

Self-Attitude and Self-Perception of Overweight Women

Самоставлення та самоприйняття у жінок із зайвою вагою

Vitaliia Shebanova

Dr. in Psychology, Professor, Professor of the Department of Practical Psychology, Kherson State University, Kherson (Ukraine)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1658-4691>

Researcher ID: D-2740-2019

E-mail: vitaliashebanova@gmail.com

Віталія Шебанова

Доктор психологічних наук, професор, професор кафедри практичної психології, Херсонський державний університет, м. Херсон (Україна)

Liana Onufriieva

Ph.D. in Psychology, Assistant Professor, Professor of the Department of General and Applied Psychology, Head of the Department of General and Applied Psychology, Kamianets-Podilskiy National Ivan Ohienko University, Kamianets-Podilskiy (Ukraine)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2442-4601>

Researcher ID: R-5598-2018

E-mail: kpnu_lab_ps@ukr.net

Ліана Онуфрієва

Кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри, завідувач кафедри загальної та практичної психології, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, м. Кам'янець-Подільський (Україна)

Address for correspondence, e-mail: kpnu_lab_ps@ukr.net

Copyright: © Shebanova Vitaliia, Onufriieva Liana



The article is licensed under **CC BY-NC 4.0 International**
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

© Shebanova Vitaliia, Onufriieva Liana

DOI (article): <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-46.420-440>

The author's contribution: V. Shebanova – 50%, L. Onufriieva – 50%.

Авторський внесок: В. Шебанова – 50%, Л. Онуфрієва – 50%.

ABSTRACT

A comparative research of peculiarities of self-attitude and various aspects of self-perception of overweight women and women with normal weight is conducted in the article. The main differences in satisfaction / dissatisfaction of women of these groups with their own bodies are revealed. The aim of the article is to find out the peculiarities of self-attitude and self-perception of overweight women. The following methods were included in the diagnostic complex of research methods: 1) the Self-Attitude Test Questionnaire of V. Stolin and S. Pantelieiev (Stolin et al., 1988); 2) the Color-A-Person Body Dissatisfaction Test of V. Sakharova, (Sakharova, 2011), 3) Shebanova's applied research «Body Self-Perception Inventory» (Shebanova, 2016).

The results of the research showed that the following sets for the personal «Me» are typical for overweight women: sufficiently expressive self-confidence, doubtful expectations about the positive attitude of others, lack of self-excuse, expressive interest in self-awareness and problems with self-understanding. It is established that there are significant differences in self-perception of overweight women from the group of women with normal weight. Overweight women have a lower global self-attitude ($p \leq 0.01$), a lower self-esteem ($p \leq 0.05$), they show lower autosympathy ($p \leq 0.05$), self-perception ($p \leq 0.05$), and self-awareness ($p \leq 0.05$). The analysis of the results of the individual attitude towards different parts of their bodies showed that most overweight women are dissatisfied with the zones of abdomen, buttocks, hips. Women of the group with normal weight also show dissatisfaction with their bodies, but their attitude towards their own bodies is more positive. The results of the applied research «Body Self-Perception Inventory» have shown that the most stressful situations for overweight women are: associations with sex; comparing themselves with other people (who are more attractive in their opinion); a social demonstration of the shortcomings of their body (conversations of others about overweight and diets, undressing in places of recreation, taking pictures, trying on clothes, etc.).

Conclusion. In general, self-attitude and self-perception, and attitudes towards the body of overweight women are significantly lower than in the group of women with normal weight. Dissatisfaction with bodies of overweight women is an indicator of rejection of their corporeity, rejection of their own bodies, loss of inner harmony and dissatisfaction with themselves.

Key words: *disorders of eating behavior, overweight women, body image, self-attitude and self-perception, satisfaction / dissatisfaction with one's own body, self-perception of one's own body.*

Вступ

На початку ХХІ ст. ожиріння стало соціальною проблемою у багатьох країнах, у тому числі й в Україні, у якій понад 32% населення має надмірну масу тіла. З надлишковою масою тіла пов'язано підвищення ризику й частоти розвитку багатьох захворювань, суттєве погіршення якості життя особистості. Актуальність проблеми ожиріння полягає ще й у тому, що кількість людей із надлишковою вагою прогресивно збільшується. Такий приріст, за даними ВООЗ і ЮНЕСКО, становить 10% від колишньої кількості за кожні 10 років (WHO, 2010). Експертами ВООЗ підраховано, що якщо така тенденція буде збережена, то до середини нинішнього сторіччя практично все населення економічно розвинених країн хворітиме на ожиріння (WHO, 2010).

Клініко-психологічним аналізом предикатів порушень харчової поведінки та розробкою різноманітних методів корекції займаються Скугаревський (2007); Ball et al. (2002); Bruch (1973); Fairburn (2001) та ін. Численні праці присвячені психологічним і культурно-соціальним аспектам зайвої ваги: Hu et al. (2007); Sarwer et al. (2015) та ін.

Починаючи з кінця 70-х рр. ХХ ст. у психотерапії та психології різко підвищився інтерес до проблем самоставлення й образу тіла в осіб із порушеннями харчової поведінки (більшість таких досліджень було присвячено питанню особливостей образу тіла у хворих із нервовою анорексією). Уже із середини 80-х рр. було емпірично доведено, що порушення образу тіла і самоприйняття є одними з головних передумов розвитку різних видів порушень харчової поведінки. На сьогодні як дослідники-теоретики, так і практики, психологи і психотерапевти, у своїх працях зазначають, що розлади харчової поведінки значною мірою є результатом порушення

образу тіла, і саме тому при комплексній корекції цих розладів необхідні і психокорекція, і психотерапія образу тіла й образу «Я» (Дорожевець, 1986; Levain, 2004; N. Radzi et al., 2017 та ін.).

