

Е. А. Васильева, Л. Г. Жедунова

### Особенности базисных убеждений личности с нарушением пищевого поведения

В статье приводятся результаты исследования базисных убеждений у лиц с нарушением пищевого поведения (компульсивное переедание). В соответствии с выдвинутой авторами гипотезой о том, что нарушения пищевого поведения являются отражением сложности установления контакта человека с миром, проведено исследование базисных убеждений личности при наличии и отсутствии нарушений пищевого поведения. В статье приводятся обсуждение и анализ полученных результатов. Выявлены различия в структуре базисных убеждений в обеих группах испытуемых, отражающих различную степень адекватности оценки отношений человека с миром. Система базисных убеждений личности, включающая глубинные представления о доброжелательности-враждебности окружающего мира и значимости собственного «Я», является имплицитной концептуальной системой (базовой философией) индивида, через которую преломляется восприятие любых событий жизни человека. Выраженность расстройства компульсивного переедания взаимосвязано с убеждениями индивида об окружающем мире и «собственном Я». Люди строят свою жизнь, исходя из базисных убеждений. Границы с окружающим миром у людей с компульсивным перееданием более размыты и лабильны. Люди с компульсивным перееданием в меньшей мере способны контролировать события, происходящие вокруг них.

Ключевые слова: пищевая зависимость, компульсивное переедание, границы психологического пространства личности, базисные убеждения.

Е. А. Vasilieva, L. G. Zhedunova

### Features of Basic Beliefs of the Personality with Eating Disorders

The article presents results of the research on basic beliefs in patients with eating disorder (compulsive overeating). According to the authors' hypothesis that the disturbances of eating behaviour are reflection of the complexity of human contact with the world, a study of the basic beliefs of the individual in the presence and absence of eating disorders was made. The article presents a discussion and analysis of the results. The differences are revealed in the structure of basic beliefs in both groups of subjects, reflecting the different degree of adequacy of evaluation of human relations with the world. The system of the basic beliefs of the individual, including the underlying notions of hospitality-hostility of the surrounding world and the importance of the self, is implicitly the conceptual system (underlying philosophy) of the individual, through which the perception of any of the events of human life is refracted. The severity of the disorder compulsive overeating is interlinked with the individual's beliefs about the world and the self. People build their lives on the basis of basic beliefs. Boundaries with the environment in people with compulsive overeating are more blurred and unstable. People with compulsive overeating are less able to control events occurring around them.

Keywords: food addiction, compulsive overeating, boundaries of the personality's psychological space, basic beliefs.

В настоящее время феномен пищевой зависимости изучается преимущественно в рамках клинических и биомедицинских моделей. Механизмы возникновения зависимости с точки зрения генетических, нейробиологических, биохимических, физиологических подходов имеют давнюю историю исследования. При этом современная исследовательская практика в области психологии проблемы зависимости, как правило, сосредоточена в феноменологическом пространстве данного явления и, как правило, не затрагивает базисные психические образования, механизмы и детерминанты зависимости вне объектного контекста этого феномена.

Неоднозначность психологической картины основных форм нарушений пищевого поведения сохраняется до настоящего времени. Расстройства пищевого поведения представляют собой конти-

нуум – от выраженных клинических проявлений до наиболее легких форм зависимости в виде расстройств пищевого поведения.

Зависимость как социальное явление может быть описана в формате масштаба социальных последствий. Социальная масштабность зависимости определяется не только очевидным увеличением числа людей с этим состоянием, но и масштабным ростом видов зависимостей. Зависимость как социальный феномен приобретает масштабы проблемы уровня макросоциальной значимости через увеличение распространенности в популяции и выходит на различные возрастные и социальные группы [2].

В настоящей работе зависимость рассматривается как психическое состояние. Психическое состояние – один из возможных режимов жизнедеятельности человека, на физиологическом уровне

отличающийся определенными энергетическими характеристиками, а на психологическом уровне – системой психологических фильтров, обеспечивающих специфическое восприятие окружающего мира. Состояние определяется срезом динамики личности, обусловленными ее отношениями, поведенческими потребностями, целями активности и адаптивности в окружающей среде и в конкретной ситуации [7].

Расстройства пищевого поведения являются одним из видов аддиктивного поведения [4]. Несмотря на чрезвычайную распространенность в мире людей с избыточным весом, аддиктивное (компульсивное) переядание в рамках психологии представляет собой проблему, далекую от разрешения. Аддикция к еде возникает тогда, когда еда используется в виде аддиктивного агента, применяя который, человек уходит от не устраивающей его субъективной реальности.

