

Польская Н.А., Якубовская Д.К., Разваляева А.Ю.,  
Власова Н.В.

Русскоязычная валидизация  
краткой шкалы переживания телесного стыда

Polskaya N.A., Yakubovskaya D.K., Razvaliaeva A.Yu.,  
Vlasova N.V.

Russian Validation  
of the Phenomenological Body Shame Scale – Revised

*Научно-практический центр психического здоровья детей и подростков им. Г.Е. Сухаревой  
(ГБУЗ «НПЦ ПЗДП им. Г.Е. Сухаревой ДЗМ»), Москва, Россия*

*Институт психологии Российской академии наук (ФГБУН ИП РАН), Москва, Россия  
Образовательный центр «Протон» (ГБОУ «Образовательный центр «Протон»), Москва, Россия*

Телесный стыд, формирующийся в подростковом возрасте под влиянием социальных сравнений и идеализации внешности, связан с риском психопатологии и нарушениями психического здоровья, причем особенно он выражен у девушек. Переживание телесного стыда проявляется в стремлении скрыть неудовлетворительные аспекты внешности, а также в избегании ситуаций, где этот стыд может возникнуть. Несмотря на актуальность, в отечественной психологии нет методик, предназначенных для оценки этого конструкта, преобладают опросники, измеряющие негативный образ тела.

*Цель исследования:* психометрическая проверка краткой шкалы переживания телесного стыда (The Phenomenological Body Shame Scale – Revised) на русскоязычной женской выборке подросткового и юношеского возраста.

*Метод.* Выборку составили девушки 13–21 года ( $n = 551$ ). Конвергентная валидность проверялась с помощью опросника межличностной чувствительности, шкалы страха негативной оценки внешности, опросника образа собственного тела и шкалы самооценки Розенберга.

*Результаты.* С помощью конфирматорного факторного анализа подтвердилась однофакторная структура шкалы ( $\chi^2 = 55,5$ ,  $df = 20$ ,  $CFI = 0,979$ ,  $RMSEA = 0,070$ ,  $SRMR = 0,027$ ). Была показана эквивалентность этой структуры в выборках подросткового и юношеского возраста; эти группы также не различались по общему баллу телесного стыда. Внутренняя согласованность шкалы была высокой ( $\alpha = 0,906$ ;

$\omega = 0,913$ ), ее ретестовая надежность – удовлетворительной ( $r = 0,782$ ). Наиболее сильно телесный стыд оказался положительно связан с неудовлетворенностью телом и отрицательно – с уровнем самооценки. Положительные связи средней величины были получены со всеми шкалами межличностной чувствительности и страхом негативной оценки внешности.

*Выводы.* Краткая шкала переживания телесного стыда продемонстрировала хорошие психометрические характеристики и может использоваться в скрининговых, кросс-секционных и лонгитюдных исследованиях эмоционально-личностных компонентов образа тела, а также в практике психологического консультирования для выявления возможных искажений в восприятии собственного тела и внешности.

*Ключевые слова:* стыд, девушки, подростковый возраст, юношеский возраст, страх негативной оценки внешности, краткая шкала переживания телесного стыда

*Для цитирования:* Польская, Н.А., Якубовская, Д.К., Разваляева, А.Ю., Власова, Н.В. Русскоязычная валидизация краткой шкалы переживания телесного стыда // Новые психологические исследования. 2026. № 1. С. 167–188. DOI: 10.51217/npsyresearch\_2026\_06\_01\_09

## **Введение**

Стыд относится к группе социальных эмоций, сопровождающихся субъективным переживанием личностью неполноценности (Бреслав, 2006), несоответствия социальным нормам и внутренним стандартам (Gilbert, 2002). Эта эмоция проявляется через самообесценивание, отвращение к себе и самоосуждение (Gilbert, 2002) и описывается как «отчуждающий и изолирующий опыт, который далеко не тривиален, часто глубоко тревожен и является причиной значительного дистресса» (Dolezal, Lyons, 2017, p. 258). Переживание стыда предполагает не только восприятие события и реакцию на него, но и осмысление этого события, его рефлексивную переработку. Диапазон таких переживаний достаточно широк: от «слабейшего укола смущения до жгучей боли унижения» (Nathanson, цит. по Dolezal, Lyons, 2017, p. 257).

Выделяют внешний и внутренний аспекты стыда (Gilbert, 2002). Внешний стыд связан с переживанием возможной негативной оценки со стороны других и ощущением собственной ущербности, что отражает угрозу социальному «я» и чувствам принадлежности и принятия (Gilbert, 2002; Brown, 2006). Внутренний стыд возникает вследствие интернализации этих оценок и проявляется в самокритичности, са-

моосуждении и самообесценивании (Gilbert, 2002). Люди, испытывающие стыд, нередко скрывают его не только от окружающих, но и от себя, поскольку признание стыда настолько болезненно, что его избегают как намеренно, так и неосознанно, игнорируя, скрывая, замещая самоуничижительное чувство стыда другими чувствами (гневом, виной или нарциссической гордостью) (Dolezal, Lyons, 2017).

Объектом стыда могут становиться не только чувства и мысли, поступки или субъективные недостатки характера, но и собственное тело. Телесный стыд проявляется как убежденность в негативной социальной оценке внешности при высокой субъективной значимости внешнего вида. На поведенческом уровне это выражается в сокрытии или попытках исправления «неудовлетворительных» аспектов внешности, а также в избегании социальных ситуаций, способных вызвать чувство стыда (Gilbert, 2002).

Телесный стыд близок по значению неудовлетворенности телом, однако в первом случае речь идет о социальной эмоции, основанной на негативном суждении о собственном теле, тогда как неудовлетворенность телом связана с оценкой несоответствия между реальной и идеальной внешностью (Grogan, 2021). В отличие от неудовлетворенности телом, фокусирующейся на теле и его недостатках, телесный стыд может распространяться на личность в целом и переживаться как моральное несовершенство и личностный крах (Ильин, 2016; Kidd et al., 2024). При этом телесный стыд остается менее изученным конструктом (Lacroix et al., 2023; Saunders et al., 2024). Оба явления рассматриваются в рамках образа тела, представляющего сложную многокомпонентную структуру (Мешкова, 2021; Тхостов, Лукин, 2015).

Телесный стыд формируется под влиянием социокультурной идеализации внешности (Польская, Якубовская, 2022), где демонстрация привлекательности рассматривается как значимый индикатор социальной ценности индивидуума (Oliveira et al., 2024). Современные стандарты красоты, транслируемые рекламой, кино и социальными медиа, часто недостижимы, что усиливает внимание женщин и девушек к своему телу, повышая неудовлетворенность внешностью и способствуя самообъективации (Fredrickson, Roberts, 1998; Saunders et al., 2024). Этот вид стыда усиливается под влиянием негативных обсуждений тела в социальных сетях и давления со стороны семьи, друзей и СМИ (Wang et al., 2025).

