

## ХАРАКТЕРИСТИКИ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ИСПОЛНЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ С ОГРАНИЧИТЕЛЬНЫМ ТИПОМ НАРУШЕНИЯ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ



**Попова Ольга Фёдоровна**, аспирант Московского института психоанализа, врач-психотерапевт, психолог Гранд Клиник, Гусятников переулок, 13/3, Москва, Россия, 101000;  
e-mail: popova\_olga@mail.ru

### АННОТАЦИЯ

Анализ экзистенциальной исполненности личности, страдающей ограничительным типом нарушения пищевого поведения. Исследование, основанное на методах современного экзистенциального анализа и логотерапии, выявило различные соотношения характеристик шкалы экзистенции у лиц, страдающих разными типами нарушения пищевого поведения. Подтверждено, что лица с ограничительным типом нарушения пищевого поведения имеют наименьший показатель самодистанцирования, что свидетельствует о сужении пространства внутренней свободы. Практические рекомендации по психотерапевтической работе с лицами, страдающими ограничительным типом нарушения пищевого поведения.

**Ключевые слова:** экзистенциальная шкала, экзистенциальная исполненность, самотрансценденция, самодистанцирование, свобода, ответственность, зависимое поведение, нарушение пищевого поведения.

### ВВЕДЕНИЕ

Психотерапевтическая работа с лицами, страдающими нарушениями пищевого поведения, свидетельствует о широкой распространённости этой проблемы среди современных россиян, что делает крайне актуальным всестороннее исследование факторов возникновения, формирования и закрепления зависимого поведения. Данное исследование требует глубокого анализа особенностей духовной сферы личности зависимых людей (аддиктов), например, особенностей переживания ими свободы выбора, собственных ценностей, личностных решений, смысла [1]. Как пишет В. Франкл, «зависимость можно, по крайней мере, частично отнести к переживанию бессмысленности жизни» [14].

С точки зрения экзистенциального анализа и логотерапии, к возникновению зависимости наряду с такими условиями, как особенности и свойства характера человека, особенности его отношений с обществом, особенности самого объекта зависимости, сопутствующей психопатологии, приводят ряд экзистенциальных установок, которые психотерапевту необходимо учитывать в своей практической работе. К таким установкам А. Лэнгле относит, во-первых, избегание страданий и, во-вторых, потерю личностной активности, так называемую, пассивизацию из-за того, что личность ориентирована на удовольствие. Именно проживание этих установок приводит к формированию экзистенциальных синдромов дефицита: дефицит, а затем утрата смысла и дефицит исполненности жизни, неаутентичность бытия в связи с нарушением фундаментальной ценности [9].

Г. Петрова отмечает, что экзистенциальный анализ использует данные и феноменологических, и экспериментальных исследований. По её мнению, авторы самого первого теста в экзистенциальном анализе и логотерапии (1964 г.) Д. Крамбо и Л. Махолик «ставили своей целью эмпирическую валидизацию таких понятий духовной терапии В. Франкла, как экзистенциальный вакуум и ноогенные неврозы. И В. Франкл одобрительно отзы-

вался об этом тесте, считая, что благодаря исследованиям, выполненным с его помощью, логотерапевтическая теория мотивации получила своё подтверждение» [8].

Факторы личности, относящиеся к сфере ноэтического — духовного измерения, как феномены могут быть увидены и распознаны благодаря феноменологическому методу. Возникающая же при этом проблема валидации полученных данных может быть эффективно решена посредством метода «Шкала экзистенции» (ШЭ), который позволяет дать оценку показателю экзистенциальной исполненности как субъективному ощущению личности.

Экзистенциальная исполненность шире традиционного понятия счастья, она подразумевает интегральное переживание человеком его актуальной жизненной ситуации, момента, наполненного глубоким внутренним согласием с тем, что имеет место быть, или с тем, что им сделано; переживание соответствия этого, с одной стороны, своей сущности и с другой — обстоятельствам [7].

