

某医科大学女生瘦身倾向和不满体形的影响因素

康玉琦, 钱明

(天津医科大学医学心理学教研室, 天津 300070)

【摘要】 目的: 考察某医科大学女生瘦身倾向和不满体形的影响因素。方法: 采用进食障碍问卷(EDI)的瘦身倾向量表和不满体形分量表、BMI 体象量表(BMI-SMT)、青少年及成人身体自尊量表(BES)和 SCL-90 人际关系敏感分量表测查了 181 名某医科大学大三女生。结果: 体重满意感、对自身体形的期望偏差和认识偏差对于个体的瘦身倾向具有预测作用; 而体重满意感、对自身体形的期望偏差对于个体的不满体形具有预测作用。体形指数正常组的个体对自身体形的认识偏差、期望偏差显著高于低体重组, 身体自尊和体重满意感显著低于低体重组, 不满体形、瘦身倾向显著高于低体重组。结论: 女大学生对自身体形的歪曲认识、不合理的期望及较低的体重满意感是影响瘦身倾向的重要因素, 而对自身不合理的期望及较低的体重满意感是影响不满体形的重要因素。

【关键词】 进食障碍; 瘦身倾向; 不满体形; 认识偏差; 期望偏差; 身体自尊

中图分类号: R395.6

文献标识码: A

文章编号: 1005-3611(2013)01-0126-03

Predictors of Drive for Thinness and Body Dissatisfaction in Female Students from a Medical College in Tianjin

KANG Yu-qi, QIAN Ming

The Institute of Medical Psychology, Tianjin Medical University, Tianjin 300070, China

【Abstract】 Objective: To investigate the predictors of drive for thinness and body dissatisfaction in female students from a medical college in Tianjin. **Methods:** A total of 181 female students took part in the study. They completed the Drive For Thinness of EDI, the Body Dissatisfaction of EDI, BMI-based Silhouette Matching Test(BMI-SMT) and the Sensitive interpersonal relationship of SCL-90. **Results:** While the weight satisfaction, the deviation of perception and the deviation of expectation for individual were found to be forecasters of drive for thinness, the weight satisfaction, the deviation of perception were found to be predictors of body dissatisfaction. For those in the group of normal Body Mass Index, the deviation of perception, the deviation of expectation of one's own body were significantly higher than those in the group of underweight; the body-esteem and weight satisfaction were significantly lower, their body dissatisfaction and drive for thinness were significantly greater. **Conclusion:** For female college students, the cognitive distortion, the unreasonable expectation of one's own body and the low weight satisfaction are important factors to influence their drive for thinness; and their own unreasonable expectations and the low weight satisfaction are important predictors of body dissatisfaction.

【Key words】 Eating disorder; Drive for thinness; Body dissatisfaction; The deviation of perception; The deviation of expectation; Body-esteem

瘦身倾向(drive for thinness)可能引发为减轻体重而节食等异常行为, 可以用来预测进食障碍的发病情况。不满体形(body dissatisfaction)是对整体体形和某些身体部位(如臀部、大腿)的大小不满意。不满体形被认为是导致进食障碍患者采用体重控制行为的主要因素^[1]。在国外纵向研究中发现不满体形可对饮食失调的形成发展进行预测, 就如同饮食失调的先导^[2]。对体形、体重歪曲的认识与期望是进食障碍的重要心理病理特点^[3]。

身体自尊是评价自己身体的概念, 通过自我认知和幸福感直接或间接的与整体自尊相关, 反映出个体对于自身身体的满意程度。对女性而言, 对自身外形所形成的身体自尊(body-esteem)占据了整体自

尊的重要位置。国外研究认为低身体自尊与抑制进食和情绪化进食相关^[4,5]。本研究将身体自尊从整体自尊中独立出来, 考察大学女生身体自尊状况对瘦身倾向和不满体形的影响。

1 对象与方法

1.1 对象

被试为天津某医科大学在校全日制本科三年级女生, 采取整群随机抽样的方法, 抽取 9 个班级作为研究对象。其中临床专业 75 人, 护理专业 106 人, 共 181 人。平均年龄 21.42 岁。