Аддиктивное переядание характеризуется повторяющимися приступами, невозможностью даже короткое время обходиться без пищи. Индивид ориентирован на пищу, он планирует собственную жизнь, основываясь на возможности принять пищу в нужное время и в необходимом для него количестве. Ценность данной стороны жизни выходит на передний план, подчиняя себе все остальные ценности. При этом отмечается амбивалентное отношение к приему пищи: желание есть большое количество пищи сочетается с негативным, самоуничтожающим отношением к себе и своей «слабости» [4]. Рассматривая аддиктивное переядание как психическое состояние зависимости, необходимо отметить, что прием пищи для индивида становится главной ценностью, способом достижения удовольствия. Всевозможные негативно окрашенные эмоциональные состояния (скука, неудовлетворенность, апатия, тревога, раздражение) у него проявляются через актуализацию аппетита.

В проведенных ранее исследованиях (Л. Г. Жедунова, А. С. Волдаева, 2012) нами было выявлено, что одним из факторов, участвующих в формировании нарушений пищевого поведения, является состояние границ психологического пространства личности [1]. Мы полагаем, что каждый из видов нарушения пищевого поведения (компульсивное переядание и ограничительное пищевое поведение) является отражением определенного способа контакта с миром и, соответственно, состояние границ психологического пространства личности может служить маркером этих нарушений. Результаты проведенного исследова-

ния показали, что обе группы испытуемых (1-я – компульсивное переядание, 2-я – ограничительное пищевое поведение) испытывают трудности в контактах с миром, при этом характер этих трудностей различен.

Эти результаты послужили основанием для выдвижения гипотезы о том, что в основе подобных различий лежат базисные структуры психики, в частности – образа мира. Глубинная, базисная структура образа мира, по мнению ряда исследователей [2], включает три основных измерения:

- мера выраженности общечеловеческих ценностей – добра;
- мера выраженности угрожающей опасной силы – зла;
- мера выраженности одиночества, безнадёжности и слабости – смерти.

Эта структура устойчива внутри представитель одной и той же социальной общности и интернациональна. Именно устойчивость этой структуры позволяет человеку сохранять определенный уровень адаптации в ситуациях дефицита личностных ресурсов.

Мы полагаем, что при нарушениях пищевого поведения эти структуры могут выступать мощным стабилизирующим ресурсом.

Для проверки этого предположения нами было предпринято специальное исследование. В качестве операционального аналога глубинной структуры образа мира мы использовали структуру базисных убеждений личности. Мы полагаем, что понять глубинную психологическую природу или ядро пищевой зависимости невозможно без анализа когнитивных установок или базисных убеждений личности, определяющих ее контакт с миром.

Базисные убеждения – это имплицитные, глобальные, устойчивые представления индивида о мире и о себе, оказывающие влияние на мышление, эмоциональные состояния, сквозь призму которых воспринимаются события окружающего мира и в соответствии с которыми формируется поведение [2].

В своем исследовании мы опирались на модифицированный русскоязычный вариант методики ШБУ (шкала базисных убеждений) М. А. Падун. Методика измеряет характеристики базисных убеждений личности о доброжелательности окружающего мира, о справедливости окружающего мира и о ценности и значимости собственного «Я». Она состоит из 37 утверждений, группирующихся в 5 субшкал, каждая из которых имеет собственную весовую категорию [6].

1. Доброжелательность окружающего мира предполагает убежденность личности в том, что окружающий мир – в целом хорошее место для жизни.

2. Справедливость – убеждение индивида в том, что хорошие и плохие события распределяются между людьми по принципу справедливости: каждый человек получает то, чего заслуживает.

3. Образ Я – убеждение индивида в том, что он хороший и достойный человек.

4. Способность контролировать ситуацию – убеждение индивида в том, что он может контролировать происходящие с ним события.

5. Удача – убеждение индивида в том, что в целом он везучий человек.

Эмпирическое исследование особенностей базисных убеждений личности проводилось в два этапа. На первом этапе осуществлялось сравнение базисных убеждений испытуемых с компульсивным перееданием и испытуемых без нарушений пищевого поведения. На втором этапе определялось влияние факторов пола и возраста испытуемых на характер базисных убеждений.