Стыд, наряду с неадаптивными стратегиями регуляции эмоций, предсказывает дисфункциональные действия, сфокусированные на теле: такие, как выдергивание волос, ковыряние кожи, обкусывание

ногтей (Houazene et al., 2021). Он связан с расстройствами пищевого поведения, депрессией, телесным дисморфическим расстройством (Nechita et al., 2021; Sick et al., 2020; Oliveira et al., 2024), а также с самостигматизацией при дерматологических заболеваниях и диабете (Stuhlmann et al., 2025; Lipsett, Berkman, 2025). В целом, телесный стыд оказывает влияние на соматическое здоровье (Lamont, 2015).

Таким образом, широкий спектр переживаний и причин телесного стыда подчеркивает необходимость разработки психологических методик его выявления и оценки.

### **Методики оценки телесного стыда**

Несмотря на растущий интерес к теме стыда в отечественной психологии (Макогон, Ениколопов, 2014), методик его оценки мало. В российских исследованиях телесный стыд чаще оценивается через клиническую беседу (Кочнова и др., 2023), качественно-количественные методы (Цыганкова, Прончихина, 2019) или инструменты, не прошедшие русскоязычную адаптацию (Боголюбова, Киселева, 2015; Юсупов, Мясникова, 2019).

Зарубежных методик, специально разработанных для его оценки, также немного, и чаще всего они фокусируются на аспектах, связанных с весом и формой тела, оценивая реакции на ситуации возможной критики или несоответствия культурным стандартам – внешним или внутренним (McKinley, Hyde, 1996; Thompson et al., 2003; Conrardt et al., 2007; Duarte et al., 2015).

Вопросы методик оценки телесного стыда обычно касаются мыслей и представлений о стыде в разных ситуациях, однако их недостаток в том, что респондентов подобными вопросами побуждают признавать собственный стыд, что постыдно само по себе, предлагаемые же в опросниках сценарии или ситуации могут не отражать индивидуальный опыт, а их формулировки скорее оценивают беспокойство о восприятии тела другими, чем сам стыд (Siegel et al., 2021). Поэтому вызывают интерес именно методики, фокусирующиеся на феноменологии телесности и личностном переживании телесного стыда.

### **Краткая шкала переживания телесного стыда (*The Phenomenological Body Shame Scale – Revised*)**

Эта методика – сокращенный и пересмотренный вариант исходной шкалы «*The Phenomenological Body Shame Scale*» (PBSS) (Fredrickson et al., 1998). Шкала PBSS опирается на идеи Ч. Дарвина и М. Льюиса о природе человеческого стыда, возникающего при переживании несо-

ответствия своего внешнего вида внутреннему или социокультурному идеалу. Другим источником являются представления об объективации и самообъективации, усиливающих стыд и побуждающих к изменению внешности ради социального принятия.

В первоначальном варианте методика PBSS состояла из двух частей. Первая часть содержала 18 пунктов, нацеленных на феноменологию стыда – его переживание, идентифицируемое через такие мотивационно-личностные компоненты, как «желание спрятаться, убежать, отвернуться, исчезнуть или стать меньше, ... изменить неудавшиеся аспекты себя» (Fredrickson et al., 1998, p. 273). В инструкции респондентов просили представить, что они стоят перед зеркалом, и далее нужно было отметить, насколько сильно они чувствуют подобные состояния. Во второй части респонденты оценивали, насколько сильно они хотели бы изменить разные части своего тела (14 пунктов). Обе части показали хорошую внутреннюю надежность на студенческой выборке.

В 2021 г. Дж. Сигел (J.A. Siegel) с коллегами переработали первую часть данной методики, предложив «*Краткую* шкалу переживания телесного стыда» (PBSS-R). Они исключили вопросы, прямо связанные с желанием изменить тело (вес, форму), и оставили вопросы, имеющие отношение к феноменологии стыда. Первоначально использовалась версия шкалы Фредериксон (PBSS) с 17 пунктами (один из пунктов «Я хотел бы быть больше», присутствующий в первоначальной версии, был исключен как не отражающий опыт переживания стыда у женщин) (Siegel et al., 2021).

В рамках психометрической проверки этого варианта методики было проведено несколько исследований. В первом исследовании по результатам конфирматорного факторного анализа (КФА) были исключены 8 пунктов – все они касались оценочных суждений о собственной внешности или эмоциях. В результате осталось 9 пунктов, 8 из которых описывали переживание стыда и 1 – эмоцию смущения. Этот пункт был оставлен, так как его удаление не улучшало модель. Во втором исследовании, выполненном авторами на другой выборке, был проведен повторный КФА. Здесь было показано существенное улучшение модели при удалении пункта об эмоции смущения, что объясняется тем, что стыд и смущение – разные эмоции. В дальнейших исследованиях применялась шкала из 8 пунктов – The Phenomenological Body Shame Scale – Revised (Siegel et al., 2021). Шкала показала хорошие психометрические характеристики, и, несмотря на то, что ее модификация была проведена на студенческой выборке (от

18 лет и старше), она может быть полезна в исследованиях образа тела и его нарушений у девочек-подростков и юных девушек, как наиболее уязвимых к психологическому дистрессу из-за чувства несоответствия своего внешнего вида идеалам привлекательности, демонстрируемым, прежде всего, в социальных медиа (Польская, Якубовская, 2022; Parageorgiou et al., 2022).

*Цель* данного исследования – психометрическая проверка «Краткой шкалы переживания телесного стыда» (Phenomenological Body Shame Scale-Revised – PBSS-R) на русскоязычной женской выборке подросткового и юношеского возраста.

## Метод

*Процедура и выборка.* Прямой и обратный перевод «Краткой шкалы переживания телесного стыда» (далее – PBSS-R) проводился двумя психологами, владеющими английским языком на профессиональном уровне, независимо друг от друга; оценка качества переводов и их соответствия оригинальной версии осуществлялась клиническим психологом с дополнительным филологическим образованием.

Сбор данных проходил в очно-заочном формате: в школах и вузах г. Москвы – очно, что включало заполнение участницами распечатанного комплекта методик; заочно – через заполнение онлайн-формы. Информация о целях и содержании исследования размещалась в русскоязычных социальных сетях психологической и образовательной направленности. Заполнение методик предварялось информированным согласием. Участие в исследовании было добровольным, анонимным, на безвозмездной основе.

Отбор участниц в рамках адаптации методики был организован в соответствии со следующими критериями. *Критерии включения* в выборку: женский пол, возраст от 13 лет до 21 года включительно, проживание на территории Российской Федерации. *Критерии невключения:* мужской пол, возраст младше 13 лет и старше 21 года, сообщение о текущих проблемах с психическим здоровьем (с этой целью в анкете предусматривались вопросы о наличии психического расстройства и психиатрического диагноза), проживание за пределами Российской Федерации. Общее число участниц, включенных в исследование, – 551, средний возраст –  $19 \pm 2,33$  лет.

