



УДК 159.922

DOI <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2018.26.14>

Взаимосвязь пищевого поведения и параметров образа тела, обусловленных средовыми предикторами, у девушек в период юности*

К. Н. Белогай

Кемеровский государственный университет, г. Кемерово

Аннотация. Анализируются факторы, влияющие на становление образа тела в юности: семейные предикторы, социокультурные стереотипы, отношения со сверстниками и любовными партнерами, средства массовой информации и интернет. Описываются результаты эмпирического исследования, проведенного в группе девушек 18–20 лет и показавшего зависимость образа тела девушек от обратной связи, даваемой родителями, и взаимосвязь образа тела девушек с характеристиками их пищевого поведения. В работе доказывается, что для российских девушек характерно нормативное недовольство внешностью, демонстрируемое на разных выборках по всему миру. Ретроспективные оценки обратной связи, полученной в подростковом возрасте от родителей, являются для девушек значимым фактором, влияющим на степень принятия своего тела. Обратная связь, получаемая от любовного партнера, также имеет большое значение в формировании образа тела в период юности.

Ключевые слова: образ тела, юность, биоэкологическая модель, обратная связь, пищевое поведение.

Для цитирования: Белогай К. Н. Взаимосвязь пищевого поведения и параметров образа тела, обусловленных средовыми предикторами, у девушек в период юности // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2018. Т. 26. С. 14–29. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2018.26.14>

Теоретическое обоснование проблемы

Красота и физическая привлекательность всегда рассматривались человечеством как атрибуты, предположительно, связанные со счастьем и успехом. В постиндустриальном обществе акцентирование на внешности становится все более интенсивным, можно сказать, что современное общество одержимо проблемами привлекательности тела. В таком контексте негативный образ тела становится настолько распространенным, что даже упоминается как нормативный. Нормативное недовольство внешностью коррелирует с низкой самооценкой, неупорядоченным пищевым поведением и снижением психологического благополучия в целом [Holmqvist Gattario, 2013].

В настоящее время большинство исследований, проводимых на российской выборке, касается клинических групп. Работ, выполненных на неклинических выборках, крайне мало, отсутствуют данные о том, как содер-

* *Статья подготовлена при поддержке РФФИ, проект № 17-36-00016-ОГН.*

жательные характеристики образа тела связаны с особенностями пищевого поведения девушек и женщин и каковы средовые предикторы этих взаимосвязей. Целью нашей работы является эмпирическое исследование взаимосвязи пищевого поведения и параметров образа тела, обусловленных средовыми предикторами, у девушек в период юности.

В основу исследования положена социокультурная модель образа тела. Структура образа тела, по нашему мнению, включает следующие компоненты: пространственный (схема тела, перцептивный и бессознательный образ тела, телесные границы); оценочно-информационный (оценка функциональности тела, его размеров, степень рассогласования с внешними и внутренними стандартами, отраженный образ тела, репрезентация в сознании интеро- и проприоцептивных ощущений); энергетический (весь комплекс эмоций, вызываемых телом, включая обеспокоенность формами тела, его принятие/непринятие, эмоциональные реакции на обратную связь относительно тела) и временной (возрастная динамика образа тела в онтогенезе, связанная как с физическим, так и с психическим развитием).

Для рассмотрения системы факторов, определяющих образ тела, мы использовали биоэкологическую концепцию U. Bronfenbrenner. Данная концепция существенно трансформировалась с течением времени, на сегодняшний день в формулировке рассматриваемой модели подчеркивается, что развитие человека – это идущий в двух направлениях реципрокный процесс, начало которого обусловлено генетическим фундаментом и который разворачивается в результате взаимодействия с непосредственным окружением [Bronfenbrenner, Evans, 2000].

Обобщая данные, накопленные в науке относительно специфики развития образа тела в детском и подростковом возрасте, мы выделяем индивидуальные, социально-психологические микро- и мезофакторы и социальные экзо- и макрофакторы (рис. 1).

Среди индивидуальных биологических факторов, влияющих на образ тела в юности, анализу подвергаются пол, возраст, телосложение (индекс массы тела (ИМТ), рост, вес), влияние времени наступления пубертата и особенности его протекания, особенности и дефекты внешности и хронические соматические заболевания.

Важный биологический фактор, влияние которого проверяется практически во всех исследованиях образа тела, – это телосложение. «Тирания стройности», распространенная в западном обществе, приводит к тому, что у подростков и взрослых женщин возникает четкая связь между самоуважением и телосложением. Телосложение чаще оценивают не только при помощи замера веса и роста, но и с помощью расчета индекса массы тела.

Обобщая результаты исследований, проведенных в постиндустриальных обществах по всему миру, K. Holmqvist Gattario отмечает, что в этих странах ИМТ и самоуважение подростков имеют обратную взаимосвязь. Одновременно в Корее и Гамбии такая взаимосвязь не обнаруживается [Holmqvist Gattario, 2013]. Однако к настоящему времени накоплены данные, что обратная взаимосвязь между самооценкой и ИМТ характерна толь-

ко для девушек (выше ИМТ, ниже самооценка), в то время как для мальчиков эта связь криволинейная [Kostanski, Fisher, Gullone, 2004]. Когда мальчики вступают в эпоху полового созревания, увеличение размера их тела приближает их к мускулистому мужскому культурному идеалу. Мальчики с недостаточным или избыточным весом и недостатком мышечной массы испытывают серьезные проблемы с принятием тела, хотя давление на них со стороны СМИ и семьи меньше, чем на девочек. В подростковом возрасте родители, как правило, становятся более критичными в отношении внешнего вида детей, их питания и физической активности [Croll, 2005]. Изменение веса девочки, ее костей и телосложения (расширение бедер) по мере приближения к пубертату снижает самооценку девочки и делает ее более нацеленной на современный идеал худого тела. Распространение стереотипа стройности приводит к тому, что у детей с избыточным весом не только страдает самооценка, их чаще дразнят и преследуют сверстники и члены семьи. На этом примере видно, как взаимодействуют между собой индивидуальные факторы (ИМТ) и микросистема – семья и сверстники.

