

Границы Я и самооценка тела у девушек

Торопова Арина Александровна

Ярославский государственный университет им. П.Г. Демидова, Ярославль, Россия

E-mail: toropovarina@mail.ru

Значение образа Я и границ Я на телесном и категориальном уровне самосознания для характера отношений Я со значимым социальным окружением убедительно показано Е.Т. Соколовой [1]. Е.В. Улыбиной описано влияние оценки тела на качество жизни и связь удовлетворенности телом с самооценкой [2]. Клинико-психологическое значение оценки тела определяется разноплановыми последствиями расстройств пищевого поведения, описанными, в частности М.Е. Harrison et al. [5] и S. Roher et al. [7] поскольку питание является наиболее очевидным житейски и наиболее доступным средством модификации тела.

Целью нашей работы было исследование связей между выраженностью границ Я и самооценкой тела у девушек.

Выборку составили 50 девушек в возрасте от 18 до 22 лет (средний возраст 20 лет). Половой состав определен исходя из данных Е.В. Улыбиной [2] об отсутствии принимаемой гендерной модели у девушек. Возраст определен в соответствии с онтогенезом психологической системы деятельности, описанным В.Д. Шадриковым [3].

Испытуемые выполняли методику «Границы Я» (N. Brown) в адаптации Е.О. Шамшиковой [4]. Самооценка тела фиксировалась следующим образом: испытуемые указывали идеальные и реальные показатели своего роста и веса, затем оценивали свое тело в целом по шкале от 1 до 10 баллов (общая самооценка). Далее испытуемым предлагалось дифференцировать оценку: произвольно выделить отдельные части тела и оценить их по той же шкале (самооценки частей).

Полученные данные обрабатывались в свободном статистическом пакете R [6]. Для «сырых» данных использовался линейный регрессионный анализ (построение зависимости вида $y = ax + b$), также по стандартизованным результатам рассчитывался коэффициент линейной корреляции Пирсона (r).

Установлены следующие основные связи.

1. Пропорционально росту выраженности нарушений границ Я снижается минимальная самооценка отдельных частей тела: коэффициент $a = -0,06$ при уровне значимости $p = 0,03$, константа $b = 8,6$, $p < 0,0001$, коэффициент множественной детерминации (Multiple R-squared) $0,09$; коэффициент корреляции $r = -0,3$, $p = 0,03$.

2. Пропорционально росту выраженности нарушений границ Я увеличивается размах (разница между максимальной и минимальной оценкой) самооценок отдельных частей тела: $a = 0,07$, $p = 0,004$, $b = -0,25$, $p = 0,87$, Multiple R-squared $0,17$; $r = 0,41$, $p = 0,004$.

3. Пропорционально росту выраженности нарушений границ Я увеличивается разница между самооценкой в целом и минимальной самооценкой отдельных частей тела: $a = 0,06$, $p = 0,007$, $b = -1,51$, $p = 0,26$, Multiple R-squared $0,14$; $r = 0,38$, $p = 0,007$.

4. Пропорционально росту медианы самооценки отдельных частей тела увеличивается число выделяемых при самооценке частей тела: $a = 0,45$, $p = 0,02$, $b = 2,66$, $p = 0,06$, Multiple R-squared $0,12$; $r = 0,34$, $p = 0,02$.

5. Пропорционально росту максимальной самооценки отдельных частей тела увеличивается число выделяемых при самооценке частей тела: $a = 0,68$, $p = 0,003$, $b = -0,11$, $p =$

0,96, Multiple R-squared 0,17 ; $r = 0,41$, $p = 0,003$.

6. Пропорционально росту разницы между идеальным и реальным весом (превышение идеального веса над реальным) увеличивается самооценка в целом: $a = 0,05$, $p = 0,04$, $b = 7,54$, $p < 0,0001$, Multiple R-squared 0,10 ; $r = 0,30$, $p = 0,04$.

7. Самооценка в целом не связана статистически значимо с разницей между идеальным и реальным ростом: $r = 0,02$, $p = 0,88$.

8. Также представляют интерес данные о выделении отдельных частей тела: волосы выделили 78% выборки, ноги 74%, талию 62%, глаза 56%, руки 46%, бедра 44%, губы 44%, грудь 42%. Другие части тела — лицо, нос, живот, ягодицы выделяли при самооценке менее 40% выборки. Менее 20% выборки выделили шею, ступни, кисти (рук), ногти, запястье, икры, плечи. Осанка и походка, формально не являющиеся «частями тела», но весьма значимые с точки зрения физиологии, выделены 2% испытуемых.

Интерпретируя полученные результаты, заметим, что исследуемый феномен самооценки тела у девушек оказался достаточно сложным и в целом не вполне адекватным с точки зрения физиологии (результаты 6-8). Поэтому категоричный ответ на вопрос о связи границ Я с самооценкой тела некорректен.

Отдельные компоненты самооценки тела связаны с границами Я (результаты 1-4). Описанные связи согласуются с данными Е.О. Шамшиковой, что нарушение границ Я проявляется чрезмерной зависимостью от требований, установок и норм окружающих, ориентацией на внешние критерии и оценки [4].

Самооценка тела имеет различные составляющие. Связь этих составляющих (результаты 4-6) требует дальнейшего изучения. Е.Т. Соколова считает, что структурные и содержательные характеристики репрезентации отношений связаны между собой и определяются аффективно-когнитивным стилем личности [1]. Следовательно характер связи границ Я и самооценки тела может отличаться у испытуемых с разными аффективно-когнитивными стилями.

Источники и литература

- 1) Соколова Е.Т. Аффективно-когнитивная дифференцированность / интегрированность как диспозиционный фактор личностных и поведенческих расстройств // Теория развития: Дифференционно-интеграционная парадигма. М.: Языки славянских культур, 2009. С. 151–166.
- 2) Улыбина Е.В. Связь отношения к телу с гендерными характеристиками в юношеском возрасте [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. N 4(18). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 02.03.2015).
- 3) Шадриков В. Д. Деятельность и способности. – М., 1994. – 320 с.
- 4) Шамшикова Е.О. Детерминация нарциссизма в организации психологического пространства личности // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. 2013. № 3 (13). С. 24-35.
- 5) Harrison M.E., Norris M.L., Obeid N., Fu M., Weinstangel H., Sampson M. Systematic review of the effects of family meal frequency on psychosocial outcomes in youth // Canadian Family Physician. 2015 Feb;61(2):e96-e106. PubMed PMID: 25676655.
- 6) R Core Team. R: A language and environment for statistical computing. [Электронный ресурс] R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. 2014. URL: <http://www.R-project.org/> (дата обращения: 02.03.2015).

- 7) Roher S., Latzer Y., Geliebter A. Negative Emotional Eating among Obese Individuals with and without Binge Eating Behavior and Night Eating Syndrome // Israel Journal Psychiatry and Related Sciences. 2014;51 (3):219-25.