

УДК: 159.9

DOI: 10.25629/НС.2022.12.31

ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЖЕНЩИН, ПЕРЕЖИВШИХ ОПЫТ ФИЗИЧЕСКИХ НАКАЗАНИЙ В ДЕТСТВЕ

Даренских С.С.^{1,2}, Исмаилова М.М.²

¹Московский международный университет

²Московский институт психоанализа

Аннотация. В статье представлены данные эмпирического исследования пищевого поведения женщин с детским опытом физических наказаний в родительской семье. Приведены теоретические основы исследования, положения, на которых базируется эмпирическое исследование. В исследовании приняли участие 995 женщин, в возрасте от 18 до 38 лет. Сбор данных проводился с помощью анонимного онлайн-опроса. Используемые методы: анкетный опрос; опросник пищевых расстройств EDI-2; опросник «Когнитивно-поведенческие паттерны при нарушениях пищевого поведения»; шкала семейного окружения. Доказана гипотеза о связи пищевого поведения женщин, неблагополучных внутрисемейных отношений и физических наказаний. Выявлена специфика пищевого поведения женщин с опытом физических наказаний в родительской семье. Для женщин более характерны ситуации переедания, в сочетании с чувством вины. Стресс, эмоциональное напряжение, психологический дискомфорт может стать причиной приема пищи. Характеристики пищевого поведения становятся менее гармоничными с увеличением внутрисемейного напряжения, конфликтов, при отсутствии возможности социального, культурного, интеллектуального развития.

Ключевые слова: пищевое поведение, физические наказания, женщины, женщины с опытом физических наказаний в родительской семье, отношения в семье.

Введение в проблему

Несмотря на растущий интерес к проблеме пищевого поведения и научный запрос к исследованиям, вопрос о закономерностях его формирования и изменения в процессе развития личности остается открытым. Многие исследователи связывают это как с терминологической многозначностью и неопределенностью понятия пищевое поведение, так и с его многоаспектностью и многомерностью. Проблематика данного исследования связана с попыткой выявить особенности пищевого поведения женщин, переживавших физические наказания в родительской семье в детстве. Период детства особенно важный в становлении, как личностной идентичности, так и обуславливает дальнейшее развитие личности, ее способы взаимодействия с собой и окружающими. Учитывая увеличивающееся с каждым годом число женщин, обращающихся за психологической помощью в связи с нарушением пищевого поведения, эмпирическое исследование взаимосвязи физических наказаний в родительской семье и пищевого поведения является достаточно актуальным.

Краткий обзор исследований

В отечественной и зарубежной литературе пищевое поведение рассматривают как «ценностное отношение к пище и ее приему, стереотип питания в обыденных условиях и в ситуации стресса, ориентация на образ собственного тела и деятельность по его формированию» [10, с. 103]. Пищевое поведение выступает как термин, обобщающий различные компоненты поведения, связанные с процессом приема пищи [9, с. 8-9]. К ним относятся процесс поиска еды, поглощения еды и связанные с ними физиологические и психологические процессы и механизмы. Обобщая, можно сказать, что понятие «пищевое поведение» включает в себя различные паттерны поведения, установки, эмоции человека по отношению к еде и процессу питания.

На формирование пищевого поведения влияет большое количество факторов, как социокультурных, так и психологических. Авторы указывают, что пищевое поведение включает в себя установки, формы поведения, привычки и эмоции, касающиеся еды, которые индивидуальны для каждого человека. Пищевое поведение может быть гармоничным или девиантным. По мнению специалистов, нарушения пищевого поведения представляют собой широкий спектр состояний от ограничительных действий до переедания [3, 9, 10, 11, 12].

