

Взаимосвязь уровня депрессии и образа тела у студентов

Я. С. РАЖНОВА

Белорусский государственный университет

В психологии существует множество определений образа тела. Последние разработки в области психологии телесности все чаще указывают на то, что образ тела – это многокомпонентное сложное образование, состоящее как из личностных особенностей восприятия, так из культурных и социальных представлений о теле [3]. Сквозь личность говорит время, культура. Пропуская через себя различные установки, человек дополняет свою картину тела. Становление образа тела происходит в несколько этапов, и на каждом происходят значимые изменения. На образ тела оказывают влияние такие факторы как жизненный и личностный опыт, эмоциональные и психические состояния, самооценка личности и др. Ряд исследований посвящены проблеме изменения образа тела при различных психических состояниях и заболеваниях [1; 4; 5]. Так как образ тела входит в структуру личности и является связующим звеном между субъектом и окружающим миром, встает вопрос о пределах влияния образа тела и о возможностях других факторов оказать влияние на образ тела [2]. Более того, образ тела представляет собой многогранное образование, которое состоит из когнитивных, объективных и эмоциональных компонентов [6]. Закономерно возникает вопрос, какие из этих компонентов наиболее подвержены влиянию неблагоприятных факторов.

Поскольку образ тела представляет собой сложное образование, то при его изменениях могут происходить изменения и в других областях личности. Наше исследование было направлено на выявление этих взаимосвязей. В результате проделанной нами работы выяснилось, что взаимосвязь между эмоциональными и поведенческими компонентами образа тела и депрессией сильнее, чем взаимосвязь депрессии и когнитивных показателей образа тела (были выявлены следующие взаимосвязи уровня депрессии со шкалами методики образа тела: «оценка внешности» – $r = -0,597$ $p < 0,01$; «ориентация на внешность» – $r = -0,592$, $p < 0,01$; «удовлетворенностью параметрами тела» – $r = -0,415$, $p < 0,01$; «оценка лишнего веса» – $r = -0,059$ $p < 0,630$; «оценка лишнего веса» – $r = -0,148$ $p < 0,221$).

В исследовании было выявлено, что существуют различия отношения к своему телу у девушек и юношей. Наиболее значимые результаты были выявлены по шкалам «оценка лишнего веса» и «оценка собственного веса». Нами было выдвинуто предположение, что это связано с тем, что у женщин вес более нестабильный, чем у мужчин. Это способно привести к более негативной оценки девушками своего веса.

Так как исследование проводилось не в клинических условиях, для диагностики уровня депрессии нами была использована шкала Бека. Уровень депрессивного состояния варьировался от «отсутствия депрес-

сии» и до «выраженной депрессии». В связи с этим, был проведен частотный анализ, для того, чтобы выявить различия отношения к своему телу между респондентами с разным уровнем депрессии. Результаты обработки данных подтвердили предыдущие выводы и показали, что с увеличением уровня депрессии показатели образа тела снижаются. Наиболее сильные связи были установлены между уровнем депрессии и такими показателями образа тела как «оценка своей внешности», «ориентация на внешность» и «удовлетворенность параметрами тела». Полученные результаты можно объяснить отсутствием в нашей выборке респондентов с ожирением (max ИМТ – 25,65, что по показателям ВОЗ является начальной стадией ожирения и относится к категории «предожирения»). Люди с избытком лишнего веса демонстрируют повышенную тревогу касательно веса своего тела по причине невозможности соответствовать социальным нормам. В силу особенностей нашей выборки, данные предположения не нашли отражения в нашем исследовании.

Полученные данные подтвердили нашу основную гипотезу о том, что уровень депрессии отрицательно коррелирует с образом тела. На наш взгляд, данные указывают на первичность негативного аффективного состояния, которое способно исказить показатели отношения к своему телу. Однако, есть некоторые данные (взаимосвязь удовлетворенности параметрами тела и оценкой лишнего веса ($r = -0,244$, $p < 0,05$)) которые говорят нам о том, что не всегда тревога вызывает изменения удовлетворенностью своим телом. Существует внутренняя личностная система координат, которая не подвержена влиянию социально приемлемых норм, а также может быть не подвержена изменению в аффективном плане. Другими словами, для того чтобы понять причину возникновения неудовлетворенности своим телом, помимо оценки уровня депрессии, можно оценивать самооценку личности. Это даст нам более точное понимание причин неудовлетворенности, а также расставит в порядке значимости разные факторы.

Библиографический список

1. Лоуэн, А. Предательство тела / А. Лоуэн. – М.: Институт общегуманитарных исследований. – 2010. – 256 с.
2. Подорога, В.А. Феноменология тела. Введение в философскую антропологию: материалы лекционных курсов 1992–1994 годов. – Москва. – 1995. – 271 с.
3. Татаурова, С. С. Актуальные проблемы исследования образа тела / С. С. Татаурова // Психологический вестник Уральского государственного университета. Вып. 8. — Екатеринбург: [Изд-во Урал. ун-та], 2009. — С. 142–154.
4. Almann, Konstance V. Schizophrenia research trends / Konstance V. Almann. – New York. – 2008. – 278 p.
5. Fisher, S. Body image and personality / S. Fisher, S.E. Cleveland //Princeton N.Y., 2nd.ed., New York, Dover Publ. 1968. – 276 p.
6. Cash, T.F. Body image / T.F. Cash, T. Pruzinsky // A A handbook of theory, research, and clinical practice, New York: Guilford Press, 2002. – 306 p.