Экзистенциальная исполненность включает два аспекта:

— *персональный*, характеризующий способность к самоотрансценденции и самоидентификации;

— *экзистенциальный*, демонстрирующий, как личность в момент исследования переживает свою свободу и ответственность [6].

Уровень экзистенциальной исполненности показывает, насколько человек позволяет себе жить с внутренним согласием, доверием к жизни и к себе, привносить себя в жизнь через свои поступки, решения, согласованные со своей совестью, каждый раз осознавая нынешний момент и одновременно вписывая себя в большой масштаб своего бытия [4].

**Цель** эмпирического исследования — проанализировать влияние психологических факторов личности, типа нарушения пищевого поведения на характеристики экзистенциальной исполненности в соответствии со «Шкалой экзистенции».

**Основные задачи:**

— сопоставить показатели экзистенциальной исполненности здоровых лиц и пациентов с пищевой зависимостью;

— определить параметры экзистенциальной исполненности внутри группы лиц с различными типами нарушений пищевого поведения;

— выявить и проанализировать связи между особенностями типа нарушения пищевого поведения и характеристиками экзистенциальной исполненности личности.

Была выдвинута **гипотеза** о том, что лица, страдающие ограничительным типом нарушения пищевого поведения, имеют низкие показатели самоидентификации и свободы по шкале экзистенции.

## МЕТОДИКА И ВЫБОРКА ИССЛЕДОВАНИЯ

В ходе исследования была использована методика «Шкала экзистенции» (ШЭ) А. Лэнгле и К. Орглер, разработанная на основе антропологической модели В. Франкла и структурной модели четырёх фундаментальных мотиваций А. Лэнгле. В конце 1980-х годов К. Орглер стандартизировала опросник экзистенциальной исполненности, адаптировав метод к российской практике экзистенциального анализа в результате исследования более чем тысячи испытуемых в русскоязычной выборке.

Шкала экзистенции разбита на четыре субшкалы, выявляющие определённые способности личности.

1. Самоидентификация (SD) — способность создания внутренней дистанции по отношению к себе самому; способность реалистично, объективно смотреть на себя и мир, на свои желания, цели, чувства, аффекты и т.д.

2. Самоотрансценденция (ST) — «чувствование внутреннего соотношения с собой в прикосновении к ценностям мира» [4]; ясность в чувствах, способность к эмоциональному отклику, восприимчивость к смыслу и экзистенциальной значимости происходящего.

3. Свобода (F) — способность принять решение, выбрав один из множества вариантов и исходя из заданных внутренних и внешних условий.

4. Ответственность (V) — способность к реализации решений, уровень осознания личной ответственности, а также особенности мотивации деятельности как обязательной для себя или из обязательств перед кем-то, из чувства долга [14].

В нашем исследовании используется также нидерландский опросник пищевого поведения (DEBQ), который помогает определить тип нарушения пищевого поведения: эмоциогенное, экстернальное, ограничительное или на базе их различного сочетания. Акцент на ограничительном типе нарушения снижает вероятность возникновения ошибки в расчётах и позволяет сконцентрироваться непосредственно на исследовательской проблеме.

Для построения модели корреляции психологических факторов и типа нарушения пищевого поведения был использован метод мультиномиальной логистической регрессии [2; 3].

Исследование основано на данных психологического и медицинского обследования 50 пациентов в возрасте от 18 до 60 лет с нарушениями пищевого поведения, которые обратились за помощью в центры эстетической медицины «Гранд Клиник» г. Москвы в 2013 году. Контрольная группа состояла из 20 человек в возрасте от 18 до 55 лет без нарушений пищевого поведения и с нормальным показателем массы тела. Все испытуемые заполняли опросники в присутствии экспериментатора.

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Были выявлены достоверные различия у лиц с нарушениями пищевого поведения и контрольной группой по всем показателям шкалы экзистенции.

Исследование показало, что, для людей с нарушениями пищевого поведения характерны низкие значения по всем показателям ШЭ.