*Анализ данных* проводился в статистическом пакете JAMOVI [Version 2.3.28.0] (The jamovi project, 2022). Структура методики PBSS-R проверялась методом конфирматорного факторного анализа; согласованность пунктов оценивалась на основе двух критериев – альфа

Кронбаха и омега Макдональда; для проверки ретестовой надежности и конвергентной валидности применялся корреляционный анализ (коэффициент Спирмена); сравнение возрастных групп и групп с разной выраженностью телесного стыда осуществлялось с помощью непараметрических критериев (критерий Краскела-Уоллиса и метод попарных сравнений DSCF (Дуасс-Стил-Кричлоу-Флигнер –Dwass-Steel-Critchlow-Fligner).

#### *Методики*

Краткая шкала переживания телесного стыда – *Phenomenological Body Shame Scale-Revised*, PBSS-R (Siegel et al., 2021) состоит из 8 пунктов. Перед началом работы со шкалой предлагается следующая инструкция: «Представьте, что Вы стоите перед зеркалом и смотрите на свое тело. Отметьте, в какой степени Вы испытываете каждое из описанных чувств, используя шкалу, указанную ниже». В оригинальной версии выбор ответов варьировался от 1 – «вовсе нет» до 5 – «очень сильно». Учитывая, что в наше исследование были включены подростки, мы приняли решение создать более структурированную версию ликертовской шкалы с выбором ответов: 1 – «совершенно не согласен»; 2 – «не согласен»; 3 – «затрудняюсь ответить»; 4 – «согласен»; 5 – «совершенно согласен» (Приложение).

Конвергентная валидность проверялась с помощью следующих методик.

«*Опросник межличностной чувствительности*» (Разваляева, Польская, 2021) направлен на оценку воспринимаемой уязвимости в межличностных отношениях; включает 22 пункта с выбором ответов по четырехбалльной шкале: от «совершенно не соответствует» до «полностью соответствует». На основе ответов могут быть выделены три шкалы – страх отвержения ( $\alpha = 0,81^1$ ), беспокойство в межличностных отношениях ( $\alpha = 0,71$ ), зависимость от оценок окружающих ( $\alpha = 0,89$ ). Сумма трех шкал составляет общий показатель межличностной чувствительности ( $\alpha = 0,90$ ).

Шкала «*Страх негативной оценки внешности*» (Разваляева, Польская, 2020) направлена на выявление беспокойства, связанного с негативными оценками внешнего вида окружающими. Шкала является однофакторной и состоит из 6 пунктов с выбором ответов по пятибалльной шкале: от «совсем нет» до «очень сильно» ( $\alpha = 0,92$ ).

«*Опросник образа собственного тела*» (Скугаревский, Сивуха, 2006) оценивает неудовлетворенность своим телом; включает 16 пунктов с

---

<sup>1</sup> Здесь и далее в описании методик в круглых скобках указан показатель согласованности пунктов альфа Кронбаха на данной выборке

выбором ответа по четырехбалльной шкале: от «никогда» до «всегда». Подсчитывается общий балл, свидетельствующий о выраженности неудовлетворенности телом ( $\alpha = 0,94$ ).

«Шкала самооценки Розенберга» (Золотарева, 2020) состоит из 10 пунктов с выбором ответа по четырехбалльной шкале от «полностью не согласен» до «полностью согласен». Шкала позволяет оценить уровень общей самооценки (от 0 до 30 баллов): чем выше значение по шкале, тем самооценка выше ( $\alpha = 0,88$ ).

## Результаты

В выборку вошла 551 девушка в возрасте от 13 лет до 21 года. В табл. 1 представлено распределение выборки по возрасту и занятости.

**Таблица 1.** Распределение выборки по возрасту и занятости (N = 551)

Возраст	Основная занятость									
	Обучение в школе		Обучение в колледже		Обучение в вузе		Работает		Не работает, не учится	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
13	23	14,5	1	1,5	–	–	–	–	–	–
14	36	22	–	–	–	–	–	–	–	–
15	22	13,8	–	–	–	–	–	–	–	–
16	57	35,9	9	13,9	–	–	–	–	–	–
17	22	13,8	11	16,9	9	3,1	2	7,1	–	–
18	–	–	10	15,4	66	22,9	1	3,6	2	18,2
19	–	–	21	32,3	69	24	4	14,3	2	18,2
20	–	–	8	12,3	71	24,7	8	28,6	2	18,2
21	–	–	5	7,7	73	25,3	13	46,4	4	36,3
Всего (N = 551)	160	29	65	11,8	288	52,3	28	5,1	10	1,8

Проверка на нормальность распределения ответов на пункты PBSS-R проводилась с использованием критерия Шапиро-Уилка (для всех пунктов шкалы  $p < 0,001$ ), асимметрия по всем пунктам была положительной, т.е. распределение не является нормальным и скошено влево.

*Факторная структура.* Для проверки факторной структуры PBSS-R проводился конфирматорный факторный анализ методом максимального правдоподобия, учитывающим отклонение сырых данных от нормального распределения (MLM). Однофакторная модель показала хорошие индексы соответствия данным:  $\chi^2 = 55,5$ ,  $df = 20$ , CFI = 0,979, RMSEA = 0,070, SRMR = 0,027 (см. рис. 1).

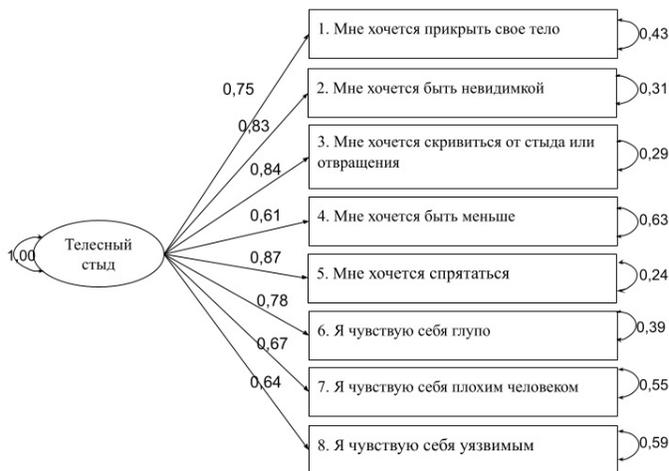


Рис. 1. Факторная структура краткой шкалы переживания телесного стыда (PBSS-R)

Для проверки различий между девушками подросткового и юношеского возраста в ответах на пункты PBSS-R был проведен мультигрупповой конфирматорный факторный анализ с измерением слабой и сильной инвариантности. Сравнивались группы по возрасту: 1) подростковый возраст – 13–17 лет –  $n = 192$ ; 2) юношеский возраст – 18–21 лет –  $n = 359$ . Слабая инвариантность (равенство факторных нагрузок) и сильная инвариантность (равенство факторных нагрузок и порогов) были подтверждены для обоих типов анализа (см. табл. 2), что указывает на эквивалентность конструкта телесного стыда в подростковом и юношеском возрасте.