В исследовании приняли участие 50 человек в возрасте от 21 до 55 лет. По результатам Голландского опросника DEBQ были сформированы две группы испытуемых: 25 человек, не имеющих

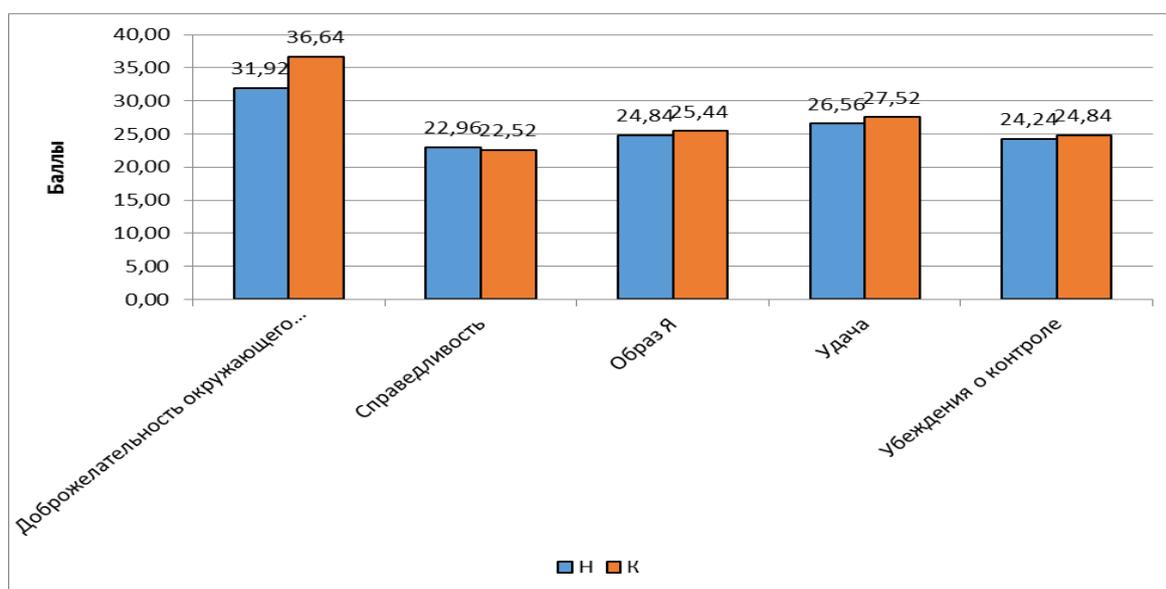
расстройств пищевого поведения, и 25 человек с компульсивным перееданием.

Данные заносились в таблицы Excel, а затем импортировались в программный пакет «STATISTIKA». Статистическая обработка данных проводилась с использованием программы Statistica 6.0.

В результате исследования было выявлено, что у испытуемых без расстройств пищевого поведения (далее выборка № 1) и испытуемых с компульсивным перееданием (далее выборка № 2) наблюдались значимые различия по субшкале «Доброжелательность окружающего мира». Испытуемые с компульсивным перееданием считают, что мир к ним в целом доброжелателен. И чем выше баллы по данной субшкале, тем выше для испытуемых баллы по субшкале «Справедливость» и «Образ Я», соответственно, испытуемые выборки № 2 считают, что хорошие и плохие события распределяются между людьми по принципу справедливости: каждый человек получает то, чего заслуживает. А относительно себя каждый испытуемый убежден, что в целом он хороший и достойный человек. При этом чем выше убеждение о доброжелательности окружающего мира, тем выше способность контролировать ситуацию (субшкала «Убеждения о контроле»), что можно наблюдать по диаграмме № 1:

Диаграмма № 1

**«Базисные убеждения испытуемых с компульсивным перееданием и без расстройств пищевого поведения»**



Данные свидетельствует о том, что большинство испытуемых с компульсивным перееданием считают, что в силах взять под контроль любую ситуацию и способны контролировать происходящие с ними события, это касается и расстройства пищевого поведения, которым они страдают. Подобная переоценка собственных возможностей характерна для «зависимых» людей, она позволяет им сохранять определенный уровень самоотношения.