Вищевикладене зумовлює актуальність і необхідність наукових досліджень, присвячених проблемам самоствалення та самоприйняття в осіб із надлишковою масою тіла.

Саме тому **мета статті** – з'ясувати особливості самоствалення та самоприйняття у жінок із надлишковою вагою.

Завдання статті

1. Провести порівняльне дослідження особливостей самоствалення та різних аспектів самоприйняття у жінок із зайвою та нормальною вагою.

2. З'ясувати основні розбіжності у задоволеності / незадоволеності власним тілом у жінок цих груп.

Методологія та методи дослідження

Поставлені нами завдання дослідження обумовили якісний склад учасниць дослідження та необхідність двох досліджуваних груп. Групу 1 нашого дослідження особливостей «Я-образу» склали 46 жінок, які брали участь у груповій програмі корекції ваги та нормалізації харчової поведінки. Вік жінок групи 1 складав від 18 до 37 років, індекс маси тіла (ІМТ, за Кетле) – від 30 до 40 кг/м² (ожиріння I та II ступеня). Відповідно до рекомендацій ВООЗ загальноприйнятою є така інтерпретація показників ІМТ: до 16 кг/м² – виражений дефіцит маси тіла; 16–18,49 кг/м² – недостатня (дефіцит) маса тіла; 18,5–24,99 кг/м² – норма маси тіла; 25–29,99 кг/м² – надлишкова маса тіла (передожиріння); 30–34,99 кг/м² – ожиріння I ступеня; 35–39,99 кг/м² – ожиріння II ступеня; 40 кг/м² і більше – ожиріння III ступеня.

Усі учасниці цієї групи прийняли рішення змінити ставлення до себе і свого тіла, відносини з іншими, звички харчування та спосіб життя. Основною метою учасниць програми

є нормалізація харчової поведінки, позбавлення від надлишкової маси тіла та проблем із фізичним самопочуттям. Мета, завдання, умови організації занять, основний зміст, загальні етапи роботи презентовано у публікаціях автора (Шебанова, 2014; 2016).

Групою порівняння (група 2) виступили студентки заочної форми навчання Херсонського державного університету соціально-психологічного факультету з нормальною масою тіла (46 осіб, вік від 22 до 48 років, ІМТ 20–25).

Для проведення психологічної діагностики нами було обрано такі методики, як: 1) Опитувальник самоствавлення В. Століна й С. Пантелеєва (Столін та ін., 1988); 2) Кольоровий вказівник на невдоволення власним тілом (САРТ) в адаптації В. Сахарової (Сахарова, 2011); 3) Анкета прикладного дослідження «Особливості самосприйняття свого тіла» (Шебанова, 2016).

Результати та дискусії

Для вимірювання особливостей самоствавлення та різних аспектів самоприйняття жінок із зайвою вагою ми використали Опитувальник самоствавлення, розроблений В. В. Століним і С. Р. Пантелеєвим у 1985 р. Опитувальник дає змогу виявити три рівні самоствавлення, що відрізняються за ступенем узагальнення: 1) глобальне самовідношення; 2) самовідношення, диференційоване за самоповагою, аутосимпатією, самоінтересом та очікуваним ставлення до себе; 3) рівень конкретних дій (готовності до них) у відношенні до свого «Я».

Методика містить 57 питань-суджень, на які необхідно дати ствердну або заперечну відповідь. При обробці результатів сирі бали за кожним чинником переводяться в накопичені частоти шкал й оцінюються у такий спосіб: менше 50 – ознака не виражена; 50–74 – ознака виражена; понад 74 – ознака яскраво виражена. Результати діагностики представлено у табл. 1.

Таблиця 1

Розподіл параметрів самоставлення у респонденток групи 1

	Ознака не виражена	Ознака виражена	Ознака яскраво виражена
Шкала S	0	20,0%	80,0%
Шкала I – самоповага	26,7%	26,7%	46,7%
Шкала II – аутосимпатія	13,3%	40,0%	46,7%
Шкала III – очікуване ставлення від інших	40,0%	40,0%	20,0%
Шкала IV – самоінтерес	26,7%	13,3%	60,0%

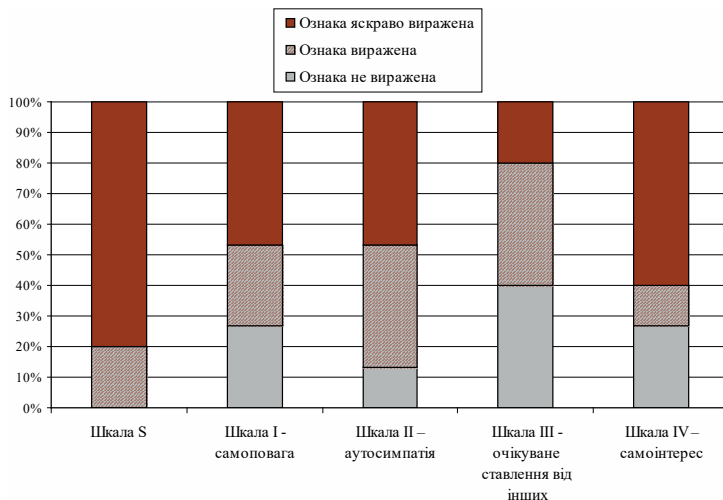
Розглянемо розподіл отриманих результатів у групі за кожною шкалою.