Исследователи указывают, что нарушения пищевого поведения, возникают по различным причинам, при этом все больше работ, направленных на изучение именно психологических проблем, связанных с нарушением пищевого поведения [15]. Отношения в семье также относятся к факторам, приводящим к нарушениям пищевого поведения или к его особенностям. Исследователи говорят о том, что запутанные внутрисемейные отношения могут создавать условия для развития нарушений пищевого поведения. К этим характеристикам относится власть и деспотичность матери, необщительность, безучастность, отстраненность отца, размытые межличностные границы, двойные послания [1, 2, 4, 5, 7, 8, 12, 17-22].

Недостаток сведений о связи физических наказаний с пищевым поведением, неудовлетворенностью телом, обуславливают актуальность изучения данной проблематики. Физическое наказание ребёнка в детстве на регулярной основе в качестве воспитательной цели часто приводит к психологической травме, что в свою очередь влечёт за собой нарушение отношений с собственным телом, искажение понимания границ собственного тела и его потребностей в связи с диссоциацией тела и разума.

Таким образом, вопрос взаимосвязи физических наказаний в детстве и пищевого поведения во взрослом возрасте остаётся малоизученным.

Методы

В работе выдвинуто несколько гипотез, которые легли в основу стратегии и тактики проведения эмпирического исследования: 1) существуют значимые статистические различия в содержании характеристик пищевого поведения в группах женщин, подвергавшихся физическим наказаниям в родительской семье и без подобного опыта; 2) Пищевое поведение женщин, подвергавшихся физическим наказаниям в детстве будет в ориентировано на изменение эмоционального состояния.

Всего в исследовании приняли участие 995 женщин, в возрасте от 18 до 38 лет. Для дальнейшего разделения группы респонденток на подгруппы был проведен анализ результатов анкетирования, показавший варианты наказаний в родительских семьях респонденток. Для интерпретации данных случайным образом были отобраны 111 анкет респонденток в возрасте от 20 до 30 лет. Сокращение выборки было обусловлено формированием группы контраста. Всего 37 респонденток на вопрос о присутствии наказаний в родительской семье ответили: «Не наказывали». На данном этапе осмысления полученных результатов важно было сформировать контрольную группу с данными показателями. Эмпирическое исследование проводилось в форме онлайн-анкетирования при помощи Google формы.

В процессе проведения теоретического и эмпирического исследований были использованы теоретический анализ научной литературы, тестирование, методы математико-статистической обработки данных (сравнительный анализ с применением Т-критерия Стьюдента, корреляционный анализ). Сбор данных осуществлялся с помощью следующих методик: 1. Анкетный опрос; 2. Опросник пищевых расстройств EDI-2 (Eating Disorder Inventory) [6]; 3. Опросник «Когнитивно-поведенческие паттерны при нарушениях пищевого поведения» О.А. Сагалакова и М.Л. Киселева [13]; Шкала семейного окружения (ШСО). Методика Famil Environmental Skale (FES). Р.Х. Мус, адаптация С.Ю. Куприянова [15].

Результаты и их обсуждение

По результатам статистического анализа Т-критерий Стьюдента данных по методике Шкала оценки пищевого поведения (англ. Eating Disorder Inventory, сокр. EDI) получены следующие достоверные различия в группах женщин, подвергавшихся наказаниям и не подвергавшихся наказаниям в детстве. Шкалы: булимия ($p=0,00$), неудовлетворенность телом

($p=0,00$), неэффективность ($p=0,00$), перфекционизм ($p=0,03$). В эмпирической группе показатели по шкалам данной методики более выражены, что говорит об особенностях или нарушениях пищевого поведения у женщин, подвергавшихся физическим наказаниям в детстве. Обратимся к детальному рассмотрению полученных результатов.

В группе женщин, подвергавшихся физическим наказаниям в родительской семье, высокие показатели выявлены по большинству шкал: булимия ($m=3,35$), неудовлетворенность телом ($m=8,70$), неэффективность ($m=6,0$), недоверие в межличностных отношениях ($m=5,18$), интерцептивная компетентность ($m=4,48$). Остальные шкалы имеют средний уровень выраженности согласно интерпретации методики.