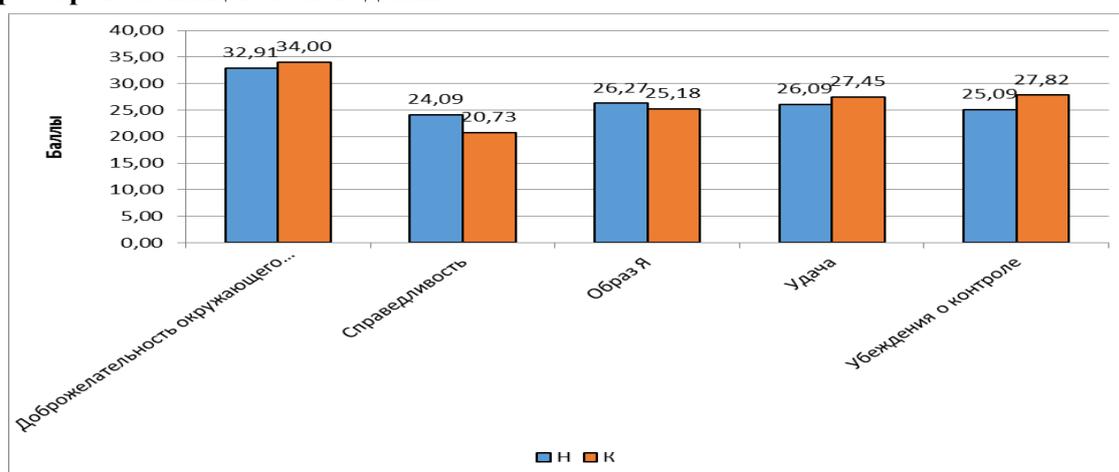
Предварительный анализ данных показал, что фактор возраста не оказывает значимого влияния на характер базисных убеждений, в то время как по половому признаку выявлены значимые различия.

По критерию Манна – Уитни были получены различия в характеристиках базисных убеждений между двумя подгруппами мужчин и женщин в зависимости от наличия пищевого расстройства.

Полученные данные показывают, что у женщин с компульсивным перееданием по субшкалам «Образ Я» и «Справедливость» уровень выраженности убеждений выше, чем у группы мужчин с компульсивным перееданием. А у женщин без расстройств пищевого поведения уровень выраженности по данным субшкалам ниже, чем у группы мужчин без компульсивного переедания. Более высокий уровень значимости различий наблюдается при сравнении двух групп испытуемых с компульсивным перееданием по субшкале «Убеждения о контроле». У женщин по данной субшкале уровень ниже, чем у мужчин. Обратная ситуация наблюдается в двух группах без расстройств пищевого поведения. Таким образом, наличие пищевого расстройства (компульсивное переедание) сопровождается изменениями в структуре базисных убеждений личности.

Диаграмма № 2

**«Базисные убеждения мужчин с компульсивным перееданием и без расстройств пищевого поведения»**



На диаграмме видно следующее: мужчины выборки № 1 склонны полагать, что мир в целом к ним доброжелателен и справедлив. И чем более высокие показатели отмечаются по данным субшкалам, тем чаще испытуемые убеждены в том, что каждый из них – везучий человек. При этом чем выше показатели по субшкале «Удача», тем ниже показатели по субшкале «Убеждения о контроле» ( $r = -0,72$ ;  $p < 0,10$ ). Это может свидетельствовать о том, что мужчины, убежденные в том, что в целом они везучие, полагаются на удачу, считая, что не в силах контролировать происходящие с ними события.

У мужчин выборки № 2 наблюдаются другие результаты. Мужчины с компульсивным перееданием

склонны полагать, что люди не всегда получают по заслугам, даже если человек совершает хорошие поступки, судьба к нему не всегда благосклонна. Также мужчины с компульсивным перееданием отмечают больше недостатков в своем образе, нежели мужчины, не страдающие этим расстройством.

По субшкале «Доброжелательность окружающего мира» у мужчин выборки № 2 наблюдается тенденция к следующему: те, кто склонен доверять окружающему миру и считают людей по своей природе добрыми и дружелюбными, больше способны контролировать происходящие с ними события; и наоборот, те мужчины, которые убеждены, что люди не достойны доверия, окружаю-

ший мир недоброжелателен, склонны к низкой способности держать под контролем происходящее с ними ( $r = -0,95$ ;  $p < 0,10$ ).