Шкала S – глобальне самоставлення. Вимірює інтегральне почуття «за» або «проти» власного «Я» опитаного. Жодна особа серед жінок із зайвою вагою не продемонструвала зниження цього показника. У 80% респонденток яскраво виражене позитивне недиференційоване ставлення до власного «Я».

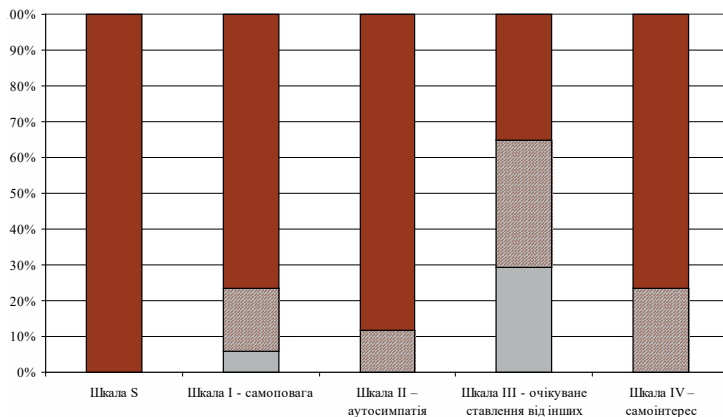
Шкала I – самоповага. Має недостатню вираженість у 26,7% повних жінок. 46,7% респонденток демонструють яскраво виражену самоповагу. Мова йде про той аспект самоставлення, який емоційно й змістовно поєднує віру в свої сили, здібності, енергію, самостійність, оцінку своїх можливостей контролювати власне життя й бути самопослідовною, розуміння самої себе.

Шкала II – аутосимпатія. Поєднує пункти, у яких відображається дружність-ворожість до власного «Я». 46,7% жінок продемонстрували виразне позитивне схвалення себе загалом і в істотних частковостях, довіру до себе й позитивну самооцінку. Ознака недостатня у 13,3% повних жінок (на негативному полюсі – бачення в собі переважно недоліків, низьку самооцінку, готовність до самозвинування). Це та-

кож свідчить про такі емоційні реакції на себе, як роздратування, презирство, глузування, винесення самоприсудів («так тобі й треба»).



А. Група 1



Б. Група 2

Рис. 1. Розподіл параметрів самоствавлення у досліджуваних жінок групи 1 і групи 2

Шкала III – очікуване ставлення від інших – має негативну вираженість у 40% повних жінок. Лише 20% досліджуваних мають високий ступінь близькості до себе, зокрема, інтерес до власних думок і почуттів, готовність спілкуватися із собою «на рівних», упевненість у своїй цікавості для оточуючих.

Шкала IV – самоінтерес. Відображає очікування позитивного (60% досліджуваних) або негативного (26,7% респонденток) ставлення навколишніх.

Отже, аналіз результатів діагностики жінок із зайвою вагою за Опитувальником самоствавлення В. Століна виявив загалом достатній рівень прийняття власного «Я».

Порівняємо отримані показники з відповідними даними групи жінок із нормальною вагою (група 2). Як бачимо з рис. 1, жінки у групі 2 мають більш високі показники за усіма шкалами самоствавлення. Лише в у 23,5% випадків ми знаходимо знижені показники очікуваного ставлення від інших (порівняно із 40% жінок із зайвою вагою). В усіх інших випадках показники контрольної групи перебувають у межах норми.

Також опитувальник уміщує сім шкал, спрямованих на вимірювання виразності установки на ті чи інші внутрішні дії на адресу «Я» респондента.

Як бачимо з табл. 2, для жінок із зайвою вагою характерні такі установки щодо власного «Я»: достатньо виражені самовпевненість, сумнівні очікування щодо позитивного ставлення інших, відсутність самозвинувачення, виражений інтерес до власної особистості та проблем із саморозумінням.

Водночас результати виявили низку тривожних тенденцій: лише 40% респонденток мають високий рівень саморозуміння (а 46,7% досліджуваних мають занижений рівень), тільки 26,7% очікують позитивного ставлення від оточуючих людей, лише 46,7% повних жінок демонструють яскраво виражені самоприйняття та самокерівництво.

Таблиця 2

Розподіл параметрів готовності до конкретних дій стосовно свого «Я» у досліджуваних групі 1 (% від загальної чисельності групи)

	Ознака не виражена	Ознака виражена	Ознака яскраво виражена
Шкала 1 – самовпевненість	6,7	13,3	80,0
Шкала 2 – відношення інших	13,3	60,0	26,7
Шкала 3 – самоприйняття	13,3	40,0	46,7
Шкала 4 – самокерівництво, послідовність	6,7	46,7	46,7
Шкала 5 – самозвинувачення	66,7	33,3	0
Шкала 6 – самоінтерес	13,3	13,3	73,3
Шкала 7 – саморозуміння	46,7	13,3	40,0

Виявлена тенденція уточнюється при порівнянні середніх показників у групах (табл. 3).