1.2 工具

1.2.1 进食障碍问卷(EDI) 采用进食障碍问卷(EDI)中的两个分量表—瘦身倾向(drive for thinness,

DT)和不满体形(body dissatisfaction, BD)分量表。瘦身倾向分量表共7个项目; 不满体形分量表共有9个项目。采用6点计分, 按“总是、通常、时常、有时、很少、从不”分别计为3分、2分、1分、0分、0分、0分, 得分越高表明问题越严重。该量表已在香港多次使用, 有较好的信度和效度^[6]。

1.2.2 体象障碍量表(BMI-based Silhouette Matching Test, BMI-SMT) 为图形量表, 男女各两题。调查女性的两题中呈现相同的4幅由瘦至胖的女性体形图, 图下方均给出以这4幅图为4个基本点由左至右展开的27点评分表格(4幅图分别对应第5、11、17、23点), 第一题让被试选择最能反映自己当前体形的方格, 第二题让被试选择最能反映自己理想体形的方格。按由左至右的方格计为1分至27分, 并直接转换为客观体重指数(BMI)14至40。体象障碍量表具有生动、客观、易于施测的特点, 已有研究显示其在不同种族间、青少年的不同年龄段间具有良好的信度和效度^[7]。

1.2.3 青少年及成人身体自尊量表(Body-Esteem Scale for Adolescents and Adults) 由Mendelson和White编制并多次修订。量表共三个维度: 对外表的感知(BES-Appearance)共10个项目, 社会评价(BES-Attribution)共5个项目, 体重满意感(BES-Weight)共8个项目。采用5点计分, 按“总是、常常、有时、很少、从不”分别计为4分、3分、2分、1分、0分, 得分越高表明身体自尊越高。量表在已有的研究中显示信效度良好^[8,9]。

1.2.4 症状自评量表(SCL-90)的人际关系敏感分量表 9个项目, 每一项采用5级评分制, 按“严重、偏重、中等、很轻、没有”分别计4分、3分、2分、1分、0分^[10]。

1.3 程序

研究者发放问卷、现场调查, 被试自愿填写姓名。每份问卷均收集被试的年龄、民族、家庭成员、经济水平等人口学资料, 获取被试一个月前的体检表, 得到客观实际的身高、体重值。最后用SPSS17.0进行*t*检验及相关、回归分析。

2 结 果

2.1 不同BMI组的理想BMI、认识偏差与期望偏差

$BMI = \text{体重}(\text{kg}) \div \text{身高}^2(\text{m}^2)$ 。以 $BMI < 18.5$ 为低体重组, $18.5 \sim 24.9$ 为正常组, > 25 为超重组。根据被试体检表上的身高、体重值, 计算出她们的实际BMI值, 发现低体重者占21.7%, 体重正常者占74.9%,

超重组占3.4%。由于体重超重者的进食障碍及相关态度行为的性质和特点可能与正常体重或低体重者不同, 而且超重组人数过少, 因此本研究暂不对这部分被试做统计分析。

结果表明被试理想体形指数为 18.69 ± 1.22 , 组内配对*t*检验发现低体重者目前体形指数与理想体形指数差异不显著, 而正常体重者目前体形指数与理想体形指数差异显著($t = 16.75, P = 0.000$)。对自身体形的认识偏差分值为 5.58 ± 2.23 , 期望偏差分值为 3.22 ± 3.04 , 独立样本*t*检验发现不同体形组的被试理想体形指数、对自身体形的认识偏差、期望偏差分值存在显著差异。见表1。

表1 不同体形组理想体形指数、对自身体形的认识偏差与期望偏差比较

	低体重者 (n=39)	正常体重组 (n=136)	<i>t</i>
目前体形指数	17.60 ± 0.91	20.64 ± 1.39	-14.821***
理想体形指数	17.52 ± 0.94	19.00 ± 1.11	-6.75***
认识偏差	4.61 ± 2.38	5.93 ± 2.06	-3.12**
理想偏差	1.13 ± 2.51	3.91 ± 2.73	-5.17***