Таблица 2. Показатели моделей при мультигрупповом конфирматорном факторном анализе

Модель	$\chi^2$	df	CFI	RMSEA	SRMR	$\Delta \chi^2$	p
Базовая модель	85,2	40	0,974	0,079	0,032	–	–
Слабая инвариантность	91,1	47	0,976	0,070	0,035	2,39	0,93
Сильная инвариантность	101	54	0,975	0,066	0,037	10,44	0,79

При проверке различий между возрастными группами по пунктам и общему баллу PBSS-R с помощью критерия Манна-Уитни значимых различий не выявлено ( $p > 0,05$ ).

*Внутренняя надежность.* Методика PBSS-R показала хорошую внутреннюю надежность: альфа Кронбаха –  $\alpha = 0,906$ ; омега Макдональда –  $\omega = 0,913$ .

*Ретестовая надежность.* В период от 10 до 15 дней после первичного заполнения методика PBSS-R была заполнена повторно ( $n = 45$ ). Несмотря на небольшую группу, повторно заполнивших шкалу, при проверке связи между результатами первичного и повторного тестирования коэффициент корреляции Спирмена составил 0,782, что можно считать удовлетворительным показателем ретестовой надежности шкалы.

*Конвергентная валидность.* Наиболее высокая положительная связь PBSS-R ожидаемо оказалась с неудовлетворенностью собственным телом, а отрицательная – с общим уровнем самооценки. Положительные связи были получены между «Переживанием телесного стыда» и «Общей шкалой межличностной чувствительности»; наиболее сильная связь в данном случае оказалась со шкалой «Страх отвержения», немного слабее – с «Зависимостью от оценок окружающих»; меньшей по значимости – с «Беспокойством в межличностных отношениях» (см. табл. 3).

**Таблица 3.** Связи между переживанием телесного стыда и образом собственного тела, страхом негативной оценки внешности, межличностной чувствительностью и общей самооценкой

Шкалы	Переживание телесного стыда
Образ собственного тела (неудовлетворенность телом)	0,806***
Страх негативной оценки внешности	0,570***
Межличностная чувствительность (общий балл)	0,698***
Страх отвержения	0,683***
Зависимость от оценок окружающих	0,590***
Беспокойство в межличностных отношениях	0,457***
Уровень самооценки	-0,717***

*Примечание.* \*\*\* –  $p < 0,001$ .

*Уровни переживания телесного стыда.* Для выделения групп с разной выраженностью переживания телесного стыда было проведено кватильное распределение: к низкому уровню были отнесены баллы до 25-го перцентиля ( $\leq 11$ ), к среднему уровню – баллы в диапазоне выше 25-го и ниже 75-го перцентиля (12–20), к высокому уровню – баллы выше 75-го перцентиля ( $\geq 21$ ).

При проверке различий между подгруппами с использованием критерия Краскела-Уоллиса и метода попарных сравнений DSCF установлено, что участницы с высоким уровнем телесного стыда демонстрировали наиболее высокие показатели межличностной чувствительности, страха негативной оценки внешности и неудовлетворенности телом, а также наиболее низкие показатели самооценки (по всем шкалам  $p < 0,001$ ).

### Обсуждение

При психометрической проверке русскоязычная версия «Краткой шкалы переживания телесного стыда» сохранила однофакторную структуру и показала высокую внутреннюю и ретестовую надежность на выборке девушек 13–21 года. Была обнаружена инвариантность методики между возрастными группами 13–17 и 18–21 лет, то есть переживание телесного стыда у девочек-подростков и юных девушек измеряется одинаково. Этот результат дополняет редкие данные о возрастной динамике телесного стыда и демонстрирует эквивалентность структуры конструкта вне зависимости от возрастного периода – подросткового или юношеского. Хотя у девушек, начиная с 16 лет, наблюдается улучшение образа тела (Lacroix et al., 2023), в нашей выборке это не отражается на уровне телесного стыда. Аналогичные результаты получены на выборке взрослых женщин (20–84 лет): неудовлетворенность телом снижается с возрастом, тогда как телесный стыд остается стабильным (Tiggemann, Lynch, 2001).

Переживание телесного стыда продемонстрировало значимые связи с неудовлетворенностью телом и страхом негативной оценки внешности, что хорошо согласуется с предыдущими исследованиями влияния транслируемых в СМИ и социальных медиа «идеалов» внешней привлекательности на нарушения образа тела и самообъективацию (Польская, Якубовская, 2022; Saunders et al., 2024). В австралийском лонгитюдном исследовании, выполненном на выборке школьников 11–19 лет, было показано, что подростки с более высоким уровнем страха негативной оценки внешности сильнее тревожатся по поводу своего веса/формы тела, причем эта связь более выражена у девушек, чем у юношей (Trompeter et al., 2018).

Ранее в клинической выборке девочек-подростков с расстройствами пищевого поведения была описана связь телесного стыда со страхом негативной оценки внешности и межличностной чувствительностью (Польская и др., 2024). Как отмечают авторы другого исследования, люди с высокой межличностной чувствительностью, склонные к

чрезмерной бдительности в отношении сигналов отвержения со стороны других людей, более склонны переживать стыд (Nyström et al., 2018). В текущем исследовании мы также обнаружили значимую связь телесного стыда с межличностной чувствительностью, причем наиболее сильной она оказалась со страхом отвержения.

Отдельно следует сказать о связи общей самооценки и телесного стыда. В нашем исследовании эта связь отрицательная, что подтверждается как в метаанализе, сфокусированном на изучении связи стыда и самооценки (Budiarto, Helmi, 2021), так и в исследовании предикторов расстройств пищевого поведения: например, на подростково-юношеской выборке 13–20 лет было показано, что низкий уровень самооценки наряду с выраженным телесным стыдом оказывают существенное влияние на уязвимость к расстройствам пищевого поведения (Cella et al., 2020).

Выделенные (на основе распределения на квартили) уровни телесного стыда могут быть полезны в исследовательских целях, однако следует учитывать, что эти значения получены на выборке с распределением, отклоняющимся от нормального.

### **Ограничения и будущие направления исследования**

Валидность русскоязычной версии «Краткой шкалы переживания телесного стыда» проверялась на выборке девушек 13–21 года, поэтому ее применимость для женщин старшего возраста требует отдельного изучения. Будущие исследования должны оценить психометрические характеристики методики у женщин от 22 лет и мужчин, у которых телесный стыд малоизучен. Также необходимы сравнительные исследования выраженности телесного стыда в различных нозологических группах подростков и юношеской популяции с психопатологической и соматической симптоматикой.

### **Выводы**

«Краткая шкала переживания телесного стыда» – компактная и надежная методика, предназначенная для изучения телесного стыда у девушек подросткового и юношеского возраста. Шкала подходит для скрининговых, кросс-секционных и лонгитюдных исследований, а также представляет ценность для психологического консультирования, поскольку позволяет выявить искажения в восприятии собственного тела. В сочетании с другими методиками она расширяет понимание телесного стыда и может использоваться для наблюдения за его динамикой в возрастной и клинической перспективе.