Таблиця 3

Середні показники самоствавлення досліджуваних у групі 1 і групі 2

Шкали	Група 1	Група 2	Значущість різниці (U)
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Шкала S	87,9	96,6	61,5, $p \leq 0,01$
Шкала I – самоповага	69,2	84,5	79,5, $p \leq 0,05$
Шкала II – аутосимпатія	76,9	92,7	72, $p \leq 0,05$
Шкала III – очікуване ставлення інших	57,1	72,3	97,5
Шкала IV – самоінтерес	79,7	89,4	106,5
Шкала 1 – самовпевненість	79,5	86,0	97,5
Шкала 2 – відношення інших	55,9	67,6	87,0
Шкала 3 – самоприйняття	72,4	94,8	71, $p \leq 0,05$

Продовження табл. 3

1	2	3	4
Шкала 4 – самокерівництво	71,1	72,1	114,0
Шкала 5 – самозвинувачення	38,1	29,0	111,0
Шкала 6 – самоінтерес	79,9	92,9	100,0
Шкала 7 – саморозуміння	55,7	81,4	73, $p \leq 0,05$

Для виявлення значущості відмінностей між результатами в групах ми використали U-критерій Манна – Вітні. Емпіричне значення критерію U відображає те, наскільки велика зона співпадіння значень між двома числовими рядами.

Отже, проведений аналіз показав, що існують значущі відмінності від групи жінок із нормальною вагою у самоприйнятті жінок, що мають зайву вагу. Жінки з надлишковою вагою мають нижчий показник глобального самоставлення ($p \leq 0,01$), нижчий рівень самоповаги ($p \leq 0,05$), демонструють меншу аутосимпатію ($p \leq 0,05$), самоприйняття ($p \leq 0,05$) і саморозуміння ($p \leq 0,05$).

Найменші відмінності у групах спостерігаються щодо вираженості таких рис, як самокерівництво (самопослідовність) і схильність до самозвинувачення (рис. 2).

Зауважимо, що отримані нами результати підтверджуються даними інших науковців (Скугаревський, 2007; Alegria & Larsen, 2015; Ball & Lee, 2002; Levain & Piran, 2004; Sarwer & Steffen, 2015 та ін.), які досліджували особистісні особливості осіб із зайвою вагою. Згідно з даними цих наукових досліджень, загальною особливістю жінок, стурбованих із приводу надмірної ваги, є більш виражене відчуття власної нездатності контролювати свої стосунки з іншими людьми, викликати до себе повагу і симпатію, пов'язану з почуттям образи і суб'єктивним уявленням про свою негативну соціальну репутацію. Окрім того, S. P. Hu з колегами стверджують, що у жінок із проблемами ваги виявлений взаємозв'язок негативного ставлення до власного тіла, песимістичності, переважання пасивної життєвої позиції, невпевненості у

собі й суб'єктивного уявлення про негативне ставлення до них оточуючих (Hu, Chiang, Yeh & Chien, 2007).

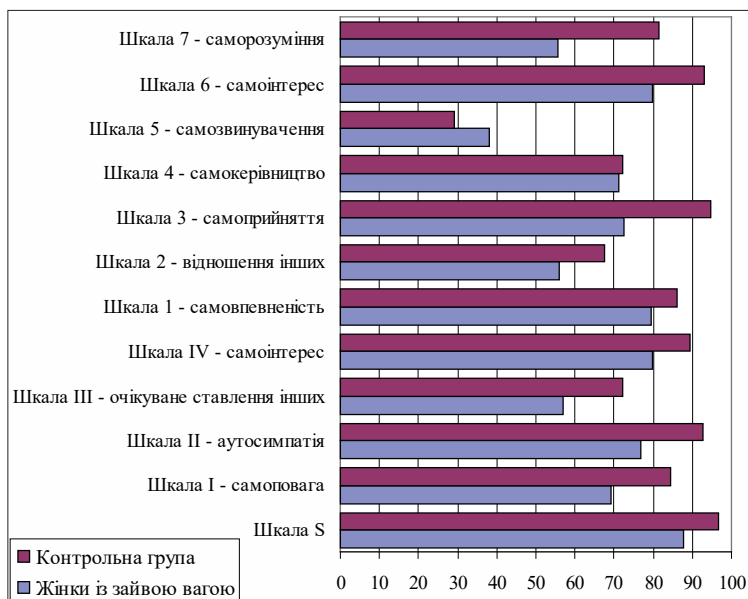


Рис. 2. Середні показники за тестом самоставлення у досліджуваних групах

Отже, можемо впевнено стверджувати, що зайва вага є чинником, який деформує уявлення жінок про власну особистість, призводить до виникнення проблем у різних аспектах самоприйняття. Власна особистість як об'єкт емоцій та оцінок сприймається повними жінками більш негативно, ніж тими, хто не має зайвої ваги.

Для дослідження задоволеності тілом у жінок був проведений тест «Цветоуказание на неудовлетворенность собственным телом» (CAPT – «The color a person body dissatisfaction test»), опублікований О. Вулей і С. Роллом та описаний російською мовою Л. Ф. Бурлачуком в адаптації В. Г. Сахарової. Автори підкреслюють значну валідність тесту та його

проективні особливості. На нашу думку, завдяки проективним можливостям тесту його можливо застосовувати не тільки з метою діагностики, але й подальшої психокорекційної роботи. Стисло опишемо процедуру тестування за цим тестом.