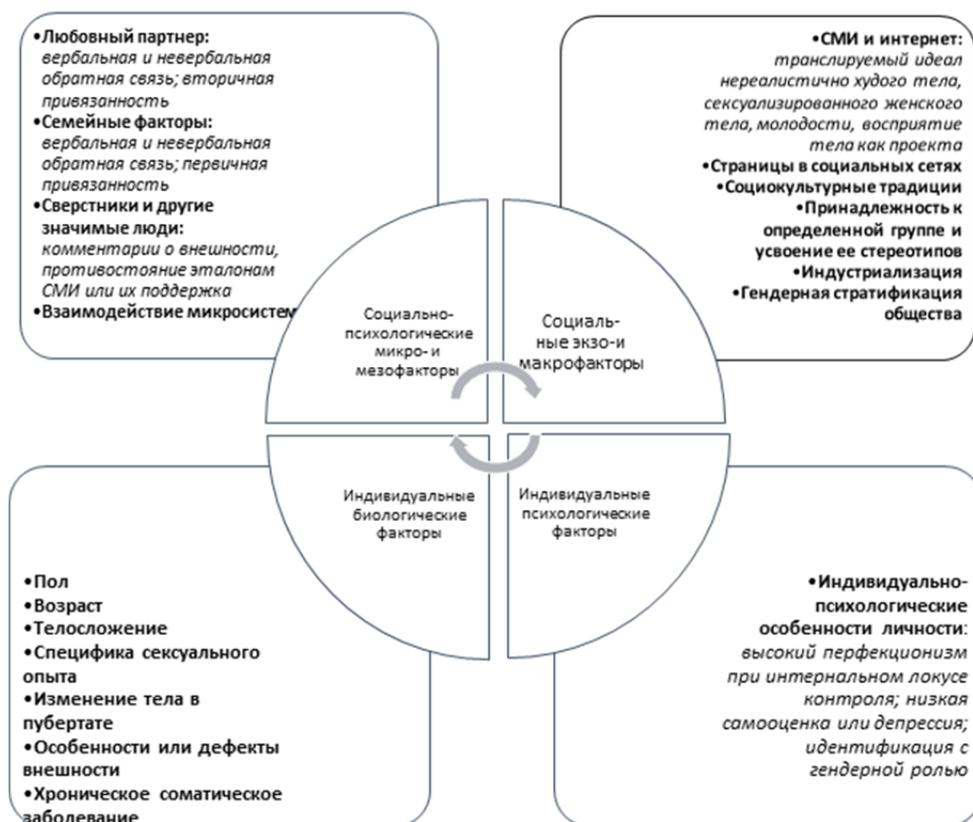


Рис. 1. Факторы становления образа тела в юношеском возрасте

Если говорить о влиянии на образ тела соматических и психических заболеваний, то эта проблема широко исследуется как в России, в рамках клинической психологии, так и за рубежом. Достаточно подробно в рамках клинической психологии рассмотрена проблема искажения образа тела при нарушениях пищевого поведения и ожирении [Дорожевец, 1986].

О. А. Скугаревский отмечает, что искаженная система представлений о собственной внешности склонна снижать самооценку и увеличивать «невротический разрыв» с уровнем притязаний. При этом в своих исследованиях автор наглядно показывает, что по мере увеличения степени приверженности диетам растет невротический разрыв между уровнями притязаний и самооценки индивида, создавая основу для переживания личностной неэффективности [Скугаревский, 2007].

Анализируя взаимосвязь телесности и субъективной картины жизненного пути, Т. Д. Василенко показывает, что телесный опыт при хронических заболеваниях может осмысливаться как в адаптивном, так и в дезадаптивном плане, интегрируясь в субъективную картину жизненного пути [Василенко, 2011].

Таким образом, на сегодняшний день накоплено достаточно много сведений о влиянии на образ тела соматических заболеваний.

Важно подчеркнуть, что в процессе становления образа тела индивидуум не является лишь пассивным восприимчиком информации, поступающей извне, он активно интерпретирует эту информацию. Как мы полагаем, проблемы с образом тела зависят от того, в какой степени девочка, девушка, женщина интернализует идеал тела, а также от ее склонности сравнивать себя со сверстницами и медиаизображениями. Еще одним психологическим индивидуальным фактором формирования образа тела, свойственным именно девочкам, является низкая самооценка при одновременно высоком перфекционизме [Wertheim, Paxton, 2012].

Характеризуя систему социально-психологических микро- и мезофакторов, чаще всего на этом уровне упоминают о влиянии семьи и сверстников. В период детства особенно сильно на образ тела влияют самые близкие для ребенка люди – его родители и сиблинги. Позитивная и негативная, вербальная и невербальная обратная связь от родителей и сиблингов; родительское моделирование; послания и установки; первичная привязанность являются теми ключевыми микрофакторами, которые определяют образ тела ребенка и подростка.

К подростковому возрасту сверстники становятся теми значимыми другими, которые начинают оказывать все большее влияние на становление образа тела, – разговоры девочки-подростка с подругами становятся важным повседневным контекстом становления образа тела. В старшем подростковом возрасте и юности особое значение для девушки приобретает обратная связь от возлюбленного. Обратная связь от значимых других и сознательные усилия человека способны формировать своеобразный буфер или защитный фильтр на пути поступающей негативной информации, способной снизить самооценку и оценку своего тела [Wood-Barcalow, Tylka, Augustus-Horvath, 2010].