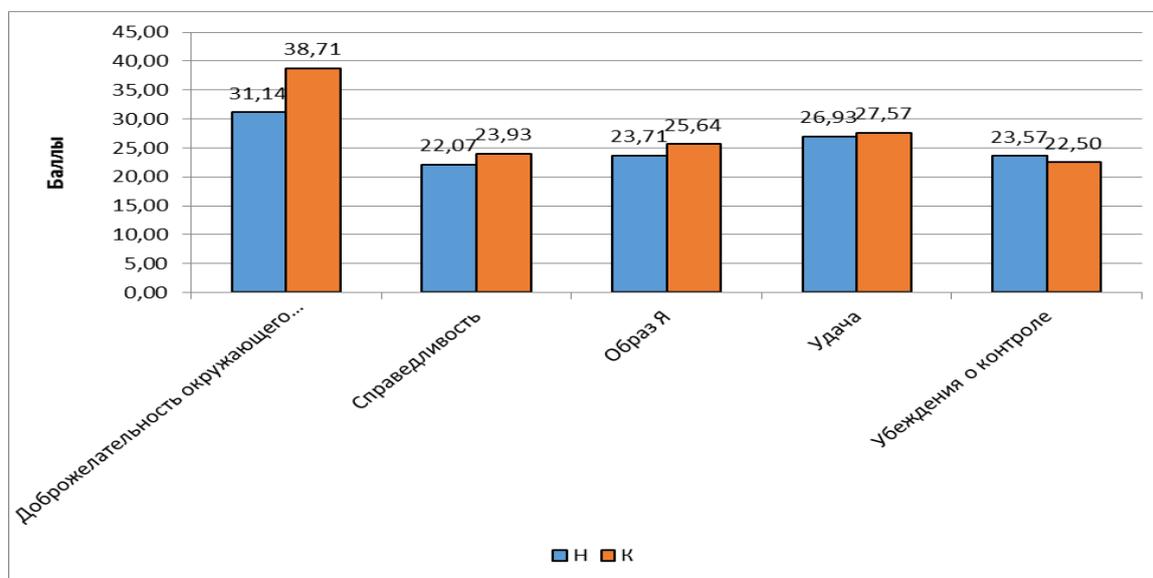
При сравнении группы женщин с компульсивным перееданием с группой женщин без состояния зависимости выявлены значимые различия по субшкале «Убеждения о контроле» с тенденцией понижения в группе испытуемых с компульсивным перееданием.

По субшкалам «Образ Я» и «Справедливость» наблюдается тенденция повышения в группе женщин с компульсивным перееданием. Женщины с компульсивным перееданием полагают, что мир к ним справедлив, доброжелателен и удача к ним благосклонна, по сравнению с женщинами, не имеющими расстройств пищевого поведения. Также женщины с компульсивным перееданием считают себя более привлекательными, интересными, полагая, что их достоинства превышают их недостатки.

Корреляционный анализ показал, что женщины с компульсивным перееданием, считающие, что окружающим можно доверять, так как люди по своей природе добрые и дружелюбные, чаще считают себя невезучими, полагают что судьба от них отворачивается и хорошим людям никогда не достается по заслугам; также они считают себя менее привлекательными, имеют невысокое мнение о себе ( $r = -0,87$ ;  $p < 0,10$ ), при этом не могут контролировать происходящие с ними события, полагают, что бессмысленно принимать меры для защиты себя от неудач, им трудно выбрать максимально выигрышную стратегию поведения в сложных жизненных ситуациях. И наоборот, женщины с компульсивным перееданием, которые не доверяют окружающему миру, у которых границы с окружающим миром очень четкие и строгие, склонны больше контролировать события, происходящие с ними ( $r = -0,66$ ;  $p < 0,10$ ).

Диаграмма № 3

**Базисные убеждения женщин с компульсивным перееданием и без расстройств пищевого поведения**



Таким образом, исследовательская гипотеза о том, что в основе различий контакта с миром у людей с наличием пищевого расстройства (компульсивное переедание) и без него лежат базисные убеждения, подтверждается. Кроме того, нами были обнаружены взаимосвязи других субшкал, которые представляют большую значимость для исследования.

