ՖԵՅՍԲՈՒՔՈՒՄ ՆԿԱՐՆԵՐԻ ՏԵՂԱԴՐՄԱՆ ՀԱՃԱԽԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ, ԻՆՔՆԱՎԵՐԱԲԵՐՄՈՒՆՔԻ ԵՎ ՄԱՐՄՆԻ ԴԻՍՄՈՐՖԻԿ ԽԱՆԳԱՐՄԱՆ ՄԻՋԵՎ ԿԱՊԸ

Առաքելյան Տ.Ա., Վարդանյան Ն.Տ. (Մ. Հերացու անվ. Երևանի պետական բժշկական համալսարան, Հայ-Ռուսական համալսարան, Երևան, Հայաստան)

tatevik_arakelyan@yahoo.com, vardanyannune@yandex.ru

Ներկայացման ամս.՝ 01.07.19
գրախոսման ամս.՝ 10.07.19
տպագրության ընդունման ամս.՝ 08.01.20

Տվյալ հետազոտության շրջանակներում մեր նպատակն էր ուսումնասիրել կապը Ֆեյսբուք սոցիալական կայքում նկարների տեղադրման հաճախականության. և բնույթի ու ինքնավերաբերմունքի, ինչպես նաև մարմնի դիսմորֆիկ խանգարման հավանականության միջև վաղ հասունության տարիքում:

Հետազոտությանը մասնակցեցին 20-40 տարեկան 60 մասնակից (30 կին և 30 տղամարդ): Մեր հետազոտության վարկածը ենթադրությունն էր այն մասին, որ գոյություն ունի կապ Ֆեսյբուք սոցիալական կայքում նկարների տեղադրման հաճախականության և բնույթի ու ինքնավերաբերմունքի, ինչպես նաև մարմնի դիսմորֆիկ խանգարման հավանականության միջև:

Հանգուցային բառեր՝ *Ֆեյսբուք, ինքնավերաբերմունք, մարմնի դիսմորֆիկ խանգարում, վաղ հասունություն:*

Արդի դինամիկ զարգացող հասարակության պայմաններում սոցիալական կայքերը դարձել են մեր կյանքի անբաժան մասնիկը: Սոցիալական կայքերը շփման, տեղեկատվության փոխանակման, մասնագիտական կայացման անփոխարինելի աղբյուր են և իրենց ազդեցությունն են թողնում անձի ձևավորման վրա: Սոցիալական կայքերում մենք կերտում ենք վիրտուալ ինքնություն, որը ներառում է մեր լուսանկարները, գրառումները, նախասիրությունները, էջերը, որոնց մենք հետևում ենք: Տարատեսակ ստիմուլյացիային և տեղեկատվությանն առերեսվելն ինքնին բարդ իրողություն է մարդու հոգեկանի համար, առավել ևս դեռահասության և վաղ երիտասարդության փուլում, երբ անձը դեռ գտնվում է իր նույնականության ձևավորման գործընթացում: Ակնհայտ է, որ յուրաքանչյուր մարդու նույնականության կարևոր բաղադրիչ է մարմնի պատկերը՝ արտաքին տեսքի վերաբերյալ պատկերացումները և վերաբերմունքի համակարգը: Արտաքին տեսքի և գեղեցկության վերաբերյալ պատկերացումները մշտապես ենթակա են եղել հասարակության կողմից թելադրվող

չափանիշներին, ինչն արտացոլվել է արվեստի տարբեր ուղղությունների մեջ՝ գեղանկարչություն, քանդակ, ֆիլմեր, գրականություն: Այս ազդեցությունն առավել ակնառու է դարձել հատկապես 20-րդ դարի 2-րդ կեսից, երբ մեծ տեմպերով սկսեցին զարգանալ զանգվածային լրատվական միջոցները: Մեր օրերում այդ ազդեցության գործոնները դարձել են էլ ավելի բազմազան և ճնշող՝ հատկապես համացանցի հասանելիության և մարդու կյանքի բոլոր ոլորտներ ներխուժելու միտմանը զուգահեռ: Գեղեցկության արդյունաբերությունը ծաղկունք է ապրում այն բանի հաշվին, որ ստեղծելով արտաքին տեսքի և գեղեցկության չափանիշներին համապատասխանելու պահանջմունքը,այն «ստիպում» է մարդկանց ահռելի գումարներ ծախսել կոսմետիկ միջոցների ձեռքբերման համար և դիմել տարատեսակ էսթետիկ միջամտությունների՝ այդ թվում վիրահատական:

ԶԼՄ-ների և մարմնի պատկերի միջև կապը հաստատված է բազմաթիվ հետազոտությունների միջոցով, սակայն քիչ են սոցիալական ցանցերի և մարմնի պատկերին վերաբերող ուսումնասիրությունները: Առավել ևս չկան հետազոտություններ սոցիալական կայքերի և մարմնի դիսմորֆիկ խանգարման (ՄԴԽ) վերաբերյալ: Իսկ Հայաստանում վերոնշյալ խնդիրների վերաբերյալ ուսումնասիրություններ գրեթե չկան: Մեր հետազոտության նպատակն է պարզել սոցիալական ցանցերից (մասնավորապես Ֆեյսբուք) օգտվելու և լուսանկարներ տեղադրելու հաճախականության ազդեցությունը ինքնավերաբերմունքի, ինչպես նաև ՄԴԽ ունենալու հավանականության վրա: Նմանատիպ հետազոտությունները հնարավորություն են տալիս բարձրացնել մարդու իրազեկվածությունը և գիտակցվածությունը սոցիալական կայքերի հավանական բացասական ազդեցությունների հանդեպ:

Մեր հետազոտության վարկածը հետևյալն է՝ գոյություն ունի կապ սոցիալական կայքերում՝ մասնավորապես Ֆեյսբուքում, նկարների տեղադրման հաճախականության, լուսանկարների բնույթի և ՄԴԽ ունենալու հավանականության, ինչպես նաև ինքնավերաբերմունքի միջև կանանց մոտ:

Սոցիալական կայքերը և տեղեկատվական տեխնոլոգիաները թույլ են տալիս մարդկանց հաղթահարել տարածության, լեզվի, հասարակական դիրքի սահմանները (այսօր արդեն ստեղծվել են հավելվածներ, որոնք թույլ են տալիս սինքրոն թարգմանել մարդու խոսքը այլ լեզվի): Որպես «վիրտուալ անձի» հիմնական հատկանիշներ որոշ հետազոտողներ առանձնացնում են ազատությունը, նույնականացման լայն հնարավորությունները, անանունությունը, բազմակիությունը՝ այսինքն՝ անսահմանափակ վիրտուալ անձեր ստեղծելու հնարավորությունը [3]:

Սոցիալական կայքերում մենք «կառուցում» ենք վիրտուալ նույնականություն, որը կարող է ներառել ինչպես մեր կայուն հետաքրքրությունները, կարծիքները, նախասիրությունները, այնպես էլ մեզ համար ցանկալի հատկանիշներ՝ ինչպես ներքին, այնպես էլ արտաքին տեսքի հետ կապված, որոնք

իրական կյանքում ոչ լիովին են համապատասխանում իրականությանը: Որպես օրինակ կարելի է բերել նկարների մշակման՝ դիմագծերը, մաշկը և մարմինը փոփոխության ենթարկող տարատեսակ հավելվածների ստեղծումը և ակտիվ կիրառումը՝ հատկապես կանանց շրջանում: Այսինքն՝ սոցիալական կայքերը «ստեղծում» են կատարյալ արտաքինի վերաբերյալ անիրատեսական պատկերացումներ և չափանիշներ, ինչից հետո ստեղծվում են հատուկ միջոցներ, որոնցով մարդը լուսանկարներում կամ իրական կյանքում հնարավորություն է ստանում «շտկել» այդ «թերությունները», ինչից հետո հայելու մեջ մարդու արտացոլանքն էլ ավելի քիչ է սկսում իրեն գոհացնել: Այս պարբերական գործընթացը, անշուշտ, բերում է մեծ եկամուտներ՝ խաղարկելով ինքնագնահատականի անկայունությունը և ներշնչանքը՝ միևնույն ժամանակ ազդելով անձի ինքնավերաբերմունքի վրա՝ մասնավորապես ինքնաընդունման, ինքնագնահատականի, սեփական անձի նկատմամբ սիրո և համակրանքի վրա[4]:

Ըստ Փ.Շիլդերի մարմնի պատկերը ներառում է պերցեպտիվ, կոգնիտիվ և հուզական բաղադրիչներ, ձևավորվում է կենսափորձի հիման վրա, և արտացոլում է անձին հատուկ աշխարհընկալում, հոգեբանական բնութագրիչներ և խնդիրներ [5]: Մարմնի պատկերն ունի հոգեբանական բնույթ և հիմնականում պայմանավորված է սեփական «ես»-ի մասին ունեցած համոզմունքներով ու պատկերացումներով: Այն, թե ինչ ենք զգում մեր մարմնի հանդեպ, ուղղակիորեն կապված է այն բանի հետ, թե ինչ ենք զգում ինքներս մեր հանդեպ, ինչպես ենք վերաբերում ինքներս մեզ: Այսպիսով, անդրադառնալով մարմնի պատկերին, մենք առնչվում ենք մեր ես-ի, ինքնագիտակցության, ինքնավերաբերմունքի հետ:

Մարմնի դիսմորֆիկ խանգարումը անձի մոտ սեփական մարմնի պատկերի խանգարումն է, որի դեպքում մարդը գանգատվում է մարմնի այս կամ այն հատվածի (դեմք, ձեռքեր, ոտքեր, քիթ, ականջներ և այլն), կամ նույնիսկ ողջ մարմնի փոփոխությունից, ձևափոխվելուց և աղավաղվելուց, որն իրականությանը գրեթե կամ բացարձակ չի համապատասխանում [1]:

Վերջին հետազոտությունների համաձայն, գոյություն ունի ուղիղ կապ ՁԼՄ-ների և սոցիալական կայքերի օգտագործման ակտիվության և, հատկապես, կանանց մարմնի բացասական պատկերի միջև [12, 13]:

Ֆեյսբուքը շարունակում է մնալ գերիշխող սոցիալական կայք չնայած LinkedIn, Pinterest, Instagram,Twitter և այլ կայքերի արագընթաց աճին [7]: Սոցիալական կայքերում արտաքին տեսքի ներկայացումը (ոչ թե Ֆեյսբուքի ընդհանուր գործածումը) զգալիորեն փոխկապակցված է քաշի, նիհար լինելու ցանկության, նիհար իդեալի ներքնայնացման և ինքնաօբյեկտացման հետ [8]: Բազմիցս հետազոտվել և կապ է հաստատվել սոցիալական կայքերից օգտվելու ակտիվության և սննդի ընդունման խանգարումների միջև [17]:

Մեկ այլ հետազոտության համաձայն ավելի շատ լուսանկարներ, հատկապես սելֆիներ տարածող դեռահաս աղջիկները, որոնք մշտապես