Мезофакторы – это соединение нескольких микрофакторов, их взаимодействие друг с другом. Например, если давление на ребенка относительно тела оказывают и члены семьи, и сверстники, вероятность возникновения неудовлетворенности телом и соответствующего поведения гораздо выше. Если же хотя бы одна из микросистем противостоит нереалистичным идеалам, транслируемым СМИ, и давлению других микросистем, у ребенка есть больше шансов на формирование позитивного образа тела. Однако на сегодняшний день у нас нет информации о том, вклад какой микросистемы и для людей какого возраста более важен. Хотя есть данные Н. Shroff и J. Thompson, что для подростков важнее влияние СМИ и сверстников, а не членов семьи [Shroff, Thompson, 2006].

К социальным экзо- и макрофакторам относятся СМИ и интернет (транслируемый идеал нереалистично худого тела); социальные сети (например, фотографии, размещенные на страницах селебрити), изображение тела в принтах на одежде и другой продукции; социокультурные традиции, связанные с телом; принадлежность к определенной группе и усвоение ее стереотипов. Экзосистема и макросистема – это уровень факторов, на которые сам индивидуум не может влиять непосредственно, но они играют существенную роль в его развитии [Bronfenbrenner, 2000].

Уровень экзо- и макрофакторов в первую очередь составляют стереотипы, транслируемые через средства массовой информации и интернет. Традиционные медиа – телевидение, фильмы и мультфильмы, музыкальные клипы и журналы – практически всегда предлагают нереалистичные и опасные для детей и подростков телесные идеалы. Например, такие выводы были сделаны S. Grabe с соавторами на основании метаанализа семидесяти семи экспериментальных и корреляционных исследований влияния медиа на удовлетворенность телом у женщин, интернализации «худого идеала» и пищевого поведения [Grabe, Ward, Hyde, 2008]. Женские персонажи в семейных фильмах, идущих в прайм-тайм телевидения, имеют размер талии, почти в два раза меньший, чем мужчины, участвующие с ними в одном проекте [Gender roles and occupations ... , 2013]. Женские персонажи с более крупными и тяжелыми формами практически не представлены на телеэкране. Те же, кто все-таки показан, это женщины более старшего возраста, которые практически никогда не изображаются в романтических ситуациях [Portrayals of overweight individuals ... , 2003]. В России подобные исследования пока не проводились, однако даже поверхностный взгляд на продукцию и послания, транслируемые российскими СМИ, показывает, что ситуация в нашей стране примерно такая же, что и в западных странах.

Еще в 1990-е гг. E. Stice с соавторами утверждали, что СМИ – это самый мощный конвейер культуры внешнего вида, включая тиранию стройности, восприятие тела как проекта и гендерные стереотипные идеалы внешности [Relation of media exposure ... , 1994]. Результаты корреляционных исследований последних лет показывают, что существует прямая связь между временем, проводимым женщинами в социальных сетях, интернализацией ими идеала худобы и неупорядоченным пищевым поведением [Tiggemann, Miller, 2010].

Организация и методы исследования

В рамках эмпирического исследования, проведенного в группе из 132 девушек в возрасте 18–20 лет, мы изучали содержательные характеристики образа тела в период юности и проверяли гипотезу о взаимосвязи образа тела, особенностей пищевого поведения и семейных предикторов становления образа тела в этот возрастной период.

Для проведения исследования были использованы проективные и опросные методы, в частности глубинное интервью, в котором, помимо информации о росте, весе (для расчета индекса массы тела), особенностях менструального цикла, девушек спрашивали об отношении к телу (в том числе о желании что-либо изменить в теле), отношении к телу со стороны значимых людей (матери, отца, сексуального партнера) и образе жизни испытуемых (использовании диет или иных вариантов ограничительного пищевого поведения, занятиях спортом или танцами), мы также просили оценить в процентах соответствие своего тела собственным идеалам и принятым в обществе стандартам. С помощью методики «Жизненная динамика удовлетворенности внешним обликом» Е. В. Белугиной [Белугина, 2003] участники должны по десятибалльной шкале оценить степень удовлетворенности своим внешним обликом в 5, 10, 15 лет и в настоящее время, при этом важны именно субъективные ретроспективные оценки. Для сбора данных были переведены и адаптированы две англоязычные методики Verbal Commentary on Physical Appearance Scale – «Комментарии о внешности» (КОВ) и The 34-item Body Shape Questionnaire – «Обеспокоенность формами тела». Для целей работы мы также использовали опросную методику «Образ тела» и психосемантическую методику «Мое тело» [Белогай, Морозова, 2018].

Обсуждение результатов исследования

Описательная статистика для группы девушек приведена в табл. 1.

Таблица 1

Описательная статистика для группы девушек в период юности

Параметры	Среднее значение	Медиана	Минимум	Максимум	Ст. откл.
<i>Объективные характеристики</i>					
Вес, кг	58,0	55,0	40,0	94,0	11,2
Рост, см	164,6	164,0	146,0	178,0	7,5
ИМТ	21,3	20,3	15,6	35,16	3,7
Возраст наступления менархе	12,6	13,0	0,0	17,0	2,3
<i>Информационно-оценочный компонент образа тела</i>					
Степень соответствия внешним стандартам, %	55,5	60,0	0,0	100,0	26,1
Степень соответствия внутренним стандартам, %	62,8	70,0	0,0	100,0	26,9
Оценка (по методике «Мое тело»)	14,3	17,0	-24,0	29,0	10,6
Функциональность («Мое тело»)	4,4	6,0	-11,0	12,0	5,1
Активность («Мое тело»)	2,3	3,0	-7,0	10,0	3,9