Можно говорить, что у женщин достаточно часто появляется побуждение к наличию эпизодов переедания и очищения (булимия), присутствует интерцептивная некомпетентность, которая скрывается в дефиците уверенности в отношении распознавания чувства голода и насыщения, что в свою очередь может приводит к особенностям или даже нарушениям в питании.

Неудовлетворенность собственным телом, что показывает, что женщины воспринимают определенные части тела (бедра, грудь и ягодицы), как чрезмерно толстые. Рассматривая данный результат через призму физических наказаний, можно говорить, что одним из последствий является нарушение образа тела, что в свою очередь приводит к различным действиям: диеты, спорт и т.д., направленным на формирование идеальной фигуры. Неэффективность женщин проявляется в ощущении одиночества, отсутствии ощущения безопасности и способности контролировать собственную жизнь. Недоверие в межличностных отношениях проявляется в чувстве отстраненности от контактов с окружающими, то есть можно говорить о недостаточной глубине контактов, закрытости женщин.

Результаты опросника «Когнитивно-поведенческие паттерны при нарушениях пищевого поведения» Сагалакова О.А и Киселева М.Л. дополняют полученные данные.

Так, выявлены следующие достоверные различия в группах женщин, подвергавшихся наказаниям и не подвергавшихся наказаниям. По шкалам: избегание объективного оценивания веса, в сочетании с приступами переедания ($p=0,01$), ограничительное пищевое поведение как средство достижения мотива аффилиации ($p=0,05$), эмоциогенное нарушение пищевого поведения ($p=0,00$), склонность к анорексии ($p=0,04$).

Важно отметить, что большинство шкал в эмпирической группе имеют более высокие баллы, чем в контрольной группе, что доказывает изменения в пищевом поведении женщин с физическими наказаниями в детстве.

Результаты по шкале эмоциогенное нарушение пищевого поведения ($m=24,89$) показывают, что пища становится, способом изменения эмоционального состояния. Женщины «заедают» психологическую боль, скуку, могут снижать страх и расслабляться при помощи еды. В ситуации эмоциогенного пищевого поведения человек заедает свои горести и несчастья, «заедают» стресс. Отношение к лишнему весу, как к «препятствию на пути к счастью». Женщины поглощены и фиксированы на похудении, стремлении к привлекательности и достижению идеала.

У женщин эмпирической группы наблюдается когнитивная фиксированность на мыслях о несовершенствах своего тела ($m=24,02$). Эти мысли имеют негативную окраску, присутствует фиксированность на мыслях «о жире, имеющемся в теле», о том, как стать стройнее. Все перечисленное мешает думать о чем-то другом. Респондентки уверены в том, что окружающие обращают внимание и оценивают их фигуру исключительно в негативном ключе, что приводит к выбору одежды, которая не привлекать внимание и скрывает мнимые недостатки. Когнитивные установки и сильное желание похудеть раскрываются в позициях «сразу как похудею, я смогу легко общаться и знакомиться с людьми», «на стройных девушках любая вещь смотрится прекрасно».

По шкале избегание объективного оценивания веса, в сочетании с приступами переедания, выявлен промежуточный уровень выраженности ($m=12,67$), при этом полученные результаты

выше, чем в группе женщин, которые не подвергались физическим наказаниям в детстве. Респондентки избегают ситуаций оценивания, боятся привлечь внимание, выбирают не облегающую фигуру одежду, ограничивают себя в еде, в компании скупы на проявление эмоций, могут совсем избегать общения из-за неудовлетворенности телом. Сдержанность и неудовлетворенность могут «находить выход» в приступах переедания, при отсутствии наблюдателей.

Контроль над употреблением пищи ($n=11,89$) проявляется в сверх внимании, установлении правил, выдвигании определенных требований к себе, телу, образу питания.

В группе контраста получены другие результаты, которые позволяют говорить о достаточно гармоничном пищевом поведении и большем принятии своего тела. Соответственно мы можем констатировать, что наличие физических наказаний в эмпирической группе привело к изменениям в пищевом поведении и отношении к себе.