## Литература

- Боголюбова, О.Н., Киселева, Е.В. Психологические и психофизиологические характеристики переживания стыда: роль неблагоприятного детского опыта // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2015. № 2. С. 30–44.
- Бреслав, Г.М. Психология эмоций. М.: Смысл, 2006.
- Золотарева, А.А. Валидность и надежность русскоязычной версии шкалы самооценки М. Розенберга // Вестник Омского университета. Серия «Психология». 2020. № 2. С. 52–57. DOI: 10.24147/2410-6364.2020.2.52-57.
- Ильин, Е.П. Психология совести. Вина, стыд, раскаяние. М.: Питер, 2016.
- Кочнова, Е.Н., Меринов, А.В., Володин, Б.Ю., Новиков, В.В. Аутоагрессивные характеристики юношей и девушек, испытывающих отчетливые переживания стыда собственного тела // Суицидология. 2023. № 1(50). С. 101–114. DOI: 10.32878/suiciderus.23-14-01(50)-101-114.
- Макогон, И.К., Ениколопов, С.Н. Апробация методики измерения склонности к переживанию чувства вины и стыда (GASP) // Вопросы психологии. 2014. № 4. С. 118–125.
- Мешкова, Т.А. Концепция позитивного образа тела в современной зарубежной психологии // Современная зарубежная психология. 2021. Т. 10. № 2. С. 55–69. DOI: 10.17759/jmfp.2021100206.
- Польская, Н.А., Якубовская, Д.К. Идеализация тела в социальных медиа // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 2. С. 128–141. DOI: 10.31857/S020595920018771-4.
- Польская, Н.А., Якубовская, Д.К., Разваляева, А.Ю., Власова, Н.В. Межличностная чувствительность, страх негативной оценки внешности и стыд тела как факторы контроля веса девочками-подростками с расстройствами пищевого поведения // Консультативная психология и психотерапия. 2024. Т. 32. № 3. С. 67–89. DOI: 10.17759/cpp.2024320304.
- Разваляева, А.Ю., Польская, Н.А. Психометрические свойства русскоязычной трехфакторной версии опросника межличностной чувствительности // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Т. 29. № 4. С. 73–94. DOI: 10.17759/cpp.2021290405.
- Разваляева, А.Ю., Польская, Н.А. Русскоязычная адаптация методик «Чувствительность к отвержению из-за внешности» и «Страх негативной оценки внешности» // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 4. С. 118–143. DOI: 10.17759/cpp.2020280407.
- Скугаревский, О.А., Сивуха, С.В. Образ собственного тела: разработка инструмента для оценки // Психологический журнал (Минск). 2006. № 2. С. 40–48.

- Тхостов, А.Ш., Лукин, А.В. Феномен телесности в контексте современного научного знания: обзор литературы // Психические расстройства в общей медицине. 2015. № 1. С. 34–39.
- Цыганкова, П.В., Прончихина, Е.Ю. Особенности эмоционального реагирования на посты группы «Типичная анорексичка» социальной сети «ВКонтакте» у девушек с различными типами телесности // Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование». 2019. № 2. С. 77–96. DOI: 10.28995/2073-6398-2019-2-77-96.
- Юсупов, П.Р., Мясникова, О.В. Самообъективация как фактор риска в контексте нарушений пищевого поведения у девочек-подростков // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. 2019. № 3. С. 122–136.
- Brown, B. Shame resilience theory: a grounded theory study on women and shame // Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services. 2006. Vol. 87. No. 1. P. 43–52. DOI: 10.1606/1044-3894.3483.
- Budiarto, Y., Helmi, A.F. Shame and self-esteem: A meta-analysis // Europe's Journal of Psychology. 2021. Vol. 17. No. 2. P. 131–145. DOI: 10.5964/ejop.2115.
- Cella, S., Iannaccone, M., Cotrufo, P. Does body shame mediate the relationship between parental bonding, self-esteem, maladaptive perfectionism, body mass index and eating disorders? A structural equation model // Eating and Weight Disorders. 2020. Vol. 25. P. 667–678. DOI: 10.1007/s40519-019-00670-3.
- Conradt, M., Dierk, J.M., Schlumberger, P. et al. Development of the weight-and body-related shame and guilt scale (WEB-SG) in a nonclinical sample of obese individuals // Journal of Personality Assessment. 2007. Vol. 88. No. 3. P. 317–327. DOI: 10.1080/00223890701331856.
- Dolezal, L., Lyons, B. Health-related shame: an affective determinant of health? // Medical Humanities. 2017. Vol. 43. No. 4. P. 257–263. DOI: 10.1136/medhum-2017-011186.
- Duarte, C., Pinto-Gouveia, J., Ferreira, C., Batista, D. Body image as a source of shame: A new measure for the assessment of the multifaceted nature of body image shame // Clinical Psychology and Psychotherapy. 2015. Vol. 22. No. 6. P. 656–666. DOI: 10.1002/cpp.1925.
- Fredrickson, B.L., Roberts, T.A., Noll, S.M. et al. That swimsuit becomes you: sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance // Journal of Personality and Social Psychology. 1998. Vol. 75. No. 1. P. 269–284. DOI: 10.1037/0022-3514.75.1.269.
- Gilbert, P. Body shame: A biopsychosocial conceptualisation and overview, with treatment implications / In P. Gilbert, J. Miles (Eds.), Body Shame: Conceptualisation, Research and Treatment. London: Brunner, 2002. P. 3–54.