Окончание табл. 1

Параметры	Среднее значение	Медиана	Минимум	Максимум	Ст. откл.
Оценка телосложения («Мое тело»)	1,7	2,0	-12,0	12,0	5,8
Оценка (по опроснику «Образ тела»)	7,5	8,0	-20,0	24,0	10,7
Функциональность («Образ тела»)	5,5	6,0	-12,0	20,0	7,6
Негативные комментарии о внешности (КОВ)	15,0	15,0	8,0	31,0	4,3
Комплименты (КОВ)	13,6	14,0	2,0	33,0	5,2
<i>Энергетический компонент образа тела</i>					
Принятие («Образ тела»)	3,8	6,0	-14,0	20,0	8,1
Обеспокоенность формами тела	59	51,0	0,0	180,0	45,0
Эмоциональная реакция на негативные комментарии о внешности (КОВ)	12,4	11,0	0,0	28,0	6,6
Эмоциональная реакция на комплименты (КОВ)	8,29	8,0	2,0	16,0	3,6
<i>Временной компонент образа тела</i>					
Степень удовлетворенности внешним обликом в 5 лет	8,7	10,0	0	10,0	2,2
Степень удовлетворенности внешним обликом в 10 лет	8,0	9,0	0	10,0	2,4
Степень удовлетворенности внешним обликом в 15 лет	5,9	5,0	0	10,0	2,7
Степень удовлетворенности внешним обликом в настоящий момент	6,7	7,0	0	10,0	2,5

Девушки обследованной группы имеют соответствующий возрастной норме индекс массы тела, вес и рост, возраст наступления менархе в среднем 12,6 года. Несмотря на нормальный индекс массы тела девушек, изучение *информационно-оценочного компонента образа тела* показывает, что степень рассогласования с внешними и внутренними стандартами велика, соответствие тела внешним и внутренним стандартам девушки определяют в среднем в 56 и 63 % соответственно. Среди обследованных девушек 7 % отметили, что их тело совсем не соответствует внешним и (или) внутренним стандартам. При этом у девушек в рассматриваемом возрастном периоде, как и у подростков, оценка соответствия собственным идеалам положительно коррелирует с оценкой соответствия внешним стандартам (коэффициент корреляции 0,74 при $p \leq 0,01$). Среди девушек есть те, кто имеет низкий ИМТ (18–19) или даже дефицит массы тела (ИМТ < 17,5), но при этом они указывают на соответствие стандартам на 30–40 %.

Средняя оценка тела по психосемантической методике «Мое тело» в данной возрастной группе получилась равной 14,33 (при максимально возможной 30 баллов), оценка функциональности – 4,25 балла (максимально

возможная – 12 баллов), активности – 2,31 (максимум – 12 баллов) и оценка телосложения – 1,74 балла (максимум – 12 баллов). Таким образом, для девушек характерна достаточно низкая оценка тела в целом и его параметров – функциональных, энергетических. Аналогичные результаты мы получили при помощи опросной методики «Образ тела». Оценка тела в среднем составила 7,48 балла (при максимально возможной в 24 балла), а оценка функциональности тела 5,48 балла (при 12 возможных).

Таким образом, наши данные подтверждают сведения зарубежных исследований о распространении недовольства внешностью и телом среди молодых девушек и женщин. В интервью девушки также повсеместно говорили о том, что им многое не нравится в их теле: начиная от отдельных частей – груди, живота, носа, заканчивая телом в целом (ответ «Мне не нравится все» встречался примерно в 6 % случаев). Для изменения тела девушки готовы прибегнуть к стратегиям, которые опираются на стереотип «тело как проект», сидеть на жестких диетах, ежедневно заниматься в спортивном зале и при первой возможности прибегнуть к помощи пластической хирургии. Только две девушки из опрошенной группы отметили, что им все нравится в их теле и они ничего не хотят менять.

С позиции *энергетического компонента образа тела* в период юности степень принятия тела достаточно низка – 3,8 балла (при максимально возможных 12 баллах), у многих девушек данный параметр принимает отрицательные значения. Эмоциональные реакции на негативные комментарии о внешности при этом достаточно сдержанны – девушки редко отмечают, что слова о том, что они поправились, и тому подобные комментарии вызывают очень резкую реакцию. Что касается эмоциональной реакции на комплименты, то интересно, что некоторые девушки даже на комплименты реагируют амбивалентными и даже негативными эмоциями. Мы связываем амбивалентную реакцию на комплименты с особенностями российской культуры, в которой не принято хвалить, но принято критиковать, в результате чего девушкам трудно принимать положительную обратную связь от окружающих.

Параметр обеспокоенности формами тела в нашей группе меняется от 0 до 180, в среднем составляя 59 баллов, что соответствует отсутствию обеспокоенности. Однако данная возрастная группа крайне неоднородна по рассматриваемому признаку – в ней выделяется группа девушек с умеренной и высокой обеспокоенностью весом и формами тела.

При анализе *временного компонента образа тела* необходимо остановиться на степени удовлетворенности внешним обликом, оцененной ретроспективно для детского, подросткового возраста и настоящего времени. Самая высокая степень удовлетворенности характерна для дошкольного и школьного детства, однако сравнение средних показывает, что эти оценки отличаются значимо ($p \leq 0,001$), т. е. оценка снижается при переходе от дошкольного детства к препубертату. С еще большей степенью значимости различаются оценки тела в школьном детстве и подростковом возрасте ($p \leq 0,00001$) – к подростковому возрасту оценка снижается больше, чем на 20 %. Оценка тела в юности возрастает по сравнению с подростковом возрастом ($p \leq 0,01$), однако она уже не достигает оценок «доподросткового возраста».

Как показывает интервью, проведенное в рамках исследования, неудовлетворенность образом тела среди русскоязычных девушек и девочек-подростков связана с теми же *факторами*, что и в других этнических группах: влиянием СМИ, интернета, сверстников и семейными факторами.