Выявлено, что при ограничительном типе нарушения пищевого поведения для переменной SD характерны только низкие значения, а для переменной V — только средние значения.

В дальнейших расчётах независимые факторы представлены в количественной форме как сумма баллов по шкале экзистенции.

Наиболее адекватно представленную выборку характеризуют три верифицированные регрессионные модели, которые анализируются ниже.

Таблица 1

**Влияние психологических факторов на тип нарушения пищевого поведения**

| Категория зависимой переменной | Факторы | Коэф-т   | RRR   | Стандартная ошибка | Z- Статистика | P-value |
|--------------------------------|---------|----------|-------|--------------------|---------------|---------|
| Наличие ограничительного типа  | SD      | -0,743** | 0,475 | 0,293              | -2,53         | 0,011   |
|                                | ST      | -0,227   | 0,797 | 0,172              | -1,32         | 0,187   |
|                                | F       | 0,563*   | 1,757 | 0,310              | 1,82          | 0,069   |
|                                | V       | 0,133    | 1,142 | 0,146              | 0,91          | 0,361   |
| Наличие трёх типов             | SD      | 0,268*   | 1,308 | 0,158              | 1,70          | 0,089   |
|                                | ST      | 0,181    | 1,198 | 0,122              | 1,48          | 0,139   |
|                                | F       | 0,0186   | 1,019 | 0,147              | 0,13          | 0,899   |
|                                | V       | -0,496** | 0,609 | 0,207              | -2,39         | 0,017   |

Примечание: \* — значимо на уровне 10%; \*\* — 5%; \*\*\* — 1%.

Как следует из табл. 1, при совместном анализе всей совокупности показателей экзистенциальной шкалы значимое влияние на наличие ограничительного типа оказывают только показатели SD и F, так как их z-статистика превосходит по модулю своё критическое значение ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

Коэффициенты перед показателями SD и F свидетельствуют о направлении связи. Так, отрицательное значение перед SD ( $-0,743$ ) означает, что увеличение показателя самодистанцирования снижает вероятность наличия ограничительного типа нарушения, тогда как увеличение показателя F с положительным коэффициентом ( $0,563$ ), наоборот, увеличивает вероятность наличия ограничительного типа.

Для определения силы связи был рассчитан RRR (RelativeRiskRatio), который показывает, во сколько раз отличается значение анализируемого фактора при разных значениях целевой переменной по сравнению с базовым значением [5]. Так,  $RRR = 0,475$  при факторе SD свидетельствует о том, что увеличение данного показателя на один пункт снижает вероятность наличия ограничительного типа нарушения в  $(=2,1)$  раз. Другими словами, более высоким значениям SD будут более вероятно соответствовать эмоциогенный и экстернальный тип нарушения пищевого поведения.

Относительно переменной F можно сделать противоположные выводы: с увеличением показателя на один пункт вероятность обнаружения ограничительного типа нарушения у индивида повышается в  $1,757$  раза по сравнению с вероятностью обнаружить любой другой тип нарушения.

Если сравнивать случаи отсутствия ограничительного нарушения и наличия всех трёх типов нарушений, то в данном случае значимыми переменными являются показатели SD и V ( $p\text{-value} < 0,05$ ). Увеличение значения SD на один пункт приведёт к тому, что вероятность получить все три типа нарушений относительно случая отсутствия ограничительного нарушения возрастёт в  $1,308$  раза. Для показателя ответственности V же произойдёт снижение в  $(=1,64)$  раза. Другими словами, наличие всех трёх типов характерно для людей с более высокими значениями SD и более низким уровнем V.