У бланках для дослідження формату А4 зображені фігури жінки з фронтальним і латеральним зображенням. Досліджуваним пропонується п'ять олівців або фломастерів (блакитний, зелений, чорний, жовтий і червоний), щоб розфарбувати зображену фігуру. Червоний колір використовується в тому випадку, коли людину вкрай не задовольняє будь-яка частина тіла. Розфарбовані цим кольором частини тіла оцінюються в 5 балів. Жовтий колір означає, що частина тіла не задовольняє (4 бали). Сірим зафарбовувалися нейтрально оцінювані зони – 3 бали. Зелений колір показує те, що ділянка тіла загалом задовольняє – 2 бали, блакитний – достатньо задовольняє (1 бал).

За допомогою тесту визначаються три показники незадоволеності тілом. Загальний: розраховується середнє значення для шістнадцяти частин тіла. Також обчислюються два комбіновані показники (CAPT Score 1, CAPT Score 2). Перший із них являє собою середнє арифметичне оцінок ділянок живота, верхньої третини стегна, сідниць і нижньої частини стегна. Другий включає інші частини тіла.

Результати діагностики у досліджуваних групах презентовано у табл. 4.

Таблиця 4

Середні показники незадоволеності тілом
у групах жінок із різною вагою

	Група 1	Група 2	Значущість різниці (U)
Загальний показник незадоволеності власним тілом	3,47	2,33	71, $p \leq 0,05$
CAPT Score 1	3,93	2,68	56, $p \leq 0,01$
CAPT Score 2	2,99	2,08	80, $p \leq 0,05$

Згідно з розрахунками середніх значень, жінки з будь-якою вагою найбільшою мірою не задоволені зонами свого тіла, що входять до оцінки Score 1 – ділянки живота, стегон і сідниць. Навіть усереднені дані виявляють, що ставлення жінок до цих зон незадовільне (3,93 у жінок групи 1 та 2,68 у жінок групи 2). Жінки з порушенням ваги значуще незадовільно оцінюють власне тіло у цій зоні, ніж жінки з контрольної групи ($p \leq 0,01$).

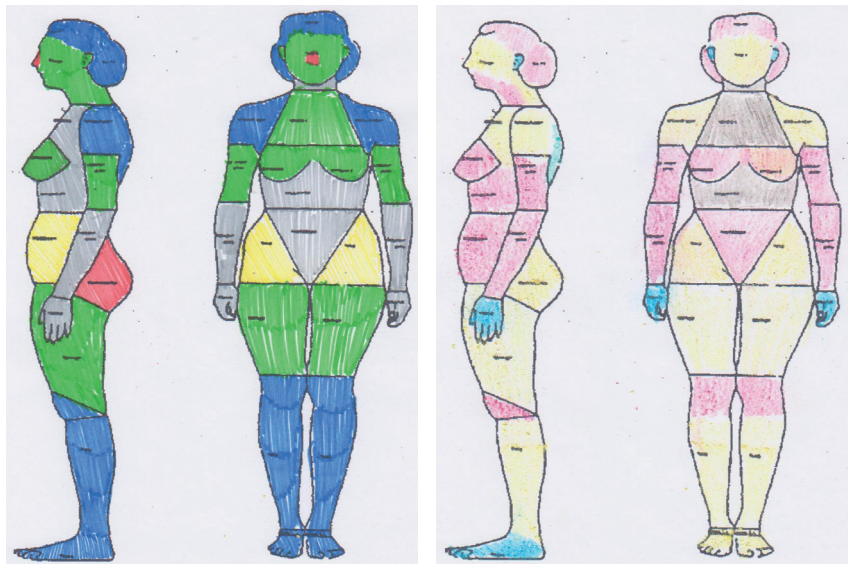
Комбінований показник Score 2 містить у собі оцінку таких частин тіла, як: волосся, обличчя, плечі, плечовий пояс, передпліччя, груди, верхня частина живота, кисті рук, гомілки та стопи. Жінки із зайвою вагою також менш задоволені зазначеними зонами свого тіла (2,99 порівняно з 2,09 у групі 2).

Загальний показник розраховують як середнє значення для всіх частин тіла. Цей показник у жінок із зайвою вагою значуще нижчий, ніж у жінок із нормальною вагою ($p \leq 0,05$).

При аналізі індивідуального ставлення до різних частин свого тіла в різних групах виявлена різна картина. У групі 2 досліджувані жінки мають різноманітне ставлення до різних зон тіла як у позитивну, так і в негативну сторону. Їхні бланки буквально майоріють різними кольорами, використаними у тесті (рис. 3А). Узагальнюючи якісні результати за рисунками жінок цієї групи, нами встановлено, що значуще частіше ними негативно оцінювалися зони обличчя, грудей, живота, стегон і спини.

У групі жінок із зайвою вагою спостерігаємо також строкату картину, але в багатьох досліджуваних у бланках розфарбовування зон виявило негативну і вкрай негативну оцінку частин свого тіла. Найчастіше негативні оцінки спостерігалися за такими частинами тіла: живіт, сідниці, стегна. Вважаємо, що це обумовлено значними проблемами досліджуваних цієї групи у прийнятті своєї сексуальності, становлення жіночності, наявності травматичного тілесного

досвіду, неготовності до самовираження та зрілої самостійності (що у подальшому знайшло своє підтвердження під час індивідуальних бесід із респондентками).



А. Група 2

Б. Група 1

Рис. 3. Приклад виконання тесту САРТ жінками в різних групах

Жінки групи 2 також демонструють незадоволення щодо свого тіла, але їх ставлення більш спокійне й благополучне.