ֆոտոշոփ են օգտագործում, ունեին մարմնի բացասական պատկեր և դրսևորում էին սննդի ընդունման հետ կապված տարբեր խնդիրներ [16]: Մասնավորապես, որոշ հետազոտություններ ցույց են տալիս, որ սոցիալական կայքերի օգտագործումը մեծացնում է սեփական մարմնի հանդեպ դժգոհությունը՝ կապված արտաքին տեսքի վերաբերյալ ընկերների կողմից մեկնաբանությունների ավելացման հետ [6]: Ըստ այլ հետազոտությունների՝ Ֆեյսբուք օգտագործող դեռահաս աղջիկներն ավելի շատ մտահոգված են իրենց արտաքին տեսքը զննելով, իդեալականացնելով նիհարությունը և ամեն գնով ձգտելով դրան, քան Ֆեյսբուքից չօգտվող աղջիկները: Ավելին, արտաքին տեսքի հետ չեզոք կապ ունեցող կայքեր (օրինակ՝ տնային արհեստի կայք) դիտելու համեմատ, Ֆեյսբուքի դիտումը կապված էր ավելի բացասական տրամադրության և մարմնի դժգոհության հետ, հատկապես այն աղջիկների մոտ, ովքեր հակված են իրենց տեսքը համեմատել ուրիշների հետ [9]:

Որոշ հեղինակներ պնդում են, որ Ֆեյսբուքը կարող է ամրապնդել «իդեալական ես-ը», որը սխալ է ներկայացնում մարդուն [10]: Վերը նշվածը վերաբերում է սոցիալական համեմատական տեսությունը (ՍՀՏ), որի համաձայն մարդիկ հաճախ համեմատում են իրենց կարծիքներն ու ունակությունները ուրիշների հետ [15], քանի որ շատ տեսակետներ, կարծիքներ և կարողություններ չեն կարող հաստատվել ոչ սոցիալական կամ օբյեկտիվ մեթոդներով [11,14]: Սա վերաբերում է նիհարությանը և արտաքին տեսքի գրավչությանը, որոնք շատ սուբյեկտիվ են:

Մեր կողմից անց է կացվել էմպիրիկ հետազոտություն, որի նպատակն էր բացահայտել սոցիալական կայքերում նկարների տեղադրման հաճախականության, նկարների բնույթի և ՄԴԽ-ի հավանականության, ինչպես նաև ինքնավերաբերմունքի միջև կապը: Մեր կողմից հետազոտվել են 60 մասնակից 20-40 տարեկան հասակում՝ 30 կին և 30 տղամարդ: Քանի որ մեր վարկածը ենթադրում էր, որ գոյություն ունի կապ սոցիալական կայքերում (մասնավորապես՝ Ֆեյսբուքում) լուսանկարների տեղադրման հաճախականության, դրանց բնույթի և ՄԴԽ ունենալու հավանականության, ինչպես նաև ինքնավերաբերմունքի միջև կանանց մոտ: Տղամարդկանց խումբը մեր հետազոտության մեջ ներկայացնում էր որպես համեմատական խումբ:

Կիրառվել են հետևյալ հարցարանները՝ սոցիալական կայքերում լուսանկարների տեղադրման հաճախականությունը և բնույթը բացահայտող հեղինակային հարցարան, Ստոլինի և Պանտելեևի ինքնավերաբերմունքի հարցարան, ՄԴԽ հարցարան:

Ընդհանրացնելով արդյունքները, կարելի է նշել, որ հայտնաբերվել են որոշակի գենդերային տարբերություններ՝ կին մասնակիցների 23%-ը և տղամարդ մասնակիցների միայն 7%-ը ունեին ՄԴԽ ունենալու հակում: Բացահայտվել է կապ Ֆեյսբուքում նկարների տեղադրման հաճախականության և ՄԴԽ ունենալու հավանականության միջև: Կին մասնակիցների 85%-ը, ովքեր

ունեին ՄԴԽ ունենալու հակում նկարներ էին տեղադրում յուրաքանչյուր շաբաթ: ՄԴԽ հակում չունեցող կանանց 60%-ը, նշում էին, որ տեղադրում են նկարներ ամիսը մեկ անգամ կամ ավելի հազվադեպ:

ՄԴԽ ունենալու հակում ունեցող կանանց 72%-ը նշում էին, որ Ֆեյսբուք նկարներ տեղադրելուց առաջ օգտագործում են ֆիլտրեր և նկարները փոփոխելու այլ հավելվածներ: ՄԴԽ հակում չունեցող կանանց 50%-ը նշում էր, որ օգտագործում է ֆիլտրեր և նկարը մշակելու այլ հավելվածներ մինչ դրանք տեղադրելը: Այս տվյալները մասամբ հաստատում են մեր հետազոտության վարկածը՝ մասնավորապես ենթադրությունն այն մասին, որ գոյություն ունի կապ Ֆեյսբուք սոցիալական կայքում նկարների տեղադրման հաճախականության և բնույթի ու մարմնի դիսմորֆիկ խանգարման հավանականության միջև վաղ հասունության փուլում:

Վերլուծելով ՄԴԽ հակում ունենալու և ինքնավերաբերմունքի միջև կապը մեր ընտրանու շրջանակներում՝ նշենք, որ մեր կողմից դուրս չի բերվել զգալի կապ: Այսինքն ՄԴԽ-ն չէր կապվում բացասական ինքնավերաբերմունքի հետ: Այս տվյալները մասամբ հերքում են մեր հետազոտության վարկածը՝ մասնավորապես ենթադրությունն այն մասին, որ գոյություն ունի կապ ինքնավերաբերմունքի ու ՄԴԽ ունենալու հակման միջև վախ դեռահասության փուլում:

Այսպիսով, մի կողմից, գեղեցկության մասին պատկերացումներն այժմ ներկայացվում և պարտադրվում են տարատեսակ աղբյուրների կողմից՝ սոցիալական կայքեր, գովազդներ, հայտնի մարդկանց սոցիալական կայքերի անձնական էջեր, ամսագրեր, հաղորդումներ, ֆիլմեր, մյուս կողմից, այս պատկերացումները փոփոխվում են այնպիսի արագությամբ, որ մարդու հոգեկանից յուրահատուկ ճկունություն է պահանջվում սեփական մարմնի դրական պատկերը պահպանելու համար, առանց «կատարյալ արտաքինի» վերաբերյալ հասարակության թելադրանքին ենթարկվելու: Այս ամենը դրդում է մեզ շարունակել հետազոտել սոցիալական կայքերի ազդեցությունը մարմնի պատկերի և ինքնագնահատականի վրա:

Գրականություն

1. **Բեգոյան Ա.Առաքելյան Ա.** Դիսմորֆոֆոբիա: Մարմնի խաթարված պատկերը և հավատը դրա նկատմամբ, ԵՊՀ Փիլիսոփայության և հոգեբանության ֆակուլտետ, Միջազգային համաժողով նվիրված ֆակուլտետի 50-ամյակին, Արդիականության մարտահրավերները, փիլիսոփայական և հոգեբանական հիմնախնդիրներ, 10-12 հոկտեմբեր, 2014, 171-173էջ:
2. **Берн Ш.** «Гендерная психология» - М.: Прайм-Еврознак, 2004.
3. **Войскунский А. Е., Меньшикова Г. Я.** О применении систем виртуальной реальности в психологии // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. № 1, 2008.

