

Секция «Клиническая психология, психосоматика и психология телесности»

**Нарушения эмоциональной регуляции как фактор развития страха
негативной оценки внешности у девушек с нарушениями пищевого поведения**

Научный руководитель – Польская Наталия Анатольевна

Сулайманова Анна Автандиловна

Студент (специалист)

Московский государственный психолого-педагогический университет, Факультет
консультативной и клинической психологии, Москва, Россия

E-mail: gloomylul@gmail.com

Страх негативной оценки внешности (СНОВ) - это страх, что человек будет осужден из-за внешности и отвергнут из-за этого [6]. СНОВ связан с расстройствами пищевого поведения (РПП) [5; 7; 9] и понимается как когнитивная уязвимость [4]. Когнитивная уязвимость может относиться к трудностям эмоциональной регуляции - и, прежде всего, связана с нарушениями контроля и управления эмоциями [2].

Гипотеза. На выраженность страха негативной оценки внешности оказывают влияние эмоциональная дисрегуляция и деструктивные стратегии когнитивной регуляции эмоций. При нарушениях пищевого поведения страх негативной оценки внешности и нарушения эмоциональной регуляции усиливаются.

Процедура и выборка. Исследование проводилось в онлайн-формате на платформе Google Forms. Пользователям социальной сети были разосланы приглашения и ссылка на опросники. Всего в исследовании приняли участие 634 респондента в возрасте 16-21 год ($M_{\text{возр}} = 18,36 \pm 1,76$). Из них 68 девушек указали наличие клинически установленного диагноза расстройств пищевого поведения (преимущественно нервная анорексия, нервная булимия). Для оценки различий между подгруппами девушек, имеющих / не имеющих диагностированные расстройства пищевого поведения, из общей выборки случайным образом была отобрана группа сравнения ($N=68$). Таким образом, в данном сообщении будут представлены результаты, полученные на выборке из 132 респондентов женского пола в возрасте 16-21 год ($M_{\text{возр}} = 18,31 \pm 1,75$).

Методики. Для диагностики эмоциональной регуляции / дисрегуляции использовались: 1) опросник эмоциональной дисрегуляции (ЭД), позволяющий выделить шкалы руминации, избегания и трудностей ментализации [3]; 2) опросник эмоциональной регуляции (ERQ) Дж. Гросса (ЭР), направленный на оценку стратегий эмоциональной регуляции - когнитивной переоценки и подавление экспрессии [1]. Для оценки отношения к внешности применялась шкала «Страх негативной оценки внешности» (Fear of negative appearance evaluation scale; FNAES, Lundgren, 2004) [8], включающая 6 утверждений, связанных с различными проявлениями беспокойства и тревоги из-за внешности. Шкала проходит апробацию на русскоязычной выборке.

Статистический анализ данных осуществлялся с помощью статистического пакета SPSS-23 с применением процедур корреляционного анализа (коэффициент корреляции Спирмена), регрессионного анализа (линейная регрессия, метод принудительного включения), непараметрических критериев - Манна-Уитни и Краскела-Уоллиса.

Результаты. В совокупной выборке были получены статистически значимые взаимосвязи между: факторами ЭД и СНОВ: руминация ($r_s=0,62^{**}$, $p=0,01$), избегание ($r_s=0,55^{**}$, $p=0,01$), трудности ментализации ($r_s=0,54^{**}$, $p=0,01$); факторами ЭР и СНОВ: когнитивная переоценка ($r_s=0,25^{**}$, $p=0,03$), подавление экспрессии ($r_s=0,26^{**}$, $p=0,03$).

При оценке влияния факторов эмоциональной регуляции / дисрегуляции на страх негативной оценки внешности (линейная регрессия) было выделено два предиктора - руминация ($p=0,004$) и трудности ментализации ($p=0,032$).

Значения страха негативной оценки внешности оказались выше в выборке девушек, указавших наличие клинических диагнозов РПП (U Манна-Уитни, $p=0,000$).

При оценке различий (U Манна-Уитни) между девушками, отметивших наличие диагноза РПП, и группой сравнения выявлены значимые различия по шкалам опросника ЭД: трудности ментализации ($p=0,000$), избегание ($p=0,000$) и руминация ($p=0,000$) с более высокими показателями в выборке девушек, указавших наличие клинических диагнозов РПП. В этой же группе более высокие значения по шкале подавления экспрессии (опросник Эмоциональной регуляции) (U Манна-Уитни, $p=0,039$).

Выводы. Таким образом, фактором риска формирования СНОВ у девушек в подростковом и юношеском возрасте выступают факторы ЭД, в частности руминация и трудности ментализации. В подгруппе девушек, указавших наличие клинического диагноза расстройства пищевого поведения, были получены более высокие значения по показателям: страх негативной оценки внешности, трудности ментализации, избегание, руминация и подавление экспрессии. Следовательно, работа с данными факторами может сыграть роль возможного протектора в предотвращении развития нарушений пищевого поведения.

Источники и литература

- 1) Панкратова А.А. и др. Русскоязычная адаптация опросника ERQ (Emotion Regulation Questionnaire) Дж. Гросса // Вопросы психологии. 2017. № 5. С. 139–149.
- 2) Польская Н.А. Эмоциональная дисрегуляция в структуре самоповреждающего поведения // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Том 26. № 4. С. 65–82.
- 3) Польская Н.А., Развальяева А.Ю. Разработка опросника эмоциональной дисрегуляции // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Том 25. №4. С. 71–93.
- 4) Naikal M., Hong R.Y. The effects of social evaluation and looming threat on self-attentional biases and social anxiety // Journal of Anxiety Disorders. 2010. Vol. 24 (3). P. 345–352.
- 5) Hamann D.M., Wonderlich-Tierney A.L., Vander Wal J.S. Interpersonal sensitivity predicts bulimic symptomatology cross-sectionally and longitudinally // Eating behaviors. 2009. Vol. 10 (2). P. 125–127.
- 6) Hart TA et al. Development and examination of the Social Appearance Anxiety Scale // Assessment. 2008. Vol. 15. P. 48–59.
- 7) Levinson C.A., Rodebaugh T.L. Social anxiety and eating disorder comorbidity: The role of negative social evaluation fears // Eating behaviors. 2012. Vol (1). 13. P. 27–35.
- 8) Lundgren J.D., Anderson D.A., Thompson J.K. Fear of negative appearance evaluation: Development and evaluation of a new construct for risk factor work in the field of eating disorders // Eating Behaviors. 2004. Vol. 5 (1). P. 75–84.
- 9) Pivarunas B., Conner B. T. Impulsivity and emotion dysregulation as predictors of food addiction // Eating behaviors. 2015. Vol 19. P. 9–14.