Система базисных убеждений личности, включающая глубинные представления о доброжелательности-враждебности окружающего мира и значимости собственного «Я», является имплицитной концептуальной системой (базовой философией) индивида, через которую преломляется восприятие любых событий жизни человека. Выраженность расстройства компульсивного переедания взаимосвязана с убеждениями индивида об

окружающем мире и «собственном Я». Позитивные базисные убеждения присущи лицам, страдающим компульсивным перееданием. Люди строят свою жизнь, исходя из базисных убеждений. Эти убеждения у всех людей различны. И явно различаются у людей с нормальным пищевым поведением и у людей с компульсивным перееданием. Границы с окружающим миром у людей с компульсивным перееданием более размыты и лабильны. Люди с компульсивным перееданием в меньшей мере способны контролировать события, происходящие вокруг них. Убеждения о своих достоинствах у таких людей более позитивны, чем у людей, не имеющих расстройств пищевого поведения.

#### Библиографический список

1. Жедунова, Л. Г., Волдаева, А. С. Состояние границ психологического пространства личности как фактор формирования нарушений пищевого поведения [Текст] / Л. Г. Жедунова, А. С. Волдаева. Ярославский педагогический вестник. – 2014. – № 4. – Т. 2 (Психолого-педагогические науки). – С. 237–241.
2. Запесоцкая, И. В. Состояние зависимости: метапсихологический подход [Текст] / И. В. Запесоцкая : дис. д-ра психол. наук. – М. : Издательство МГУ, 2012. – С. 408.
3. Карева, М. А., Мариллов, В. В. Психологический анализ случая нервной анорексии [Текст] / М. А. Карева, В. В. Мариллов // Патопсихологические исследования в психиатрической клинике. – М. : Издательство МГУ, 1994. – С. 48–59.
4. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения [Текст] : учеб. пособ / В. Д. Менделевич. – М. : МЕДпресс, 2001. – С. 432.
5. Нартова-Бочавер, С. К., Бочавер, К. А., Бочавер, С. Ю. Жизненное пространство семьи. Объединение и разделение [Текст] / С. К. Нартова-Бочавер, К. А. Бочавер, С. Ю. Бочавер. – М. : Генезис, 2011. – 315 с.
6. Падун, М. А. Особенности базисных убеждений у лиц, переживших травматический стресс [Текст] : дис. ... канд. психол. наук / М. А. Падун. – М. : МГУ, 2003. – 203 с.
7. Щербатых, Ю. В., Мосина, А. Н. Дифференцировка психических состояний и других психологических феноменов [Текст] / Ю. В. Щербатых, А. Н. Мосина. – Казань : ЛОГОС, 2008. – С. 526–528.

#### Bibliograficheskiy spisok

1. Zhedunova, L. G., Voldaeva, A. S. Sostojanie granic psihologicheskogo prostranstva lichnosti kak faktor formirovanija narushenij pishhevogo povedenija [Tekst] / L. G. Zhedunova, A. S. Voldaeva. Jaroslavskij pedagogicheskij vestnik. – 2014. – № 4. – Т. 2 (Psihologo-pedagogicheskie nauki). – S. 237–241.
2. Zapesockaja, I. V. Sostojanie zavisimosti: metapsihologicheskij podhod [Tekst] / I. V. Zapesockaja : dis. d-ra psihol. nauk. – М. : Izdatel'stvo MGU, 2012. – S. 408.
3. Kareva, M. A., Marilov, V. V. Psihologicheskij analiz sluchaja nervnoj anoreksii [Tekst] / M. A. Kareva, V. V. Marilov // Patopsihologicheskie issledovanija v psihiatricheskoj klinike. – М. : Izdatel'stvo MGU, 1994. – S. 48–59.
4. Mendelevich, V. D. Psihologija deviantnogo povedenija [Tekst] : ucheb. posob / V. D. Mendelevich. – М. : MEDpress, 2001. – S. 432.
5. Nartova-Bochaver, S. K., Bochaver, K. A., Bochaver, S. Ju. Zhiznennoe prostranstvo sem'i. Ob#edinenie i razdelenie [Tekst] / S. K. Nartova-Bochaver, K. A. Bochaver, S. Ju. Bochaver. – М. : Genезis, 2011. – 315 s.
6. Padun, M. A. Osobennosti bazisnyh ubezhdenij u lic, perezhivshih travmaticheskij stress [Tekst] : dis. ... kand. psihol. nauk / M. A. Padun. – М. : MGU, 2003. – 203 s.
7. Shherbatyh, Ju. V., Mosina, A. N. Differencirovka psihicheskikh sostojanij i drugih psihologicheskikh fenomenov [Tekst] / Ju. V. Shherbatyh, A. N. Mosina. – Kazan' : LOGOS, 2008. – S. 526–528.