Жінки обох груп заповнювали Анкету прикладного дослідження «Особливості самосприйняття свого тіла» (Шебанова, 2016), яка дає змогу оцінити, як часто вони відчувають дискомфорт із приводу своєї зовнішності в різних ситуаціях. Виявлено, що найбільш стресовими для жінок із зайвою вагою є ситуації: пов'язані із сексом (93,3% досліджуваних); порівняння себе з іншими людьми (коли вони перебувають поруч із привабливими людьми – 80%, перегляд модних журналів – 86,7%); соціальної демонстрації недоліків свого

© Shebanova Vitaliia, Onufriieva Liana

DOI (article): <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-46.420-440>

тіла (розмови інших про зайву вагу й дієти – 86,7%, примірювання одягу – 66,7%).

Також достатньо болісним для 100% повних жінок є об'єктивне нагадування про фізичний недолік – зважування та перегляд власних зображень.

Висновки

Загалом ставлення до тіла в жінок із зайвою вагою значуще нижче, ніж у групі жінок із нормальною вагою. Незадоволеність тілом у жінок із зайвою вагою – показник неприйняття своєї тілесності, відчуженості від власного тіла, втрати внутрішньої гармонії й незадоволеності собою.

Література

- Дорожевец А. Н. Искажение образа физического Я у больных ожирением и нервной анорексией: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.04. Москва, 1986. URL : <http://diss.rsl.ru/diss/02/0231/020231002.pdf>.
- Леви Т. С. Отношение к телу в структуре самоотношения. *Знание, понимание, умение*. 2008. № 3. С. 72–75. URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/otnoshenie-k-telu-v-strukture-samootnosheniy>.
- Сахарова В. Г. Психология тела. Диагностика отношения к телу. Санкт-Петербург : Речь, 2011. 112 с.
- Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии. Санкт-Петербург : Речь, 2003. 350 с.
- Скугаревский О. А. Классификационные критерии нарушений пищевого поведения и сопряженные поведенческие проявления. *Психотерапия и клиническая психология*. 2007. № 2 (7). С. 25–29.
- Столин В. В. Опросник самоотношения. *Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы* / ред. А. А. Бодалёва и др. Москва : МГУ, 1988. С. 123–130.
- Шебанова В. І. Анкета прикладного дослідження «Особливості самосприйняття свого тіла»: авторське свідоцтво № 64531 від 18.03.2016. Київ : Державна служба інтелектуальної власності України.
- Шебанова В. И. Тренинг нормализации пищевого поведения: Программа психологического сопровождения на пути к свободе от переедания. Практическое руководство. Херсон : ЧП Вышемирский В. С., 2014. 394 с.

- Шебанова В. І. Феноменологія харчової поведінки у континуумі «норма – патологія»: монографія. Херсон : ПП Вишемирський В. С., 2016. 612 с.
- Algría, C. A., & Larsen, B. (2015). «That's who I am: A fat person in a thin body»: Weight loss, negative self-evaluation, and mitigating strategies following weight loss surgery. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*, 27, 3, 137–144. DOI 10.1002/2327-6924.12158.
- Ball, K. C., & Lee, C. (2002). Psychological stress, coping, and symptoms of disordered eating in a community sample of young Australian women. *Int. Journal Eating disorders*, 31 (1), 71–81.
- Bruch, H. (1973). *Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa and the Person Within*. New York : Basic Books. 438 p.
- Fairburn, C. G. (2001). *Eating disorders*. New York : Lancet. P. 407–416.
- Hu, S. P., Chiang, T. Y., Yeh, S. L., & Chien, Y. W. (2007). Comparisons of attitudes and practices between obese and normal weight women in Taiwan. *Asia Pacific journal of clinical nutrition*, 16 (3), 567–571.
- Levain, M. P., & Piran, N. (2004). The role of body image in the prevention of eating disorders. *Body Image*, 1 (1), 57–70. DOI 10.1016/S1740-1445(03)00006-8.
- Radzi, N. S. M., & Musa, M. (2017). Beauty Ideals, Myths and Sexisms: A Feminist Stylistic Analysis of Female Representations in Cosmetic Names. GEMA Online® *Journal of Language Studies*, 17 (1). DOI <http://doi.org/10.17576/gema-2017-1701-02>.
- Sarwer, D. B., & Steffen, K. J. (2015). Quality of Life, Body Image and Sexual Functioning in Bariatric Surgery Patients. *European eating disorders review: the Journal of the Eating Disorders Association*, 23 (6), November, 504–508. DOI 10.1002/erv.2412.
- Shebanova, V. I. (2015). Speciale (Negativo) e del Corpo Sperimentare un Persona Crisi D'identita. *Italian Science Review*, 1 (22), 172–175.
- Víctor, M.-M. (2018). Revisión sistemática y síntesis narrativa de intervenciones sobre obesidad sin complicaciones: pérdida de peso, bienestar e impacto en trastornos alimentarios. *Enfermería Clínica*, 28, 3, May–June, 212–213. URL : <https://doi.org/10.1016/j.enfcle.2017.08.006>.
- WHO (2010). *Mental Health Promotion in Young People – Investment for the Future*. URL : http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0013/121135/E94270 [in Europe].

