
E-mail: iu.a.tokareva@urfu.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8868-7833>

Psychological features of the motivational sphere and life-purpose orientations of overweight women

Abstract. The problem of weight loss worries many people around the world, especially women. Modern society is increasingly approaching the problem of overweight through psychological interventions. However, there are no clear ideas about the psychological foundations and mechanisms that give a stable effect. The importance of motivation in the regulation of nutrition and weight management and the role of life orientations in building priorities is quite high. A study was conducted aimed at determining the characteristics of the motivational sphere and life orientations of overweight women.

30 women aged 30 to 42 years participated in our study. The peculiarities of the motivational sphere of women were diagnosed using the methods «Test of life orientations», «Motivational personality profile», «Riss Motivational profile».

The results of the study showed that there are statistically significant differences in the motivational sphere of overweight and normal-weight women. The indicator of the dominance of stenicity in emotional preferences, diagnosed using the method of «Motivational personality profile», reflecting a person's tendency to active emotional experiences and a constructive position in difficult situations, is more pronounced in women with conditionally normal weight. According to the results of the diagnosis using the method «Motivational profile of Riess», it was found that the need for satiety, as the use of food as a special source of pleasure, is more developed in the group of overweight women. The need for social contacts, reflecting the importance of communicating with other people, is more developed in the group of women with normal weight.

The results obtained in the study serve as the basis for further research aimed at establishing the motivational and value orientations of overweight women.

Keywords: motivational sphere; overweight; motivational profile; eating behavior; stenicity in emotional preferences; the need for saturation; the need for social contacts