Таблица 2

**Влияние показателей самодистанцирования SD и самотранстенденции ST на тип нарушения пищевого поведения**

| Категория зависимой переменной | Факторы | Коэффициент    | RRR   | Стандартная ошибка | Z- Статистика | P-value |
|--------------------------------|---------|----------------|-------|--------------------|---------------|---------|
| Наличие ограничительного типа  | SD      | $-0,389^{***}$ | 0,678 | 0,127              | 3,05          | 0,002   |
|                                | ST      | $0,138^{***}$  | 1,149 | 0,046              | 3,03          | 0,002   |
| Наличие трёх типов             | SD      | $0,180^*$      | 1,197 | 0,106              | 1,71          | 0,088   |
|                                | ST      | $-0,107^*$     | 0,897 | 0,056              | $-1,92$       | 0,054   |

Примечание: \* — значимо на уровне 10%, \*\* — 5%, \*\*\* — 1%.

В рамках данной модели наибольший интерес представляет показатель ST.

Положительный коэффициент перед показателем ST при наличии ограничительного типа, равный  $0,138$ , означает, что его увеличение повышает вероятность наличия ограничительного типа нарушения. Согласно RRR, с увеличением показателя ST на один балл вероятность обнаружения ограничительного типа нарушения у индивида повышается в  $1,149$  раза по сравнению с вероятностью обнаружить любой другой тип нарушения.

У индивида с более высокими показателями ST более вероятно нарушение ограничительного типа. При наличии экстернального и эмоциогенного типов нарушения рост показателей ST не увеличивает вероятность также и ограничительного типа нарушения.

Сравнение случаев отсутствия ограничительного нарушения и наличия всех трёх типов нарушений позволяет сделать следующие выводы: с увеличением показателя самотрансценденции на один балл вероятность обнаружения всех трёх типов нарушения в (=1,11) раз ниже, чем вероятность наличия лишь двух типов (экстернального и эмоционального). Это означает, что для людей с высокими значениями ST не характерно наличие всех трёх типов пищевого поведения.

Таблица 3

**Влияние показателей самодистанцирования и ответственности на тип нарушения пищевого поведения**

| Категория зависимой переменной | Факторы | Коэффициент | RRR   | Стандартная ошибка | Z- Статистика | P-value |
|--------------------------------|---------|-------------|-------|--------------------|---------------|---------|
| Наличие ограничительного типа  | SD      | - 0.366***  | 0.693 | 0.121              | - 3.02        | 0.002   |
|                                | V       | 0.159***    | 1.173 | 0.051              | 3.10          | 0.002   |
| Наличие трёх типов             | SD      | 0.402***    | 1.495 | 0.139              | 2.88          | 0.004   |
|                                | V       | - 0.322***  | 0.725 | 0.106              | - 3.01        | 0.003   |

Примечание: \* — значимо на уровне 10%, \*\* — 5%, \*\*\* — 1%.

Положительный коэффициент перед показателем V при категории наличия ограничительного типа, равный 0,159, означает, что его увеличение повышает вероятность наличия ограничительного типа нарушения. Согласно RRR, с увеличением показателя V на один балл вероятность обнаружения ограничительного типа нарушения у индивида повышается в 1,173 раза по сравнению с вероятностью обнаружить любой другой тип нарушения.

Итак, для человека с более высокими показателями V более вероятен ограничительный тип нарушения.

Сравнение случаев отсутствия ограничительного нарушения и наличия всех трёх типов нарушений позволяет сделать следующие выводы: с увеличением показателя V на один балл вероятность обнаружения всех трёх типов нарушения в (=1,37) раз ниже, чем вероятность наличия лишь двух типов (экстернального и эмоционального).

**ВЫВОДЫ**

Мультиномиальная логистическая модель позволила установить наличие связи между факторами экзистенциальной исполненности личности и типом нарушения пищевого поведения, а также определить направление и силу данной связи. Это позволило прийти к следующим выводам:

1. При всех типах нарушения пищевого поведения характерно снижение значений всех показателей экзистенциальной исполненности по «Шкале экзистенции».
2. Наличие всех трёх типов нарушений пищевого поведения характерно для людей с более высокими значениями самодистанцирования и более низкими уровнями самотрансценденции и ответственности.
3. Для личности с нарушением пищевого поведения ограничительного типа характерны более высокие показатели самотрансценденции, свободы и ответственности при минимальных значениях такого важного показателя, как самодистанцирование.