References

- Dorozhevets, A. N. (1986). Iskazhenie obraza fizicheskogo ya u bolnykh ozhireniem i nervnoy anoreksii [Distortion of the image of the phy-

- sical Me in patients with obesity and anorexia nervosa]. *Candidates thesis*. Moskva. Retrived from: <http://diss.rsl.ru/diss/02/0231/020231002.pdf> [in Russian].
- Levi, T. S. (2008). Otnoshenie k telu v strukture samootnosheniia [The relation to the body in the structure of the self-relationship]. *Znanie, ponimanie, umenie – Knowledge, understanding, skill*, 3, 72–75. Retrived from: <https://cyberleninka.ru/article/n/otnoshenie-k-telu-v-strukture-samootnosheniy> [in Russian].
- Sakharova, V. G. (2011). *Psikhologiya tela. Diagnostika otnosheniia k telu [Psychology of the body. Diagnosis of attitude to the body]*. Saint Petersburg: Rech [in Russian].
- Sidorenko, E. V. (2003). *Metody matematicheskoy obrabotki v psikhologii [Methods of mathematical processing in psychology]*. Saint Petersburg: Rech [in Russian].
- Skugarevskii, O. A. (2007). Klassifikatsionnyie kriterii narusheniy pischevogo povedeniia i sopriazhennyye povedencheskie proiavlenniya [Classification criteria for eating disorders and conjugate behavioral manifestations]. *Psikhoterapiia i klinicheskaiia psikhologiya – Psychotherapy and clinical psychology*, 2 (7), 25–29 [in Russian].
- Stolin, V. V. & Pantileev, S. R. (1988). Oprosnik samootnosheniia [The questionnaire of self-relationship]. *Praktikum po psikhodiagnostike: Psikhodiagnosticheskie materialy – Practical work on psychodiagnosics: Psychodiagnostic materials*. A. A. Bodaliyova & et. (Ed.). (pp. 123–130). Moskva: Moskva State University [in Russian].
- Shebanova, V. I. (2016). *Anketa prykladnogo doslidzhennia «Osoblyvosti samospryiniattia svoho tila» [Application-study questionnaire «Peculiarities of self-perception of one's body»]*. Authorship No. 64531 dated March 18, 2016. – Kyiv: State Service of Intellectual Property of Ukraine [in Ukrainian].
- Shebanova, V. I. (2014). *Trening normalizatsii pischevogo povedeniia: Programma psikhologicheskogo soprovozhdeniia na puti k svobode ot pereedaniia. Prakticheskoe rukovodstvo [Training for normalization of eating behavior: A program of psychological support on the way to freedom from overeating. A Practical Guide]*. Herson : ChP Vishe-mirskii V. S. [in Ukrainian].
- Shebanova, V. I. (2016). *Fenomenolohiia kharchovoi povedinky u kontynuumi «norma–patolohiia» [Phenomenology of food behavior in the continuum «norm-pathology»]*. Kherson: ChP Vyshemirskiy V. S. [in Ukrainian].
- Alegría, C. A. & Larsen, B. (2015). «That's who I am: A fat person in a thin body»: Weight loss, negative self-evaluation, and mitigating strate-

- gies following weight loss surgery. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*, 27, 3, 137–144. DOI: 10.1002/2327-6924.12158.
- Ball, K. C. & Lee, C. (2002). Psychological stress, coping, and symptoms of disordered eating in a community sample of young Australian women. *Int. Journal Eating disorders*, 31(1), 71–81.
- Bruch, H. (1973). *Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa and the Person Within*. New York: Basic Books.
- Fairburn, C. G. (2001). *Eating disorders*. New York: Lancet.
- Hu, S. P., Chiang, T. Y., Yeh, S. L. & Chien, Y. W. (2007). Comparisons of attitudes and practices between obese and normal weight women in Taiwan. *Asia Pacific journal of clinical nutrition*, 16(3), 567–571.
- Levain, M. P. & Piran, N. (2004). The role of body image in the prevention of eating disorders. *Body Image*, 1, 57–70. DOI:10.1016/S1740-1445(03)00006-8.
- Radzi, N. S. M. & Musa, M. (2017). Beauty Ideals, Myths and Sexisms: A Feminist Stylistic Analysis of Female Representations in Cosmetic Names. GEMA Online® *Journal of Language Studies*, 17 (1). DOI: <http://doi.org/10.17576/gema-2017-1701-02>.
- Sarwer, D. B. & Steffen, K. J. (2015). Quality of Life, Body Image and Sexual Functioning in Bariatric Surgery Patients. *European eating disorders review : the journal of the Eating Disorders Association*, 23(6), November, 504-508. DOI: 10.1002/erv.2412.
- Shebanova, V. I. (2015). Speciale (Negativo) e del Corpo Sperimentare un Persona Crisi D'identità. *Italian Science Review*, 1 (22) January, pp. 172–175 [in Italian].
- Victor, M.-M. (2018). Revisión sistemática y síntesis narrativa de intervenciones sobre obesidad sin complicaciones: pérdida de peso, bienestar e impacto en trastornos alimentarios. *Enfermería Clínica*, 28, 3, May–June, 212–213. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.enfcle.2017.08.006> [in Spanish].
- WHO (2010). *Mental Health Promotion in Young People – Investment for the Future*. Retrieved from http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0013/121135/E94270.