注: * $P < 0.05$, ** $P < 0.01$, *** $P < 0.001$, 下同。

2.2 不同体形组瘦身倾向和不满体形情况

被试在瘦身倾向量表上的得分为 4.11 ± 4.51 , 其中低体重者得分为 2.35 ± 3.43 , 正常组得分为 4.70 ± 4.64 , 这两组得分差异显著($t = -2.642, P < 0.01$)。在不满体形量表上的得分为 9.44 ± 6.99 , 其中低体重者得分为 5.10 ± 4.53 , 体重正常者得分为 10.82 ± 6.98 , 独立样本*t*检验发现两组得分差异显著($t = -5.599, P < 0.001$)。

2.3 不同体形组身体自尊情况

被试在身体自尊量表的总分为 52.37 ± 11.49 , 其中低体重组为 56.55 ± 9.72 , 正常组为 50.84 ± 11.39 , 低体重组得分显著大于正常体重组($t = 2.570, P < 0.05$)。对外表的感知维度得分为 25.32 ± 5.69 , 其中低体重组为 26.00 ± 5.42 , 正常体重组为 25.20 ± 5.29 , 得分差异不显著。社会评价维度得分为 9.27 ± 3.25 , 其中低体重组为 9.35 ± 2.85 , 正常体重组为 9.28 ± 3.26 , 得分差异不显著。体重满意感维度得分为 17.39 ± 6.37 , 其中低体重组为 21.19 ± 5.26 , 正常体重组为 16.21 ± 6.19 , 低体重者得分显著大于正常体重组($t = 4.127, P < 0.001$)。

2.4 不同体形组人际关系敏感情况

被试的人际敏感因子分为 1.19 ± 0.63 , 低体重组为 0.99 ± 0.50 , 正常体重组为 1.25 ± 0.65 , 两组得分显著差异($t = -2.456, P < 0.05$)。

2.5 身体自尊与人际关系敏感

采用 Pearson 相关分析发现, SCL-90 量表中心人际关系敏感因子分与身体自尊总分($r=-0.45$)和量表中对外表的感知维度($r=-0.49$)、体重满意感维度($r=-0.44$)均显著相关。以人际关系敏感做因变量, 身体自尊($t=2.903, P=0.004, \text{Beta}=1.608$)、体重满意感($t=-3.409, P=0.000, \text{Beta}=-1.164$)、对外表的感知($t=-4.227, P=0.000, \text{Beta}=-1.111$)、社会评价($t=-2.207, P=0.029, \text{Beta}=-0.362$)均进入回归方程。

2.6 对瘦身倾向影响因素的分析

采用 Pearson 相关分析发现, 瘦身倾向分量表

得分与对自身体形的认识偏差和期望偏差分值、身体自尊量表总分、对外表的感知维度、体重满意感维度、人际关系敏感分量表得分均存在相关。见表 2。

根据相关分析以瘦身倾向为因变量, 对自身体形的认识偏差和期望偏差、不满体形、对外表的感知维度、体重满意感维度、人际关系敏感为自变量, 采用逐步回归的方法。体重满意感, 期望偏差, 认识偏差进入回归方程($P<0.05$)。复相关系数为 0.74, 因变量即瘦身倾向的变异中有 55% 可由联合自变量解释。见表 3。

表 2 与瘦身倾向相关的因素(n=175)

	体形指数	认识偏差	期望偏差	身体自尊	对外表感知	社会评价	体重满意感	人际关系感
瘦身倾向 r	0.33***	0.27***	0.61***	-0.56***	-0.37***	-0.074	-0.65***	0.26***
不满体形 r	0.43***	0.39***	0.67***	-0.65***	-0.43*	-0.17***	-0.71***	0.26***

表 3 瘦身倾向与其相关因素的回归分析(n=175)

预测变量	B	SE	Beta	t	R	R^2	F
体重满意感	-0.23	0.06	-0.32	-4.05***	0.72	0.52	86.69***
期望偏差	0.27	0.17	0.18	2.34*	0.73	0.54	61.52***
认识偏差	-0.28	0.14	-0.14	-2.05*	0.74	0.55	48.14***

表 4 不满体形与其相关因素的回归分析(n=175)

预测变量	B	SE	Beta	t	R	R^2	F
体重满意感	-0.79	0.06	-0.72	-12.98***	0.72	0.51	168.48***
期望偏差	0.57	0.16	0.25	3.64***	0.79	0.62	89.33***