Возникает парадокс переживания свободы, который хорошо виден при анорексии, где высокие показатели свободы и ответственности сочетаются с низкой способностью к самодистанцированию, то есть стремящимся к нулю объёмом внутреннего личного пространства и неспособностью личности субъективно взглянуть на себя. Иными словами, личность утрачивает возможность устанавливать достаточное расстояние по отношению к самому себе, к своему психофизическому содержанию и состоянию [11; 12].

Каждый тип нарушения пищевого поведения требует специфической терапии, поэтому использование «Шкалы экзистенции» позволяет выявлять наиболее актуальные сферы расстройства персонально-экзистенциального измерения человека, исследуя соотношения показателей по субшкалам «Шкалы экзистенции».

Анализ показателей экзистенциальной исполненности способствует более эффективному решению задачи экзистенциального терапевта, которая заключается в оказании помощи клиенту с пищевой зависимостью посредством обнаружения жизненного смысла и осознания экзистенциальной свободы, ответственности, выбора.

Полученные эмпирические наблюдения могут послужить основой для дальнейших более глубоких исследований различных типов нарушений пищевого поведения и их комбинаций.

## ЛИТЕРАТУРА

- [1]. *Агапов В.С.* Современные исследования самосознания и Я-концепции субъекта в контексте идей С.Л. Рубинштейна // *Акмеология*. — 2012. — № 1. — С. 133–143.
- [2]. *Афифи А., Эйзен С.* Статистический анализ: Подход с использованием ЭВМ. — М.: Мир, 1982. — 488 с.
- [3]. *Жилина Е.В.* Использование бинарной логистической регрессии для оценки качества адаптивного теста // *Вестн. Том. гос. ун-та*. — 2010. — № 334. — С. 106–109.
- [4]. *Кривцова С.В., Лэнгле А., Орглер К.* Шкала экзистенции (Existenzskala) А. Лэнгле и К. Орглер // *Экзистенциальный анализ*. — 2009. — № 1. — С. 141–170.
- [5]. *Леонов В.П.* Логистическая регрессия в медицине и биологии. URL: [http://www.biometrika.tomsk.ru/logit\\_1.htm](http://www.biometrika.tomsk.ru/logit_1.htm)
- [6]. *Лэнгле А.* С собой и без себя. Практика экзистенциально-аналитической психотерапии. — М.: Генезис, 2009.
- [7]. *Лэнгле А.* Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности. — М.: Генезис, 2005.
- [8]. *Петрова Г.А.* Характеристики экзистенциальной исполненности в клинической и популяционной выборках // *Экзистенциальный анализ*. — 2010. — № 2. — С. 149–159.
- [9]. *Попова О.* Избегание страдания как экзистенциальная установка формирования зависимости // *Акмеология*. — 2013. — № 2. — С. 82–87.
- [10]. *Майнина И.Н.* Адаптация опросника «Шкала экзистенции» (Existenzskala;ESK) к русскоязычной выборке // *Экзистенциальный анализ*. — 2009. — № 1. — С. 171–180.
- [11]. *Тутч Л.* Эмоции в психотерапевтическом процессе переработки // *Экзистенциальный анализ*. — 2012. — № 4. — С. 117–123.
- [12]. *Уколова Е.М., Шумский В.Б.* Виктор Франкл: творческое наследие на фоне культуры // *Экзистенциальный анализ*. — 2010. — № 2. — С. 9–41.
- [13]. *Франкл В.* Человек в поисках смысла: Сб.; пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева. — М.: Прогресс, 1990.
- [14]. *Längle A., Orgler Ch., Kundi M.* The Existence Scale. A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfillment. *European Psychotherapy*. — 2003. — Vol. 4. — № 1. — P. 135–151.