Чтобы выявить особенности взаимосвязи семейного воспитания и пищевого поведения первоначально обратимся к результатам методики шкала семейного окружения (англ. Family Environmental Scale, сокр. FES) – опросник, предназначенный для диагностики микросоциального климата в семьях.

Так, по результатам статистического анализа в эмпирической и контрольной группа выявлены следующие достоверные различия по шкалам: сплоченность ($p=0,00$), конфликт ($p=0,00$), независимость ($p=0,00$), ориентация на активный отдых ($p=0,02$). Так, мы можем констатировать разницу во взаимоотношениях в семье в группах респондентов.

Мы можем констатировать, что степень заботы, помощи друг другу, ощущение принадлежности к семье в эмпирической группе проявлено достаточно низко. В родительских семьях женщин эмпирической группы ярче, чем в контрольной группе проявляются эмоции, выражение гнева и агрессии, которое, возможно проявлялось и в том числе и в виде физических наказаний по отношению к женщинам в детстве.

Вторая группа данных раскрывает показатели личностного роста женщин эмпирической группы. Так, все показатели по шкалам снижены, что говорит о меньших возможностях личностного роста для респонденток эмпирической группы. Снижены показатели независимости, что говорит о меньшем поощрении к самоутверждению, независимости, самостоятельности в обдумывании проблем и принятии решений в семьях женщин с физическими наказаниями в детстве. Выявлена низкая степень активности членов семьи в социальной, интеллектуальной, культурной и политической сферах деятельности. Так же родительским семьям женщин мало свойственны активный отдых и занятия спортом.

Третья группа данных раскрывает особенности внутрисемейного управления. В родительских семьях женщин не слишком проявляются порядок и организованность. Выявлен средний уровень степени иерархичности семейной организации, ригидности семейных правил и процедур, контроля членами семьи друг друга.

Так, мы можем констатировать особенности в родительской семье женщин, подвергавшихся физическим наказаниям в детстве. Достаточно низкий уровень сплоченности, проявление конфликтности, агрессивности, не высокая ориентация на личностный рост, иерархичность, но при этом более низкие показатели, раскрывающие определенность и понятность семейных правил и обязанностей.

Корреляционный анализ с применением коэффициента ранговой корреляции Спирмана, выявил следующие связи:

При поощрении и поддержке со стороны семьи самоутверждения, независимости, самостоятельности в обдумывании проблем и принятии решений происходит снижение беспокойства о весе уменьшение систематических попыток похудеть ($r=-0,42^{**}$, при $p=0,00$). Соответственно, при увеличении беспокойства о весе происходит снижение независимости и самостоятельности. Результаты корреляционных связей говорят, что чем выше в семье степень семей-

ного уважения и поощрения к независимости и самостоятельности, тем меньше будет эпизодов переядания в жизни женщин, которые подвергались физическим наказаниям в родительской семье ($r=-0,34$, при $p=0,03$).

Шкала интерацептивная некомпетентность имеет корреляционные связи со шкалами и экспрессивность ($r=-0,39$ при $p=0,01$), конфликт ($r=-0,52^{**}$ при $p=0,00$), независимость ($r=-0,38$ при $p=0,01$), контроль ($r=0,36$ при $p=0,02$). Повышение возможности открыто действовать, выражать свои чувства в семье, возможность открытого выражения гнева, а также поощрение к самостоятельности и независимости приводит к снижению дефицита уверенности в отношении распознавания чувства голода и насыщения. Повышение активности членов семьи в социальной, интеллектуальной, культурной сферах, а также поощрение к самостоятельности и независимости приводит к адекватному контролю над употреблением пищи, уменьшению захащенности мыслей об ограничении своего питания.

Можно говорить о том, что чем выше степень семейного уважения к этическим и нравственным ценностям, тем ниже избегание объективного оценивания своего веса, принятие фигуры ($r=-0,35$ при $p=0,03$).