Шебанова Віталія, Онуфрієва Ліана. Самоставлення та самоприйняття у жінок із зайвою вагою

АНОТАЦІЯ

У статті проведено порівняльне дослідження особливостей самоставлення та різних аспектів самоприйняття у жінок із зайвою та нормаль-

ною вагою. З'ясовано основні розбіжності у задоволеності / незадоволеності власним тілом у жінок цих груп. Мета статті – з'ясувати особливості самоставлення та самоприйняття у жінок із надлишковою вагою. До діагностичного комплексу методів дослідження увійшли такі методики, як: 1) Опитувальник самоставлення В. Століна й С. Пантелеева (Столін та ін., 1988); 2) Кольоровий вказівник на невдоволення власним тілом (САРТ) в адаптації В. Сахарової (Сахарова, 2011); 3) Анкета прикладного дослідження «Особливості самоприйняття свого тіла» (Шебанова, 2016). Результати дослідження виявили, що для жінок із зайвою вагою характерні такі установки щодо власного «Я»: негативні очікування щодо позитивного ставлення інших, відсутність самозвинувачення, інтерес до власної особистості та проблеми із саморозумінням. Установлено, що існують значущі відмінності від групи жінок із нормальною вагою у самоприйнятті жінок, що мають зайву вагу. Жінки з надлишковою вагою мають нижчий показник глобального самоставлення ($p \leq 0,01$), нижчий рівень самоповаги ($p \leq 0,05$), демонструють меншу аутосимпатію ($p \leq 0,05$), самоприйняття ($p \leq 0,05$) і саморозуміння ($p \leq 0,05$). Аналіз одержаних результатів індивідуального ставлення до різних частин свого тіла показав, що найчастіше жінки із зайвою вагою незадоволені зонами живота, сідниць, стегон. Жінки групи з нормальною вагою також демонструють незадоволення щодо свого тіла, але їх ставлення до власного тіла більш позитивне. Результати дослідження за Анкетою прикладного дослідження «Особливості самоприйняття свого тіла» виявили, що найбільш стресовими для жінок із зайвою вагою є ситуації: пов'язані із сексом; порівняння себе з іншими людьми (на їх думку, більш привабливими); соціальної демонстрації недоліків свого тіла (роздягання у місцях відпочинку, фотографування, примірювання одягу, розмови інших про зайву вагу й дієти тощо).

Отже, загалом самоставлення та самоприйняття і ставлення до тіла у жінок із зайвою вагою значуще нижче, ніж у групі жінок із нормальною вагою. Незадоволеність тілом у жінок із зайвою вагою – показник неприйняття своєї тілесності, відчуженості від власного тіла, втрати внутрішньої гармонії й незадоволеності собою.

Ключові слова: розлади харчової поведінки, жінки з надлишковою масою тіла, образ тіла, самоставлення та самоприйняття, задоволеність / незадоволеність власним тілом, самоприйняття свого тіла.

Шебанова Віталія, Онуфрієва Ліана. Самоотношение и самопринятие у женщин с лишним весом

АННОТАЦИЯ

В статье проведено сравнительное исследование особенностей самоотношения и различных аспектов самопринятия у женщин с лишним и нормальным весом. Выявлены основные различия в удовлетворенности / неудовлетворенности собственным телом у женщин этих групп. Цель статьи – выяснить особенности самоотношения и самопринятия у женщин с избыточным весом. Диагностический комплекс методов исследования составили следующие методики: 1) Опросник самоотношения В. Столина и С. Пантелеева (Столин и др., 1988); 2) Цветоуказание на неудовлетворенность собственным телом (CAPT) в адаптации В. Сахаровой (Сахарова, 2011); 3) Анкета прикладного исследования «Особенности самовосприятия своего тела» (Шебанова, 2016). Результаты исследования выявили, что для женщин с лишним весом характерны следующие установки относительно собственного «Я»: негативные ожидания относительно положительного отношения других, отсутствие самообвинения, интерес к собственной личности и проблемы с самопониманием. Установлено, что существуют значимые отличия от группы женщин с нормальным весом в самопринятии женщин, имеющих лишний вес. Женщины с избыточным весом имеют более низкий показатель глобального самоотношения ($p \leq 0,01$), низкий уровень самоуважения ($p \leq 0,05$), демонстрируют меньшую аутосимпатию ($p \leq 0,05$), самопринятие ($p \leq 0,05$) и самопонимание ($p \leq 0,05$). Анализ полученных результатов индивидуального отношения к разным частям своего тела показал, что наиболее часто женщины с лишним весом недовольны зонами живота, ягодиц, бедер. Женщины группы с нормальным весом также демонстрируют недовольство относительно своего тела, но их отношение к собственному телу более позитивное. Результаты исследования по Анкете прикладного исследования «Особенности самовосприятия своего тела» обнаружили, что наиболее стрессовыми для женщин с лишним весом являются ситуации: связанные с сексом; сравнения себя с другими людьми (по их мнению, более привлекательными); социальной демонстрации недостатков своего тела (раздевание в местах отдыха, фотографирование, примерка одежды, разговоры других о лишнем весе и диетах и т. п.).

Вывод: в целом самоотношение и самопринятие и отношение к телу у женщин с лишним весом значимо ниже, чем в группе женщин с нормальным весом. Неудовлетворенность телом у женщин с лишним весом – показатель неприятия своей телесности, отчужденности от собственного тела, потери внутренней гармонии и неудовлетворенности собой.

Ключевые слова: *расстройства пищевого поведения, женщины с избыточной массой тела, образ тела, самоотношение и самопринятие, удовлетворенность / неудовлетворенность собственным телом, самовосприятие своего тела.*

Original manuscript received August 25, 2019

Revised manuscript accepted September 25, 2019