- Grogan, S. *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. London: Routledge, 2021.
- Houazene, S., Aardema, F., Leclerc, J.B., O'Connor, K. The role of self-criticism and shame in body-focused repetitive behaviour symptoms // *Behaviour Change*. 2021. Vol. 38. No. 1. P. 10–24. DOI: 10.1017/bec.2020.16.
- Kidd, C., Loxton, N.J., Uhlmann, L.R., Donovan, C.L. Integrating social media, body shame and psychological distress within the Elaborated Sociocultural Model // *Body Image*. 2024. Vol. 50. P. 101723. DOI: 10.1016/j.bodyim.2024.101723.
- Lacroix, E., Smith, A.J., Husain, I.A. et al. Normative body image development: A longitudinal meta-analysis of mean-level change // *Body Image*. 2023. Vol. 45. P. 238–264. DOI: 10.1016/j.bodyim.2023.03.003.
- Lamont, J.M. Trait body shame predicts health outcomes in college women: A longitudinal investigation // *Journal of Behavioral Medicine*. 2015. Vol. 38. No. 6. P. 998–1008. DOI: 10.1007/s10865-015-9659-9.
- Lipsett, M., Berkman, E. A randomized controlled trial of an acceptance and commitment therapy-informed diabetes prevention program reduces body shame and distress // *Health Psychology*. 2025. Vol. 44. No. 5. P. 549–559. DOI: 10.1037/hea0001434.
- McKinley, N.M., Hyde, J.S. The Objectified Body Consciousness Scale: Development and validation // *Psychology of Women Quarterly*. 1996. Vol. 20. No. 2. P. 181–215. DOI: 10.1111/j.1471-6402.1996.tb00467.x.
- Nechita, D.M., Bud, S., David, D. Shame and eating disorders symptoms: A meta-analysis // *International Journal of Eating Disorders*. 2021. Vol. 54. No. 11. P. 1899–1945. DOI: 10.1002/eat.23583.
- Nyström, M.B.T., Kjellberg, E., Heimdahl, U., Jonsson, B. Shame and interpersonal sensitivity: Gender differences and the association between internalized shame coping strategies and interpersonal sensitivity // *Bulletin of the Menninger Clinic*. 2018. Vol. 82. No. 2. P. 137–155. DOI: 10.1521/bumc.2018.82.2.137.
- Oliveira, M.F., Coimbra, M., Ferreira, C. How does the experience of shame impact body dysmorphic symptomatology? Exploring the role of mindfulness and body image-related cognitive fusion // *Current Psychology*. 2024. Vol. 43. P. 13454–13464. DOI: 10.1007/s12144-023-05385-4.
- Papageorgiou, A., Fisher, C., Cross, D. «Why don't I look like her?» How adolescent girls view social media and its connection to body image // *BMC Women's Health*. 2022. Vol. 22. No. 1. P. 261. DOI: 10.1186/s12905-022-01845-4.
- Saunders, J.F., Nutter, S., Waugh, R., Hayden, K.A. Testing body-related components of objectification theory: A meta-analysis of the relations between body shame, self-objectification, and body dissatisfaction // *Body Image*. 2024. Vol. 50. P. 101738. DOI: 10.1016/j.bodyim.2024.101738.

- Sick, K., Pila, E., Nesbitt, A., Sabiston, C.M. Does self-compassion buffer the detrimental effect of body shame on depressive symptoms? // *Body Image*. 2020. Vol. 34. P. 175–183. DOI: 10.1016/j.bodyim.2020.05.012.
- Siegel, J.A., Huellemann, K.L., Calogero, R.M., Roberts, T.A. Psychometric properties and validation of the phenomenological body shame scale–revised (PBSS-R) // *Body Image*. 2021. Vol. 39. P. 90–102. DOI: 10.1016/j.bodyim.2021.06.001.
- Stuhlmann, C.F., Traxler, J., Paucke, V. et al. Predictors and mechanisms of self-stigma in five chronic skin diseases: A systematic review // *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology*. 2025. Vol. 39. No. 3. P. 622–630. DOI: 10.1111/jdv.20314.
- The jamovi project. jamovi. (Version 2.3) [Computer Software]. URL: <https://www.jamovi.org> (date accessed 30.11. 2024).
- Thompson, T., Dinnel, D.L., Dill, N.J. Development and validation of a Body Image Guilt and Shame Scale // *Personality and Individual Differences*. 2003. Vol. 34. No. 1. P. 59–75.
- Tiggemann, M., Lynch, J.E. Body image across the life span in adult women: The role of self-objectification // *Developmental Psychology*. 2001. Vol. 37. No. 2. P. 243–253. DOI: 10.1037/0012-1649.37.2.243.
- Trompeter, N., Bussey, K., Hay, P. et al. Fear of negative evaluation and weight/shape concerns among adolescents: the moderating effects of gender and weight status // *Journal of Youth and Adolescence*. 2018. Vol. 47. No. 7. P. 1398–1408. DOI: 10.1007/s10964-018-0872-z.
- Wang, R., Ye, B., Wang, P. Appearance comparison on social networking sites and body shame: The role of negative body talk and perceived sociocultural influences on body image // *Journal of Health Psychology*. 2025. Vol. 30. No. 2. P. 224–237. DOI: 10.1177/13591053241245100.

### **Сведения об авторах**

*Наталья А. Польская*, доктор психологических наук, ведущий научный сотрудник, ГБУЗ «Научно-практический центр психического здоровья детей и подростков им. Г.Е. Сухаревой ДЗМ» (ГБУЗ «НПЦ ПЗДП им. Г.Е. Сухаревой ДЗМ»), Москва, Россия; 119334, Россия, Москва, 5-й Донской пр-д., д. 21А; [polskayana@yandex.ru](mailto:polskayana@yandex.ru)

*Дарья К. Якубовская*, младший научный сотрудник, ГБУЗ «Научно-практический центр психического здоровья детей и подростков им. Г.Е. Сухаревой ДЗМ» (ГБУЗ «НПЦ ПЗДП им. Г.Е. Сухаревой ДЗМ»), Москва, Россия; 119334, Россия, Москва, 5-й Донской пр-д., д. 21А; [darrafy@gmail.com](mailto:darrafy@gmail.com)

*Анна Ю. Разваляева*, кандидат психологических наук, научный сотрудник лаборатории познавательных процессов и математической психологии, ФГБУН «Институт психологии Российской академии наук» (ФГБУН ИП РАН),

Москва, Россия; 129366, Россия, Москва, ул. Ярославская, д. 13, к.1; [annra@rambler.ru](mailto:annra@rambler.ru)

*Наталья В. Власова*, кандидат психологических наук, руководитель школьной службы психологического благополучия, педагог-психолог, Государственное бюджетное образовательное учреждение г. Москвы «Образовательный центр «Протон», Москва, Россия; 121601, Россия, Москва, Филевский бульвар, д. 13; [nataiviola29@gmail.com](mailto:nataiviola29@gmail.com)

## Приложение

### *Краткая шкала переживания телесного стыда (Phenomenological Body Shame Scale-Revised, PBSS-R)*

*Инструкция:* «Представьте, что Вы стоите перед зеркалом и смотрите на свое тело. Отметьте, в какой степени Вы испытываете каждое из описанных чувств, используя шкалу, указанную ниже».

1	2	3	4	5
Совершенно не согласен	Не согласен	Затрудняюсь ответить	Согласен	Совершенно согласен

№	<i>Когда я стою перед зеркалом...</i>	Ответ				
		1	2	3	4	5
1.	Мне хочется прикрыть свое тело	1	2	3	4	5
2.	Мне хочется быть невидимкой	1	2	3	4	5
3.	Мне хочется скривиться от стыда или отвращения	1	2	3	4	5
4.	Мне хочется быть меньше	1	2	3	4	5
5.	Мне хочется спрятаться	1	2	3	4	5
6.	Я чувствую себя гаупо	1	2	3	4	5
7.	Я чувствую себя плохим человеком	1	2	3	4	5
8.	Я чувствую себя уязвимым	1	2	3	4	5

**Ключ:** Показатель переживания телесного стыда – это сумма выбранных ответов по пунктам шкалы.

Polskaya N.A., Yakubovskaya D.K., Razvaliaeva A.Yu.,  
Vlasova N.V.