Корреляционные связи шкалы независимость со шкалами эмоциогенное нарушение пищевого поведения ($r=-0,41$ при $p=0,01$), самофокусировка внимания на недостатках своего тела ($r=-0,48^{**}$ при $p=0,00$), склонность к анорексии ($r=-0,50^{**}$ при $p=0,00$) показывают, что повышение поощрения стремления к независимости в семьях женщин приводит к снижению обусловленности принятия пищи эмоциональными состояниями, принятию плюсов и минусов собственного тела, снижению вероятности ограничительного пищевого поведения и риска полного отказа от пищи.

Выводы и заключение

По результатам проведенного эмпирического исследования и выявлены особенности пищевого поведения женщин с опытом физических наказаний:

1. У женщин с детским опытом физических наказаний в родительской семье возрастают показатели, раскрывающие неблагоприятные изменения в пищевом поведении в сравнении с женщинами, родители которых не использовали физические наказания.

2. У респонденток эмпирической группы отношения в родительской семье менее гармоничные, чем в контрольной группе. Основные компоненты функционирования семейной системы показывают, что в отношениях недостаточно проявлений тепла, поддержки, присутствует эмоциональность, проявления гнева и агрессии.

3. Пищевое поведение женщин с опытом физических наказаний в родительской семье характеризуется большей дисгармоничностью приема пищи. Ситуации переядания, вследствие которых появляется чувство вины, стимулом к приему пищи может являться не голод, а эмоциональных дискомфорт, напряжение, стресс.

4. У женщин наблюдается фиксированность на недостатках тела, которые проявляются в фиксированности внимания на отдельных частях тела, стремлении скрыть «недостатки» фигуры, как одеждой, так и с помощью не привлекающего внимание поведения.

5. Результаты корреляционного анализа демонстрируют связи пищевого поведения и отношений в семье. Показано, что неблагоприятное изменение показателей внутрисемейных отношений связано с негативным изменением показателей пищевого поведения.

Библиография

1. Александрова Р.В., Мешкова Т.А. Особенности внутрисемейных отношений девочек-подростков с риском нарушения пищевого поведения // Клиническая и специальная психология. 2016. Том 5. № 2. С. 33-45.

2. 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. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-pischevogo-povedeniya-i-parametrov-obraza-tela>

obuslovlennyh-sredovymi-prediktorami-u-devushek-v-period-yunosti (дата обращения: 14.09.2022).

3. Вознесенская, Т. Г. Расстройство пищевого поведения при ожирении и их коррекция / Т. Г. Вознесенская // Ожирение и метаболизм. - 2004. - № 2. - С. 1-6.

4. Дурнева М.Ю., Мешкова Т.А. Влияние социокультурных стандартов привлекательности на формирование отношения к телу и пищевого поведения у девушек подросткового и юношеского возраста [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. 2013. Том 18. № 2. С. 25-34. URL: https://psyjournals.ru/files/62348/pno_2013_2_durneva_meshkova.pdf (дата обращения: 11.12.2020).

5. Иванов Д.В., Хохрина А.А. Образ тела у подростков с нарушением пищевого поведения [Электронный ресурс] // Вестник ГУУ. 2019. № 6. С. 198-204. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obraz-tela-u-podrostkov-s-narusheniyamipischevogopovedeniya/viewer> (дата обращения: 11.12.2020).

6. Ильчик О.А., Сивуха С.В., Скугаревский О.А., Суихи С. Русскоязычная адаптация методики «Шкала оценки пищевого поведения» // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. 2011. № 1. С. 39-50.

7. Каменецкая Е.В., Ребеко Т.А. Репрезентация телесного Я при нарушении пищевого поведения // Экспериментальная психология. 2015. Том 8. № 3. С. 118-128.

8. Коркина, М. В. Нервная анорексия / М.В. Коркина, М.А. Цивилько, В. В. Мариллов. Москва, 1986. - 172 с.