Мы оценивали влияние обратной связи от родителей и любовного партнера на образ тела девушек в юношеском возрасте. Для этой цели в ходе интервью девушки характеризовали обратную связь, которую давали им матери и отцы относительно тела в детском возрасте, в подростковом возрасте и дают в настоящее время. Варианты обратной связи были разделены на три группы: позитивная обратная связь, нейтральная или ее отсутствие и негативная обратная связь. Рассмотрим влияние родительской обратной связи на примере энергетического параметра «обеспокоенность формами тела» и информационно-оценочного параметра «степень соответствия внешним и внутренним стандартам». Однофакторный дисперсионный анализ показал, что обеспокоенность формами тела зависит от материнской обратной связи, получаемой девушкой на всех этапах взросления. Самая высокая обеспокоенность весом и формами тела характерна для девушек, которые в детстве слышали от матерей критические замечания в свой адрес. Девушки, которым мать ничего не говорила об их теле или давала нейтральную обратную связь, имеют обеспокоенность весом немногим меньшую. Лишь те девушки, которые слышали от матери в детстве комплименты, демонстрируют в юности низкие значения обеспокоенности весом и формами тела. Обратная связь, которую девушки получали в подростковом возрасте, еще более важна. По мере взросления влияние матери не уменьшается, а даже усиливается (рис. 2). Нейтральная обратная связь уже не оказывает такого сильного воздействия на обеспокоенность формами тела, а негативная обратная связь по-прежнему приводит к существенному повышению обеспокоенности.

Что касается обратной связи от отца, отметим, что отцы гораздо реже по сравнению с матерями дают своим дочерям негативную обратную связь. Однако многие отцы не дают никакой обратной связи. Обратная связь от отцов оказалась так же важна, как и материнские комментарии (рис. 3).

Таким образом, обратная связь от родителей обоего пола важна для принятия девушкой своего тела. Мы попытались выяснить, оказывает ли родительская обратная связь такое же влияние на другие содержательные характеристики образа тела, например на информационно-оценочный компонент, и обнаружили, что материнская обратная связь не влияет на оценку девушкой степени соответствия своего тела внешним и внутренним стандартам. Отцовская обратная связь влияет на рассматриваемые параметры на уровне тенденции. Причем негативная обратная связь от отцов не снижает, а даже повышает степень соответствия тела внешним и особенно внутренним стандартам у девушки. Самую низкую оценку степени соответствия тела внешним и внутренним стандартам дают девушки, которые не получают от отцов обратной связи о своем облике и теле либо получают нейтральную обратную связь. Складывается впечатление, что у девушек, чьи отцы дают негативную обратную связь, срабатывает защитный фильтр, не пропускающий негативную информацию от значимого человека.

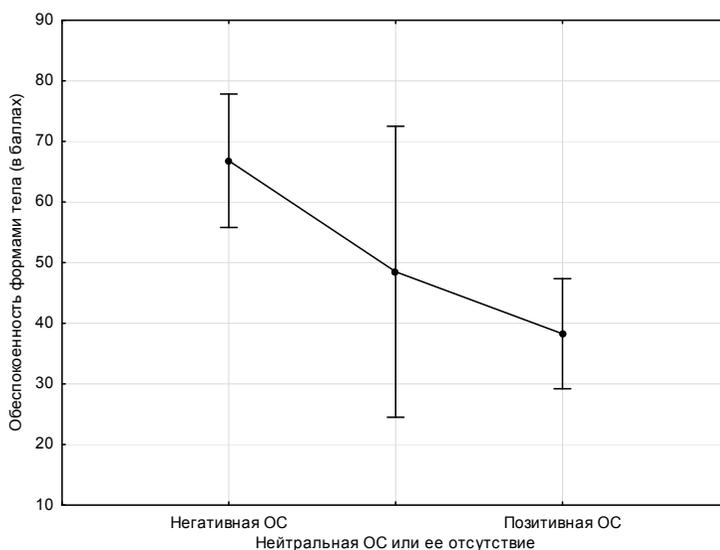


Рис. 2. Обеспокоенность формами тела в юности в зависимости от обратной связи (ОС), даваемой матерью ($p \leq 0,0007$)

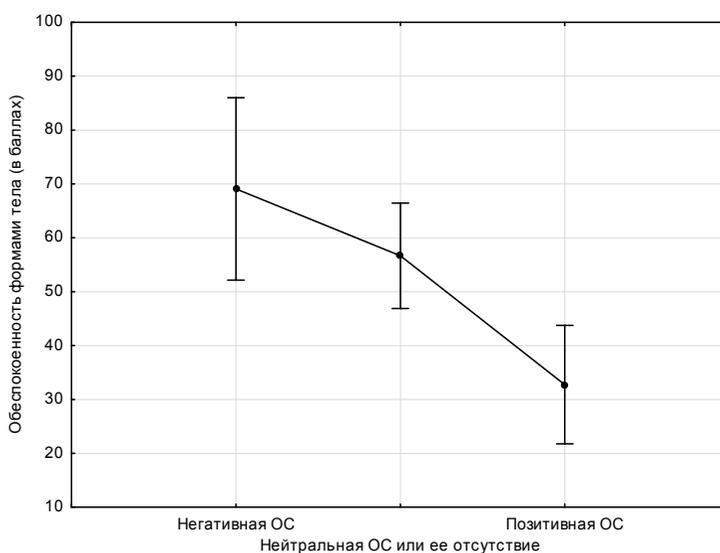


Рис. 3. Обеспокоенность формами тела в юношеском возрасте в зависимости от обратной связи (ОС), даваемой отцом ($p \leq 0,0005$)

Полученные данные косвенно свидетельствуют о формировании защитного фильтра при переходе к юношескому возрасту. Фильтр уже способен повлиять на сознательные оценки девушки, но не влияет (или влияет в меньшей степени) на те эмоции, которые она переживает относительно своего тела. При этом характер обратной связи действительно уменьшает или усиливает действие социокультурных стереотипов в отношении тела.

Что касается взаимоотношений девушки с любовным партнером, его влияние на образ тела также велико в рассматриваемом возрастном периоде. Например, обеспокоенность весом и формами тела существенно выше у тех девушек, которые получают от своего партнера негативную обратную связь, несколько ниже у тех, кто не получает никакой обратной связи, и существенно ниже у тех, кто получает нейтральную обратную связь, чаще всего выражающуюся словом «нормальная», и получающих позитивную обратную связь от партнера (рис. 4).