## CHARACTERISTICS OF THE PERSONALITY'S EXISTENTIAL FULFILLMENT WITH A RESTRICTIVE TYPE OF EATING DISORDER

**Olga F. Popova**, Post-graduate student, Moscow Institute of Psychoanalysis, a Psychotherapist, a Psychologist of Grand Clinics, 13/3, Gusiaticov per., Moscow, 101000, Russia, [popova\\_olga@mail.ru](mailto:popova_olga@mail.ru)

### ABSTRACT

The article is devoted to the analysis of existential filling the person suffering from restrictive type of eating disorder as a special case of the food addiction problem. Basing on the methods

of modern existential analysis and Logo-therapy, this study has found out different character correlation for the existence scale of the patients suffering from different types of eating disorders. As a result of the investigation, it was confirmed that individuals with restrictive type of eating disorders have the lowest rate of self-distancing; it means the narrowing space of inner freedom. The obtained results have allowed us to develop practical recommendations for psychotherapeutic work with people with restrictive type of eating disorder.

**Key words:** existential scale, existential fulfillment, self-transcendence, self-distancing, freedom, responsibility, addictive behavior, eating disorder.

## REFERENCES

- [1]. *Agapov V.S.* Sovremennye issledovaniya samosoznaniya i Ja-koncepcii sub#ekta v kontekste idej S.L. Rubinshtejna // Akmeologija. — 2012. — № 1. — S. 133–143.
- [2]. *Afifi A., Jezen S.* Statisticheskij analiz: Podhod s ispol'zovaniem JeVM. — M.: Mir, 1982. — 488 s.
- [3]. *Zhilina E.V.* Ispol'zovanie binarnoj logisticheskoy regressii dlja ocenki kachestva adaptivnogo testa // Vestn. Tom. gos. un-ta. — 2010. — № 334. — S. 106–109.
- [4]. *Krivcova S.V., Ljengle A., Orgler K.* Shkala jekzistencii (Existenzskala) A. Ljengle i K. Orgler // Jekzistencial'nyj analiz. — 2009. — № 1. — S. 141–170.
- [5]. *Leonov V.P.* Logisticheskaja regressija v medicine i biologii. URL: [http://www.biometrica.tomsk.ru/logit\\_1.htm](http://www.biometrica.tomsk.ru/logit_1.htm)
- [6]. *Ljengle A.* S soboj i bez sebja. Praktika jekzistencial'no-analiticheskoy psihoterapii. — M.: Genezis, 2009.
- [7]. *Ljengle A.* Person.Jekzistencial'no-analiticheskaja teorija lichnosti. — M.: Genezis, 2005.
- [8]. *Petrova G.A.* Karakteristiki jekzistencial'noj ispolnennosti v klinicheskoy i populjacionnoj vyborkah // Jekzistencial'nyj analiz. — 2010. — № 2. — S. 149–159.
- [9]. *Popova O.* Izbeganie stradanija kak jekzistencial'naja ustanovka formirovanija zavisimosti // Akmeologija. — 2013. — № 2. — S. 82–87.
- [10]. *Majnina I.N.* Alaptacija oprosnika «Shkala jekzistencii» (Existenzskala;ESK) k russkojazychnoj vyborke // Jekzistencial'nyj analiz. — 2009. — № 1. — S. 171–180.
- [11]. *Tutch L.* Jemocii v psihoterapevticheskom processe pererabotki // Jekzistencial'nyj analiz. — 2012. — № 4. — S. 117–123.
- [12]. *Ukolova E.M., Shumskij V.* Viktor Frankl: tvorcheskoe nasledie na fone kul'tury // Jekzistencial'nyj analiz. — 2010. — № 2. — S. 9–41.
- [13]. *Frankl V.* Chelovek v poiskah smysla: Sbornik: Per. s angl. i nem. / Obshh. red. L.Ja. Gozmana i D.A. Leont'eva. — M.: Progress, 1990.
- [14]. *Längle A., Orgler Ch., Kundi M.* The Existence Scale. A new approach to assess the ability to find personal meaning in life and to reach existential fulfillment. European Psychotherapy. — 2003. — Vol. 4. — № 1. — P. 135–151.