2.7 对不满体形影响因素的分析

身体不满分量表得分与体形指数, 对自身认识偏差、期望偏差、身体自尊总分、对外表的感知维度、社会评价维度、体重满意感维度、人际关系敏感分量表得分均存在相关。见表 2。

逐步回归分析进一步显示, 体重满意感、对自身体形的期望偏差进入回归方程($P<0.001$)。复相关系数为 0.79, 其联合解释变异量为 62%。见表 4。

3 讨 论

本研究大部分被试(51.4%)瘦身倾向分量表得分高于 3 分, 并且有不少人已经表达了强烈的对体形、体重的不满, 对增重的担心, 对减肥的关注, 以及对体象的歪曲认识。她们往往夸大自己的体重, 对自己的体形不满意, 求瘦的欲望很强烈, 反映了对身体的病态观念正在国内的女大学生中流行^[11]。

本研究的结果表明被试所认为的自身体形均比实际体形偏胖, 并且这一认识偏差成为女大学生瘦身倾向的预测因素。已有的研究证明对苗条体形的期望已经成为影响节食而影响进食障碍发病的因素^[12], 本研究采用的体象量表生动、直观的对体形认识偏

差和期望偏差进行量化, 更精确地表明了体形上的期望偏差对瘦身倾向和不满体形状况具有较强的预测作用。

本研究发现低体重组与正常体重组在不满体形分量表上的得分显著差异, 正常体重组得分明显高于低体重组。不满体形被认为是导致进食障碍患者采用体重控制行为的主要因素^[1]。不满体形还与肥胖和抑郁, 社会焦虑和进食障碍, 以及潜在的有害的减肥策略(包括极端节食, 催吐, 滥用泻药, 服用减肥药, 过度运动)有关^[13]。本研究也证实了不满体形不仅可预测饮食失调的形成发展, 还对女大学生的身心健康有消极影响, 应引起足够重视。

近来, 研究者已经从研究身体自尊的总体性转为研究身体自尊的“维度”, 将一个人对体重的满意感与其对外貌的感知和对外界评价的感受区别开来^[14]。本研究发现正常组的身体自尊显著低于轻体重组, 尤其突出表现在对体重的满意感维度。从结果中看到, 个体的身体自尊越低, 个体的瘦身倾向和对体形的不满越强。并且体重满意感维度对瘦身倾向和不满体形具有较强的预测作用。因此改变以瘦身提高个体自尊状况的态度与行为将有助于预防进食障碍的发生^[9]。当前, 受到社会评价与社会比较的影响, 女性对自身外表的身体自尊成为其全部价值感的重要来源。国内外均有研究表明, 身体自尊过低会给个体带来负面的情绪体验^[15]。本研究的结果也表明了身体自尊及其 3 个维度可以预测人际关系敏感。因此改变女大学生将身体自尊作为核心价值感的不合理信念有助于提升整体自尊, 进而有助于改善负面情绪体验。

一”的观点。且归因在自尊与人际宽恕、自我宽恕之间作用的不一致，也从一个侧面上反映了在个体内部，给予他人宽恕和寻求自我宽恕可能不是同一个机制。

参 考 文 献

- 1 单家银,徐光兴.自我宽恕-健康心理学新热点.中国临床心理学杂志,2008,16(1):92-94
- 2 罗春明,黄希庭.宽恕的心理学研究.心理科学进展,2004,6:908-915
- 3 Eaton J, Struthers CW, Santelli AG. Dispositional and state forgiveness: The role of self-esteem, need for structure, and narcissism. *Personality and Individual Differences*, 2006, 41(2): 371-380
- 4 张海霞,谷传华.宽恕与个体特征、环境事件的关系.心理科学进展,2009,4:774-779
- 5 Fu H, Watkins D, Hui E. Personality correlates of the disposition towards interpersonal forgiveness: A Chinese perspective. *International Journal of Psychology*, 2004, 39(4): 305-316
- 6 Strelan P. Who forgives others, themselves, and situations? The roles of narcissism, guilt, self-esteem, and agreeableness. *Personality and Individual Differences*, 2007, 42(2): 259-269
- 7 Thompson LY, Snyder CR, Hoffman L, et al. Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Person-*