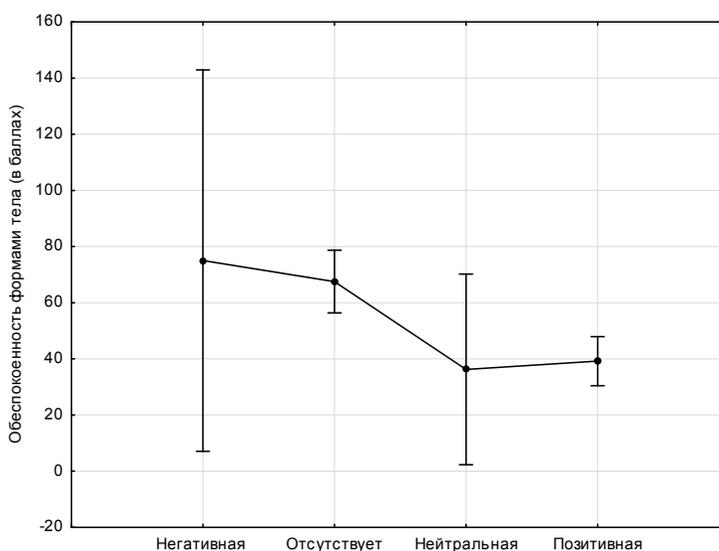


Рис. 4. Обеспокоенность формами тела в юношеском возрасте в зависимости от обратной связи (ОС), даваемой любовным партнером ($p \leq 0,001$)

Информационно-оценочный компонент образа тела он также зависит от характера обратной связи, получаемой девушкой от своего партнера. Самую низкую степень соответствия, близкую к нулевой отметке, демонстрируют девушки, получающие негативную обратную связь от партнеров. У девушек, не получающих обратной связи и получающих нейтральную обратную связь, оценки колеблются в районе 40 %, у девушек, чьи партнеры дают положительную обратную связь, говорят комплименты, хвалят внешность, телосложение девушек, оценки превышают 60 %.

Таким образом, мы убеждаемся в том, что микросистема – семья и любовный партнер – оказывают существенное влияние на образ тела в период юности. С одной стороны, они способствуют формированию защитного фильтра, с другой стороны, критические высказывания со стороны родителей и партнера могут усиливать тревогу и обеспокоенность весом у девушки.

Далее мы изучали особенности пищевого поведения наших респондентов. В группе были выделены четыре варианта пищевого поведения: девушки, не ограничивающие себя в пище; девушки, старающиеся есть «правиль-

ные продукты», соблюдающие диеты и т. п.; девушки, соблюдающие диету, но периодически «срывающиеся»; и, наконец, девушки, не ограничивающие себя в пище, но постоянно, по их словам, перепадающие. Оценки соответствия тела внешним стандартам и внутренним идеалам получились различными в выделенных группах девушек. Самая низкая степень соответствия внешним и внутренним стандартам была обнаружена среди девушек, соблюдающих диету, но периодически «срывающихся». Судя по публикациям, такая группа является одной из наиболее подверженных риску развития анорексии. Действительно, в этой группе рассматриваемые параметры существенно ниже по сравнению с тремя другими группами. Три другие группы значительно меньше различаются в оценках между собой.

Прослеживается влияние особенностей пищевого поведения на то, как девушка ретроспективно оценивает свое тело в детстве (в 5 и 10 лет), подростковом возрасте (15 лет) и как оценивает в настоящее время, то есть в 18–20 лет (рис. 5).

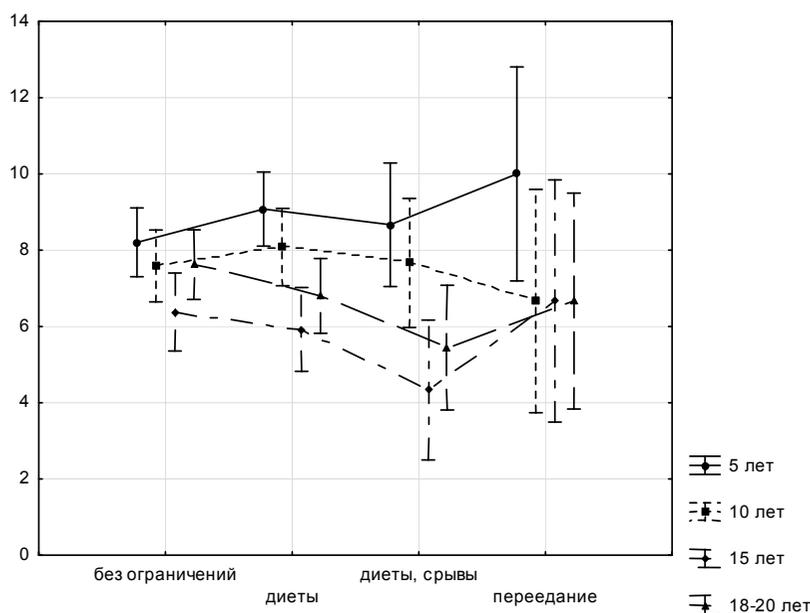


Рис. 5. Уровень оценки тела в разные возрастные периоды в зависимости от особенностей пищевого поведения девушки ($p \leq 0,09$)

Наименьшие различия в оценках наблюдаются в группе девушек, не ограничивающих себя в еде, хотя и у них оценка себя в подростковом возрасте самая низкая. У девушек, имеющих ограничения пищевого поведения, выше всего оценка тела в 5 лет, затем – в 10, затем – в настоящее время. Самая низкая оценка также относится к подростковому возрасту. Наибольший разброс в оценках наблюдается в группе с ограничением пищевого поведения и срывами – при этом последовательность оценок аналогична последовательности в предыдущей группе. В группе девушек, говорящих о себе как

о передающих, оценка тела в детстве максимальна и приближена к 10 баллам, а остальные три оценки практически совпадают между собой, что отличает эту группу от всех других.

На рисунке 6 показано, как меняются частота комментариев о внешности, реакция на них и обеспокоенность формами тела в зависимости от особенностей пищевого поведения.