Russian Validation  
of the Phenomenological Body Shame Scale – Revised

*Scientific and Practical Center for Mental Health of Children and Adolescents  
named after G.E. Sukhareva, Moscow, Russia*

*Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia*

*State Budgetary Educational Institution "Proton Educational Center", Moscow, Russia*

Body shame can develop in adolescence due to social comparisons and socio-cultural practices of appearance idealization; it can become a risk factor for psychopathological symptoms and mental disorders. Body shame is most keenly experienced by adolescent girls and young women. The experience of body shame includes the tendency to hide one's physical features that are deemed unsatisfactory and to avoid shameful situations. Despite its relevance, a search of the Russian literature failed to yield measures that assess this construct; most measures of similar constructs focus on negative body image.

The current study *aimed* to validate the Phenomenological Body Shame Scale – Revised in a sample of Russian-speaking adolescent girls and young women.

*Method.* The sample consisted of 551 adolescent girls and young women (13–21 years old). To test the convergent validity of the scale, we used the Interpersonal Sensitivity Measure, the Fear of Negative Appearance Evaluation Scale, the Body Image Scale, and the Rosenberg Self-Esteem Scale.

*Results.* A confirmatory factor analysis yielded a one-factor structure of the scale ( $\chi^2 = 55.5$ ,  $df = 20$ ,  $CFI = 0.979$ ,  $RMSEA = 0.070$ ,  $SRMR = 0.027$ ). A multigroup confirmatory factor analysis showed the equivalence of this structure in the subgroups of adolescents and youths; these groups also did not differ in body shame scores. The internal reliability of the scale was high ( $\alpha = 0.906$ ;  $w = 0.913$ ), and its test-retest reliability was satisfactory (Spearman's  $r = 0.782$ ). Body shame had a strong positive relationship with body image dissatisfaction and a strong negative relationship with self-esteem. The interpersonal sensitivity scales and the fear of negative appearance evaluation scale had moderate positive correlations with body shame.

*Conclusions.* The Phenomenological Body Shame Scale – Revised showed good psychometric characteristics and can be used in screening, cross-sectional, and longitudinal studies of emotional and personality-related components of body image, as well as in the practice of psychological counseling to reveal possible disturbances in body and appearance perception.

*Key words:* shame, girls, adolescence, youth, fear of negative appearance evaluation, Phenomenological Body Shame Scale

*For citation:* Polskaya, N.A., Yakubovskaya, D.K., Razvaliaeva, A.Yu., Vlasova, N.V. (2026). Russian Validation of the Phenomenological Body Shame Scale – Revised. *New Psychological Research*, No. 1, 167–188. DOI: 10.51217/npsyre-search\_2026\_06\_01\_09

## References

- Bogolyubova, O.N., Kiseleva, E.V. (2015). Adverse childhood experiences and psychological and psycho-physiological aspects of experiencing shame. *Vestnik Sankt-Peterburgskogo universiteta. Sotsiologiya*, 2, 30–44.
- Breslav, G.M. (2006). *Psychology of Emotions*. Moscow: Smysl.
- Brown, B. (2006). Shame resilience theory: a grounded theory study on women and shame. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 87(1), 43–52. <https://doi.org/10.1606/1044-3894.3483>
- Budiarto, Y., Helmi, A.F. (2021). Shame and self-esteem: A meta-analysis. *Europe's Journal of Psychology*, 17(2), 131–145. <https://doi.org/10.5964/ejop.2115>
- Cella, S., Iannaccone, M. Cotrufo, P. (2020). Does body shame mediate the relationship between parental bonding, self-esteem, maladaptive perfectionism, body mass index and eating disorders? A structural equation model. *Eating and Weight Disorders*, 25, 667–678. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00670-3>
- Conradt, M., Dierk, J.M., Schlumberger, P., Rauh, E., Hebebrand, J., Rief, W. (2007). Development of the weight-and body-related shame and guilt scale (WEB-SG) in a nonclinical sample of obese individuals. *Journal of Personality Assessment*, 88(3), 317–327. <https://doi.org/10.1080/00223890701331856>
- Dolezal, L., Lyons, B. (2017). Health-related shame: an affective determinant of health? *Medical Humanities*, 43(4), 257–263. <https://doi.org/10.1136/medhum-2017-011186>
- Duarte, C., Pinto-Gouveia, J., Ferreira, C., Batista, D. (2015). Body image as a source of shame: A new measure for the assessment of the multifaceted nature of body image shame. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 22(6), 656–666. <https://doi.org/10.1002/cpp.1925>
- Fredrickson, B.L., Roberts, T.A., Noll, S.M., Quinn, D.M., Twenge, J.M. (1998). That swimsuit becomes you: sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 269–284. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.1.269>
- Gilbert, P. (2002). Body shame: A biopsychosocial conceptualisation and overview, with treatment implications. In: P. Gilbert, J. Miles (Eds.), *Body Shame: Conceptualisation, Research and Treatment* (pp. 3–54). London: Brunner.
- Grogan, S. (2021). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. London: Routledge.
- Houazene, S., Aardema, F., Leclerc, J.B., O'Connor, K. (2021). The role of self-criticism and shame in body-focused repetitive behaviour symptoms. *Behaviour Change*, 38(1), 10–24. <https://doi.org/10.1017/bec.2020.16>
- Ilin, E.P. (2016). *The Psychology of Conscience: Guilt, Shame and Remorse*. Moscow: Piter.
- Kidd, C., Loxton, N.J., Uhlmann, L.R., Donovan, C.L. (2024). Integrating social media, body shame and psychological distress within the Elaborated Socio-

cultural Model. *Body Image*, 50, 101723. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101723>