ality, 2005, 73(2): 313-360

- 8 Holmgren MR. Self-forgiveness and responsible moral agency. *The Journal of Value Inquiry*, 1998, 32(1): 75-91
- 9 刘毅.自我尊重保护策略的理论与研究.广州师院学报(社会科学版),1998,10:47-53
- 10 Baumeister RF. Self-esteem: the puzzle of low self-regard. New York: Plenum Press, 1993
- 11 汪向东.心理卫生评定量表手册.中国心理卫生杂志社,1993
- 12 王金霞.大学生宽恕心理及其影响因素的实证研究.西北师范大学,2006
- 13 王金霞,王吉春.宽恕类型及其影响因素(综述).中国心理卫生杂志,2005,10:52-54
- 14 温忠麟,张雷,侯杰泰,等.中介效应检验程序及其应用.心理学报,2004,5:614-620
- 15 傅宏.基于中国大学生样本的宽恕及其相关人格因素分析.教育研究与实验,2006,1:58-63
- 16 黄希庭,尹天子.从自尊的文化差异说起.心理科学,2012,35(4):2-8
- 17 陶琳瑾,傅宏.宽恕治疗:基于东西方文化比较的研究.医学与哲学(人文社会医学版),2010,6:45-47
- 18 王薇,马晓辉,雷雳.青少年宽恕倾向问卷的编制及应用.中国临床心理学杂志,2012,20(1):18-20
- 19 Hall JH, Fincham FD. Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 2005, 24(5): 621-637

(收稿日期:2012-06-07)

(上接第128页)

参 考 文 献

- 1 Leung F, Lam S, Chan I. Disordered eating attitudes and behavior among adolescent girls in Hong Kong. *Journal of Youth Studies*, 2001, 4: 36-51
- 2 Vander Wal JS, Thelen MH. Predictors of body image dissatisfaction in elementary-age school girls. *Eating Behaviors*, 2000, 1(2):105-122
- 3 世界卫生组织. ICD-10 精神与行为障碍分类-临床描述与诊断要点.北京:人民卫生出版社,1993. 140-143
- 4 Mak KK, Pang JP, Lai CM, Ho R. Body esteem in Chinese adolescents: Effect of gender, age, and weight. *Journal of Health Psychology*, 2012, 3(1):
- 5 Furnham A, Badmin N, Sneade I. Body image dissatisfaction: Gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *The Journal of Psychology*, 2002, 136(6): 581-596
- 6 陈薇, Freedom Leung, 王建平, 等. 香港华人少女进食障碍问卷的信度、效度与常模. 中国临床心理学杂志, 2005, 13(1):33-36
- 7 Peterson M, Ellenberg D, Crossan S. Body-image perceptions: Reliability of a BMI-based silhouette matching test. *American Journal of Health Behavior*, 2003, 27(4): 335-363
- 8 Mendelson BK, White DRMJ. Manual for the body-esteem

scale for adolescents and adults. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 1996, 17: 321-346

- 9 雷霖,王建平,等.北京女大学生瘦身倾向的影响因素.中国精神健康杂志,2005,19(3):152-155
- 10 汪向东.心理卫生评定量表手册.增刊.中国心理卫生杂志,1993. 31-34
- 11 汤炯,邓云龙,常宪鲁,等.大学生性别、身高和体重指数与身体自我满意度的关系.中国临床心理学杂志,2006,14(5):537-541.
- 12 肖广兰,钱铭怡,王易平.北京市中学生进食障碍检出率研究的结构式会谈结果报告.中国心理卫生杂志,2001,15(5):362-364
- 13 Shannon DB, Lina AR. Social comparisons, appearance related comments, contingent self-esteem and their relationships with body dissatisfaction and eating disturbance among women. *Eating Behaviors*, 2010, 11: 107-112
- 14 Mendelson BK, McLaren L, Gauvin L, Steiger H. The relationship of self-esteem and body esteem in women with and without eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 2002, 31(3): 318-323
- 15 Campbell JD. Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1990, 59(3): 538-549

(收稿日期:2012-08-14)