4. **Выготский Л.С.** Психология развития человека. — М.: Изд-во Смысл; Эксмо, 2005.
5. **Скугаревский О.А.** Образа собственного тела: его компоненты и их динамика в онтогенезе. Сообщение 1// Психотерапияиклиническаяпсихология. 2004, N2, стр.12-16.
6. **de Vries, D. A., Peter, J., de Graaf, H., & Nikken, P**. (2016). Adolescents' social network site use, peer appearance-related feedback, and body dissatisfaction: Testing a mediation model. Journal of Youth and Adolescence, 45, 211-224.
7. **Duggan, M., N. Ellison, C. Lampe, A. Lenhart, and M. Madden.** 2015. Demographicsof keysocial networking platforms. Washington DC: Pew Research Center. Retrieved February 2015, from http://www. Pewinternet.org/2015/01/09/demographics-of-keysocial-networking-platforms-2/.
8. **Evelyn P. Meier,James Gray.** Facebook Photo Activity Associated with Body Image Disturbance in Adolescent Girls.Published Online: 3 Apr 2014 https://doi.org/10.1089/cyber.2013.0305.
9. **Fardouly J., Vartanian L. R.** (2015). Negative comparisons about one's appearance mediate the relationship between Facebookusage and body image concerns. Body Image, 12, 82-88.
10. **Gonzales, A. L. and J. T. Hancock.** 2011. Mirror, mirror on my Facebookwall: Effects of exposure to Facebookon self-esteem. Cyberpsychol, Behav, and Soc Networking, 14(1/2): 79-83.
11. **Goodman, J. R.** 2005. Mapping the sea of eating disorders: A structural equation model of how peers, family, and media influence body image and eating disorders. VisCommun Quart 12(3/4): 194-213.
12. **Grabe S., Ward L. M., Hyde, J. S.** (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. Psychological Bulletin, 134, 460-476.
13. **Holmstrom A. J.** (2004). The effects of the media on body image: A meta-analysis. Journal of Broadcasting & Electronic Media, 48, 196-217.
14. **Holland G., Tiggemann M**. (2016). "Strong beats skinny every time": Disordered eating and compulsive exercise in women who post fitspiration on Instagram. International Journal of Eating Disorders, 50, 76-79.
15. **Knobloch-Westerwick, S. and J. P. Romero**. 2011. Body ideals in the media: Perceived attainability and social comparison choices. Media Psychol 14(1): 27-48.
16. **McLean, S. A., Paxton, S. J., Wertheim, E. H., & Masters, J**. (2015). Photoshopping the selfie: Self photo editing and photo investment are associated with body dissatisfaction in adolescent girls. International Journal of Eating Disorders, 48, 1132-1140.

17. **Rachel Cohen, Toby Newton-John, Amy Slater** Computers in Human Behavior, Volume 79 Issue C, February 2018, pp. 68-74, doi>10.1016/j.chb.2017.10.027.
18. **Tiggemann, M. and B. McGill.** 2004. The role of social comparison in the effect of magazine advertisements on women's mood and body dissatisfaction. J Soc Clin Psychol 23(1):23-44.

СВЯЗЬ МЕЖДУ ЧАСТОТОЙ ПУБЛИКАЦИЙ ФОТОГРАФИЙ В СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ ФЕЙСБУК, САМООТНОШЕНИЕМ И ДИСМОРФИЧЕСКИМ РАССТРОЙСТВОМ ЛИЧНОСТИ

Аракелян Т.А., Варданян Н.Т. (Ереванский государственный медицинский университет им. М. Гераци, Российско-Армянский университет, Ереван, Армения)

В рамках данного исследования нашей целью было изучить связь между частотой и характером публикаций фотографий в социальной сети Фейсбук и самоотношением, а также вероятностью развития дисморфического расстройства личности в период ранней взрослости. В нашем исследовании приняли участие 60 респондентов в возрасте от 20 до 40 лет (30 женщин и 30 мужчин). Гипотезой нашего исследования было предположение о том, что существует связь между активностью и характером публикаций фотографий в социальной сети фейсбук и самоотношением, а также вероятностью развития дисморфического расстройства в период ранней взрослости.

***Ключевые слова**: Фейсбоок, самоотношение, дисморфическое расстройство личности, ранняя взрослость.*

FACEBOOK PHOTO ACTIVITY RELATION TO SELF-ATTITUDE AND BODY DYSMORPHIC DISORDER

Arakelyan T., Vardanyan N. (Yerevan State Medical University aft. M. Heratsi, Russian-Armenian University, Yerevan, Armenia)

Within this study our aim was to examine the relationship between facebook photo activity and self-attitude and the probability to have body dysmorphic disorder (BDD) among young adults.

60 young adults have participated in our research (30 females and 30 males). The hypothesis of our study was that there is a link between facebookphoto activity and self-attitude, as well as tendency to body dysmorphic disorder (BDD) among young females.

***Keywords**: self-attitude, body dysmorphic disorder, young adulthood.*