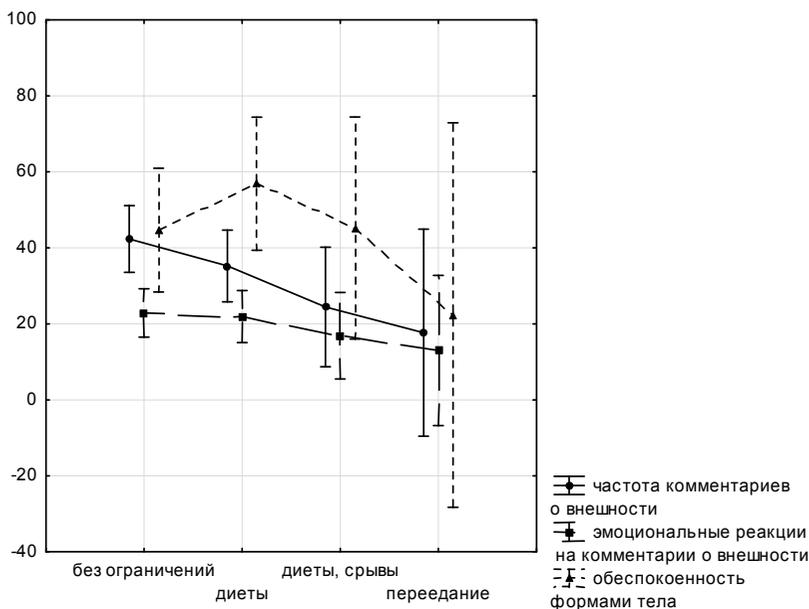


Рис. 6. Параметры образа тела в зависимости от особенностей пищевого поведения (опросники КОВ и «Формы тела»), $p \leq 0,07$

Число отмеченных в опроснике комментариев о внешности уменьшается от первой к четвертой группе, а выраженность негативных реакций на них, наоборот, увеличивается. В то же время обеспокоенность формами тела выше всего в группе девушек с ограничительным пищевым поведением, несколько ниже – у девушек, не ограничивающих себя, а также у девушек, сидящих на диете и срывающихся. Самый низкий уровень обеспокоенности формами тела обнаруживают девушки из группы с перееданием.

Выводы

Результаты эмпирического исследования показали, что семейные факторы, в частности характеристики обратной связи, даваемой девушке родителями, определяют становление образа тела в период юности. Хотя подростковый возраст для 18–20-летних уже позади, ретроспективные оценки обратной связи, полученной в тот период от родителей, взаимосвязаны с энергетическими и информационно-оценочными характеристиками образа тела: самую высокую обеспокоенность формами тела демонстрируют девушки, чьи родители давали отрицательную обратную связь в детстве и

подростковом возрасте. Обратная связь, получаемая от любовного партнера, также играет важную роль в формировании образа тела в период юности: обеспокоенность весом и формами тела существенно выше у тех девушек, которые получают от своего партнера негативную обратную связь, несколько ниже у тех, кто не получает никакой обратной связи, и существенно ниже у получающих нейтральную или позитивную обратную связь.

Параметры образа тела и особенности пищевого поведения находятся в период юности в сложных взаимосвязях: обеспокоенность формами тела выше всего у девушек с ограничительным пищевым поведением, в то же время девушки, отмечающие, что регулярно переедают, имеют самые низкие показатели обеспокоенности; наиболее критично оценивают свое тело девушки, для пищевого поведения которых характерны диеты и срывы.

В целом обследованная нами группа девушек 18–20 лет продемонстрировала «нормативное недовольство» телом, что согласуется с данными, полученными на европейских, американских, латиноамериканских выборах.

Список литературы

Белогай К. Н., Морозова И. С. Психология телесности: проблемы становления, направления исследований, технологии психологической помощи : учеб. пособие. Кемерово : Кемеров. гос. ун-т, 2018. С. 174–203.

Белугина Е. В. Отношение к своему внешнему облику в период середины жизни : дис. ... канд. психол. наук. Ростов н/Д, 2003. 199 с.

Василенко Т. Д. Телесность и субъективная картина жизненного пути личности : дис. ... д-ра психол. наук. Курск, 2011. 414 с.

Дорожевец А. Н. Искажение образа физического Я у больных ожирением и нервной анорексией : дис. ... канд. психол. наук. М., 1986. 194 с.

Скугаревский О. А. Нарушения пищевого поведения : монография. Минск : БГМУ, 2007. 340 с.

Bronfenbrenner U., Evans G. W. Developmental science in the 21st century: Emerging questions, theoretical models, research designs, and empirical findings // *Social Development*. 2000. Vol. 9. P. 115–125.

Croll J. Body Image and Adolescents [Electronic resource] // *Guidelines for Adolescent Nutrition / Services J. Stang, M. Story (Eds.)*. Minneapolis, MN. 2005. P. 155-166. URL: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.620.934&rep=rep1&type=pdf>.

Gender roles and occupations: A look at character attributes and job-related aspirations in film and television / S. L. Smith [et. al]. Los Angeles : Annenberg School for Communication & Journalism University of Southern California, 2013. 46 p.

Grabe S., Ward L. M. Hyde J. S. The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies // *Psychological Bulletin*. 2008. Vol. 134(3). P. 460–476. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>

Holmqvist Gattario K. Body image in adolescence: through the lenses of culture, gender and positive psychology [Electronic resource]. Sweden : University of Gothenburg, 2013. 97 p. URL: <http://hdl.handle.net/2077/34266>

Kostanski M., Fisher A., Gullone E. Current conceptualisation of body image dissatisfaction: Have we got it wrong? // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2004. Vol. 45. P. 1317–1325.

Portrayals of overweight individuals on commercial television / B. S. Greenberg [et. al] // *American Journal of Public Health*. 2003. Vol. 93(8). P. 1342–1348.

Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: An examination of mediating mechanisms / E. Stice [et. al] // *Journal of Abnormal Psychology*. 1994. Vol. 103. P. 836–840. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.103.4.836>

Shroff H., Thompson J. K. The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A replication with adolescent girls // *Body Image*. 2006. Vol. 3. P. 17–23. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.10.004>

Tiggemann M., Miller J. The Internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness // *Sex Roles*. 2010. Vol. 63. P. 79–90. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9789-z>

Wertheim E. H., Paxton S. J. Body image development – adolescent girls // *Encyclopedia of body image and human appearance* / T. F. Cash (ed.). London, UK: Academic Press. 2012. P. 187–193.

Wood-Barcalow N. L., Tylka T. L., Augustus-Horvath C. L. «But I like my body»: Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women // *Body Image*. 2010. Vol. 7. P. 106–116. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.01.001>

Interrelation of Eating Habit and Body Image Parameters Based on Environment Predictors in Adolescent Girls

K. N. Belogai

Kemerovo State University, Kemerovo

Abstract. The paper analyzes the factors underlying the development of body image in adolescence: family predictors, social and cultural patterns, relations with peers and intimate partners, the media and the Internet. The results of the empirical study of the group of girls aged between 18 and 20 showed dependence of girls' body image on the feedback from their parents and interrelation of girls' body image with characterization of their eating behaviors. The study showed that the Russian girls were generally disgruntled at their appearance, which was proved by the survey of many samples around the world. Retrospective assessment of the feedback from parents received in adolescence is an important factor for girls affecting the level of acceptance of their own body. The feedback from an intimate partner plays an important role in the development of body image in adolescence as well.

Keywords: body image, adolescence, bio-ecological model, feedback, eating behavior.

For citation: Belogai K. N. Interrelation of Eating Habit and Body Image Parameters Based on Environment Predictors in Adolescent Girls. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series Psychology*, 2018, vol. 26, pp. 14–29. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2018.26.14> (in Russian)

References

Belogai K.N., Morozova I.S. *Psikhologiya telesnosti: problemy stanovleniya, napravleniya issledovaniy, tekhnologii psikhologicheskoy pomoshchi: uchebnoe posobie* [Psychology of corporeality: problems of formation, directions of research, technology of psychological help]. Kemerovo, Kemerovo State University Publ., 2018, pp. 174–203. (in Russian)

Belugina E.V. *Otnoshenie k svoemu vneshnemu obliku v period serediny zhizni* [Attitude to his appearance in the middle of life. Cand. sci. diss]. Rostov-n-Donu, 2003, 199 p. (in Russian)

Vasilenko T.D. *Telesnost i subyektivnaya kartina zhiznennogo puti lichnosti*: [Corporeality and subjective picture of a person's life path. Doct. sci. diss]. Kursk, 2011, 414 p. (in Russian)

Dorozhevets A. N. *Iskazheniye obraza fizicheskogo Ya u bolnykh ozhireniyem i nervnoy anoreksiyey* [Distortion of the image of the physical self in patients with obesity and anorexia nervosa. Cand. sci. diss]. Moscow, 1986, 194 p. (in Russian)

Skugarevskiy O.A. *Narusheniya pishchevogo povedeniya: monografiya* [Disorders of eating behavior]. Minsk, 2007, 340 p. (in Russian)

Bronfenbrenner U., Evans G.W. Developmental science in the 21st century: Emerging questions, theoretical models, research designs, and empirical findings. *Social Development*, 2000, vol. 9, pp. 115-125.

Croll J. Body Image and Adolescents. *Guidelines for Adolescent Nutrition*. Services J. Stang, M. Story (eds.). Minneapolis, MN. 2005. pp.155-166. Available at: <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.620.934&rep=rep1&type=pdf>

Grabe S., Ward L. M. Hyde J. S. The role of the media in body image concerns among women: a meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 2008, vol. 134(3), pp. 460-476. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>

Holmqvist Gattario K. *Body image in adolescence: through the lenses of culture, gender and positive psychology*. Sweden. University of Gothenburg, 2013, 97 p. Available at: <http://hdl.handle.net/2077/34266>

Kostanski M., Fisher A., Gullone E. Current conceptualisation of body image dissatisfaction: Have we got it wrong? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2004, vol. 45, pp. 1317-1325.

Greenberg B.S. [et. al]. Portrayals of overweight individuals on commercial television. *American Journal of Public Health*, 2003, vol. 93(8), pp. 1342-1348.

Stice E. [et. al]. Relation of media exposure to eating disorder symptomatology: An examination of mediating mechanisms. *Journal of Abnormal Psychology*, 1994, vol. 103, pp. 836-840. <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.103.4.836>

Shroff H., Thompson J.K. The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A replication with adolescent girls. *Body Image*, 2006, vol. 3, pp. 17-23. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2005.10.004>

Tiggemann M., Miller J. The Internet and adolescent girls' weight satisfaction and drive for thinness. *Sex Roles*, 2010, vol. 63, pp. 79-90. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9789-z>

Wertheim E. H., Paxton S. J. *Body image development – adolescent girls // Encyclopedia of body image and human appearance*. Cash T.F. (ed.). London, UK, Academic Press, 2012, pp. 187-193.

Wood-Barcalow N.L., Tylka T.L., Augustus-Horvath C.L. «But I like my body»: Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. *Body Image*, 2010, vol. 7, pp. 106-116. <http://dx.doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.01.001>

Белогай Ксения Николаевна

кандидат психологических наук, доцент
кафедра акмеологии и психологии
развития
Кемеровский государственный
университет
Россия, 650000, г. Кемерово, ул. Красная, 6
e-mail: Belogi@mail.ru

Belogai Ksenia Nikolaevna

Candidate of Sciences (Psychology),
Associate Professor, Department of Acmeol-
ogy and Developmental Psychology
Kemerovo State University
6, Krasnaya st., Kemerovo, 650000,
Russian Federation
e-mail: Belogi@mail.ru