- Kochnova, E.N., Merinov, A.V., Volodin, B.Yu., Novikov, V.V. (2023). Autoaggressive characteristics of boys and girls that experience different experiences of own body shame. *Suitsidologiya*, 1(50), 101–114. [https://doi.org/10.32878/suiciderus.23-14-01\(50\)-101-114](https://doi.org/10.32878/suiciderus.23-14-01(50)-101-114)
- Lacroix, E., Smith, A.J., Husain, I.A., Orth, U., von Ranson, K.M. (2023). Normative body image development: A longitudinal meta-analysis of mean-level change. *Body Image*, 45, 238–264. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.03.003>
- Lamont, J.M. (2015). Trait body shame predicts health outcomes in college women: A longitudinal investigation. *Journal of Behavioral Medicine*, 38(6), 998–1008. <https://doi.org/10.1007/s10865-015-9659-9>
- Lipsett, M., Berkman, E. (2025). A randomized controlled trial of an acceptance and commitment therapy-informed diabetes prevention program reduces body shame and distress. *Health Psychology*, 44(5), 549–559. <https://doi.org/10.1037/hea0001434>
- Makogon, I.K., Enikolopov, S.N. (2014). A technique for measuring inclination to experiencing guilt and shame. *Voprosy Psikhologii*, 4, 118–125.
- McKinley, N.M., Hyde, J.S. (1996). The Objectified Body Consciousness Scale: Development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), 181–215. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1996.tb00467.x>
- Meshkova, T.A. (2021). The concept of a positive body image in modern foreign psychology. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya*, 10(2), 55–69. <https://doi.org/10.17759/jmf.2021100206>
- Nechita, D.M., Bud, S., David, D. (2021). Shame and eating disorders symptoms: A meta-analysis. *International Journal of Eating Disorders*, 54(11), 1899–1945. <https://doi.org/10.1002/eat.23583>
- Nyström, M.B.T., Kjellberg, E., Heimdahl, U., Jonsson, B. (2018). Shame and interpersonal sensitivity: Gender differences and the association between internalized shame coping strategies and interpersonal sensitivity. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 82(2), 137–155. <https://doi.org/10.1521/bumc.2018.82.2.137>
- Oliveira, M.F., Coimbra, M., Ferreira, C. (2024). How does the experience of shame impact body dysmorphic symptomatology? Exploring the role of mindfulness and body image-related cognitive fusion. *Current Psychology*, 43, 13454–13464. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-05385-4>
- Papageorgiou, A., Fisher, C., Cross, D. (2022). “Why don’t I look like her?” How adolescent girls view social media and its connection to body image. *BMC Women’s Health*, 22(1), 261. <https://doi.org/10.1186/s12905-022-01845-4>
- Polskaya, N.A., Yakubovskaya, D.K. (2022). Idealization of the body in the social media. *Psikhologicheskiy Zhurnal*, 43(2), 128–141. <https://doi.org/10.31857/S020595920018771-4>

- Polskaya, N.A., Yakubovskaya, D.K., Razvaliaeva, A.Yu., Vlasova, N.V. (2024). Interpersonal sensitivity, fear of negative appearance evaluation and body shame in adolescent girls with eating disorders. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*, 32(3), 67–89. <https://doi.org/10.17759/cpp.2024320304>
- Razvaliaeva, A.Yu., Polskaya, N.A. (2020). Validating Appearance-Based Rejection Sensitivity and Fear of Negative Appearance Evaluation Scales in the Russian Sample. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*, 28(4), 118–143. <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280407>
- Razvaliaeva, A.Yu., Polskaya, N.A. (2021). Psychometric Properties of the Russian Three-Factor Interpersonal Sensitivity Measure. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*, 29(4), 73–94. <https://doi.org/10.17759/cpp.2021290405>
- Saunders, J.F., Nutter, S., Waugh, R., Hayden, K.A. (2024). Testing body-related components of objectification theory: A meta-analysis of the relations between body shame, self-objectification, and body dissatisfaction. *Body Image*, 50, 101738. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101738>
- Sick, K., Pila, E., Nesbitt, A., Sabiston, C.M. (2020). Does self-compassion buffer the detrimental effect of body shame on depressive symptoms? *Body Image*, 34, 175–183. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.05.012>
- Siegel, J.A., Huellemann, K.L., Calogero, R.M., Roberts, T.A. (2021). Psychometric properties and validation of the phenomenological body shame scale—revised (PBSS-R). *Body Image*, 39, 90–102. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2021.06.001>
- Skugarevskii, O.A., Sivukha, S.V. (2006). Developing a scale to assess body image. *Psikhologicheskii Zhurnal (Minsk)*, 2, 40–48.
- Stuhlmann, C.F., Traxler, J., Paucke, V., da Silva Burger, N., Sommer, R. (2025). Predictors and mechanisms of self-stigma in five chronic skin diseases: A systematic review. *Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology*, 39(3), 622–630. <https://doi.org/10.1111/jdv.20314>
- The jamovi project (2022). *jamovi*. (Version 2.3) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>
- Thompson, T., Dinnel, D.L., Dill, N.J. (2003). Development and validation of a Body Image Guilt and Shame Scale. *Personality and Individual Differences*, 34(1), 59–75.
- Thostov, A.Sh., Lukin, A.V. (2015). The phenomenon of corporeity in the context of modern scientific knowledge. *Psikhicheskie rasstroistva v obshebe meditsine*, 1, 34–39.
- Tiggemann, M., Lynch, J.E. (2001). Body image across the life span in adult women: The role of self-objectification. *Developmental Psychology*, 37(2), 243–253. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.37.2.243>
- Trompeter, N., Bussey, K., Hay, P., Mond, J., Murray, S.B., Lonergan, A., Griffiths, S., Pike, K., Mitchison, D. (2018). Fear of negative evaluation and weight/shape

concerns among adolescents: the moderating effects of gender and weight status. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(7), 1398–1408. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0872-z>

Tsygankova, P.V., Pronchikhina, E. (2019). Specifics of the emotional response to perceiving internet-posts of the group “Typical Anorexic” in the social network “Vkontakte” by girls with different types of corporality. *Vestnik RGGU. Seriya “Psikhologiya. Pedagogika. Obrazovanie”*, 2, 77–96. <https://doi.org/10.28995/2073-6398-2019-2-77-96>

Wang, R., Ye, B., Wang, P. (2025). Appearance comparison on social networking sites and body shame: The role of negative body talk and perceived socio-cultural influences on body image. *Journal of Health Psychology*, 30(2), 224–237. <https://doi.org/10.1177/13591053241245100>

Yusupov, P.R., Myasnikova, O.V. (2019). Self-objectification as a risk factor in the context of eating disorders in adolescent girls. *Vestnik psikhologii i pedagogiki Altayskogo gosudarstvennogo universiteta*, 3, 122–136.

Zolotareva, A.A. (2020). Validity and reliability of the Russian version of the Rosenberg Self-esteem Scale. *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya “Psikhologiya”*, 2, 52–57. <https://doi.org/10.24147/2410-6364.2020.2.52-57>

### Information about the authors

*Natalia A. Polskaya*, D.Sc. (Psychology), Leading Researcher, Scientific and Practical Center for Mental Health of Children and Adolescents named after G.E. Sukhareva, Moscow, Russia; bld. 21A, 5th Donskoy lane, Moscow, Russia, 119334; [polskayana@yandex.ru](mailto:polskayana@yandex.ru)

*Daria K. Yakubovskaya*, Junior Researcher, Scientific and Practical Center for Mental Health of Children and Adolescents named after G.E. Sukhareva, Moscow, Russia; bld. 21A, 5th Donskoy lane, Moscow, Russia, 119334; [darrafy@gmail.com](mailto:darrafy@gmail.com)

*Anna Yu. Razvaliaeva*, PhD (Psychology), Researcher, Laboratory of Cognitive Processes and Mathematical Psychology, Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia; bld. 13–1, Yaroslavskaya st., Moscow, Russia, 129366; [annra2@rambler.ru](mailto:annra2@rambler.ru)

*Nataliia V. Vlasova*, PhD (Psychology), Head of the Mental Well-Being Service, Counselor, State Budgetary Educational Institution “Proton Educational Center”, Moscow, Russia; bld. 13, Filevsky blvd., Moscow, Russia, 121601; [nataiviola29@gmail.com](mailto:nataiviola29@gmail.com)