9. Малкина – Пых И. Г. Терапия пищевого поведения / И. Г. Малкина-Пых. М.: Эксмо, 2007. - 1040 с.

10. Менделевич, В. Д. Руководство по аддиктологии / В. Д. Менделевич. - СПб.: Речь, 2007. - 768 с.

11. Михайлова А.П., Штрахова А.В. Пищевое поведение в норме, в условиях стресса и при патологии: библиографический обзор // Психология. Психофизиология. 2018. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pischevoe-povedenie-v-norme-v-usloviyah-stressa-i-pri-patologii-bibliograficheskiy-obzor> (дата обращения: 14.09.2022).

12. Николаева Н.О. История и современное состояние исследований нарушения пищевого поведения (культурные и психологические аспекты) [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2012. Том 1. № 1.

13. Орлова О.В. Психологические аспекты расстройства пищевого поведения // Акмеология. 2015. №3 (55). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-aspekty-rasstroystva-pischevogopovedeniya> (дата обращения: 14.09.2022).

14. Сагалакова О.А., Киселева М.Л. Опросник «Когнитивно-поведенческие паттерны при нарушениях пищевого поведения» // Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. – 2014. – N 1(3) [Электронный ресурс]. – URL: <http://medpsy.ru/climp> (дата обращения: 14.09.2022).

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

16. Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. - СПб.: Речь, 2003. 323 с.

17. Changing children's eating behaviour - A review of experimental research / P. DeCosta [et al.] // Appetite. 2017. Vol. 113. P. 327-357.

18. Coffman D.L., Balantekin K.N., Savage J.S. Using Propensity Score Methods To Assess Causal Effects of Mothers' Dieting Behavior on Daughters' Early Dieting Behavior // Childhood Obesity. 2016. Vol. 12. № 5. P. 334-40.

19. Food-related parenting practices and adolescent weight status: a population-based study / K.A. Loth [et al.] // Pediatrics. 2013. Vol. 131. № 5. P. 1443—1450.

20. Latzer, Y., Merrick, J., Stein, D. Eating Disorders: Diagnosis, Epidemiology, Etiology and Prevention // Understanding Eating Disorders, Hauppauge, US: Nova Biomedical. 2011. P. 1-11.
21. Vered, S., Walter, O. Mother-daughter relationship and daughter's body image. // Health. 2015. №7 (5). P. 547-559.
22. Yee A., Lwin M., Ho S. The influence of parental practices on child promotive and preventive food consumption behaviors: a systematic review and meta-analysis // International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. 2017. Vol. 14. Article ID 10. 14 p.

EATING BEHAVIOR OF WOMEN WHO EXPERIENCED PHYSICAL PUNISHMENT IN CHILDHOOD

Darenskikh S.S.^{1,2}, Ismailova M.M.²

¹Moscow International University

²Moscow Institute of Psychoanalysis

Abstract. The article presents data from an empirical study of the eating behavior of women with childhood experience of physical punishment in the parental family. The theoretical foundations of the study, the provisions on which the empirical study is based are given. The study involved 995 women, aged 18 to 38 years. Data collection was carried out using an anonymous online survey. Methods used: questionnaire survey; EDI-2 Eating Disorders Questionnaire; questionnaire "Cognitive-behavioral patterns in eating disorders"; family environment scale. The hypothesis about the relationship between women's eating behavior, dysfunctional family relationships and physical punishment has been proved. The specificity of the eating behavior of women with experience of physical punishment in the parental family was revealed. For women, situations of overeating are more typical, combined with a sense of guilt. Stress, emotional stress, psychological discomfort can cause food intake. Characteristics of eating behavior become less harmonious with an increase in intra-family tension, conflicts, in the absence of the possibility of social, cultural, and intellectual development.

Keywords: eating behavior, physical punishment, women, women with experience of physical punishment in the parental family, family relationships.