



Научно-исследовательский журнал «*International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии*»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 7 / 2025, Vol. 8, Iss. 7 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

УДК 159.923:159.929.3:616

<sup>1</sup>Чеботарь Е.М.,

<sup>1</sup>Разумова А.В.,

<sup>1</sup>Московский институт психоанализа

## Эго-функции и пищевое поведение: когнитивно-поведенческий взгляд на взаимосвязи

**Аннотация:** исследование направлено на изучение взаимосвязи между эго-функциями личности и когнитивно-поведенческими паттернами при нарушениях пищевого поведения в рамках интеграции психодинамического и когнитивно-поведенческого подходов. В исследовании приняли участие 60 человек в возрасте от 25 до 35 лет. Использовался комплекс психодиагностических методик, включающий Я-структурный тест Аммона, Шкалу оценки пищевого поведения Ильчик, диагностический опросник Сагалаковой, опросник когнитивных ошибок CMQ и Шкалу конструктивистских эпистемологических убеждений CEAS. Результаты показали неоднородность распределения эго-функций среди участников с преобладанием дисфункциональных форм. Выявлены значимые корреляционные связи между дисфункциональными эго-функциями и показателями нарушений пищевого поведения. Наиболее выраженные взаимосвязи обнаружены между деструктивным внешним Я-ограничением и склонностью к булимию, дефицитарным нарциссизмом и персонализацией, деструктивной тревогой и катастрофизацией. Полученные данные расширяют понимание психологических механизмов формирования расстройств пищевого поведения и обосновывают необходимость интегративного подхода в психотерапевтической практике, учитывающего как глубинные личностные структуры, так и поверхностные когнитивно-поведенческие проявления.

**Ключевые слова:** эго-функции, пищевое поведение, когнитивно-поведенческие паттерны, Я-структурный тест Аммона, нарушения пищевого поведения, булиния, анорексия, когнитивные ошибки, психодинамический подход, интегративная психотерапия, Я-ограничение, нарциссизм, тревожность

**Для цитирования:** Чеботарь Е.М., Разумова А.В. Эго-функции и пищевое поведение: когнитивно-поведенческий взгляд на взаимосвязи // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 7. С. 121 – 126.

Поступила в редакцию: 5 июня 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 7 августа 2025 г.; Принята к публикации: 17 октября 2025 г.

<sup>1</sup>Chebotar E.M.,

<sup>1</sup>Razumova A.V.,

<sup>1</sup>Moscow Institute of Psychoanalysis

## Ego functions and eating behavior: a cognitive-behavioral view of the relationships

**Abstract:** the study is aimed at investigating the relationship between the ego functions of the individual and cognitive-behavioral patterns in eating disorders within the framework of the integration of psychodynamic and cognitive-behavioral approaches. The study involved 60 people aged 25 to 35 years. A set of psychodiagnostic methods was used, including the Ammon Self-Structural Test, the Ilchik Eating Behavior Assessment Scale, the Sagalakova Diagnostic Questionnaire, the CMQ Questionnaire of Cognitive Errors, and the CEAS Constructivist Epistemological Beliefs Scale. The results showed heterogeneity in the distribution of ego functions among the participants with a predominance of dysfunctional forms. Significant correlations were revealed between dysfunctional ego functions and indicators of eating disorders. The most pronounced relationships were found between destruc-

tive external ego-delimitation and a tendency to bulimia, deficit narcissism and personalization, destructive anxiety and catastrophization. The data obtained expand the understanding of the psychological mechanisms of the formation of eating disorders and substantiate the need for an integrative approach in psychotherapeutic practice that takes into account both deep personality structures and superficial cognitive-behavioral manifestations.

**Keywords:** ego functions, eating behavior, cognitive-behavioral patterns, Ammon's Self-Structural Test, eating disorders, bulimia, anorexia, cognitive errors, psychodynamic approach, integrative psychotherapy, ego-delimitation, narcissism, anxiety

**For citation:** Chebotar E.M., Razumova A.V. Ego functions and eating behavior: a cognitive-behavioral view of the relationships. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (7). P. 121 – 126.

The article was submitted: June 5, 2025; Approved after reviewing: August 7, 2025; Accepted for publication: October 17, 2025

## Введение

Актуальность исследования взаимосвязи эго-функций и пищевого поведения обусловлена распространенной распространенностью расстройств пищевого поведения в современном обществе и необходимостью углубленного понимания их психологических механизмов [1]. Пищевое поведение, являясь базовой биологической потребностью, одновременно представляет собой сложный психологический феномен, тесно связанный с функционированием личности и ее адаптивными возможностями [2].

В контексте психоаналитической традиции, начиная с работ З. Фрейда и развития эго-психологии А. Фрейда, Х. Хартмана, Э. Эриксона, эго-функции рассматриваются как ключевые механизмы адаптации личности к внешней реальности [3]. Эго выполняет роль посредника между внутренними потребностями и внешними требованиями, обеспечивая баланс между принципом удовольствия и принципом реальности. Современные исследования демонстрируют, что нарушения в функционировании эго могут проявляться в различных сферах поведения, включая пищевое.

Когнитивно-поведенческий подход к изучению пищевого поведения фокусируется на выявлении дисфункциональных мыслительных паттернов и поведенческих стратегий, которые способствуют развитию и поддержанию расстройств пищевого поведения [4]. Исследования М. Сигу показывают, что когнитивные функции, такие как принятие решений, когнитивная гибкость, исполнительные функции, играют важную роль в формировании паттернов пищевого поведения [5].

Несмотря на существующие исследования в области эго-психологии и когнитивно-поведенческих аспектов пищевого поведения, остается недостаточно изученной специфику взаимосвязи между эго-функциями и когнитивно-поведенческими паттернами при нарушениях пищевого поведения. Интеграция психодинамиче-

ского и когнитивно-поведенческого подходов может способствовать более глубокому пониманию механизмов формирования и поддержания дезадаптивных паттернов пищевого поведения [6].

Концепция Г.Аммана о центральных человеческих функциях и модель Л.Марчера об одиннадцати эго-функциях, связанных с телесностью, представляют теоретическую основу для понимания того, как нарушения в структуре эго могут проявляться в сфере пищевого поведения. Особое значение приобретает изучение дефицитарных и деструктивных эго-функций в контексте их влияния на формирование когнитивно-поведенческих паттернов при расстройствах пищевого поведения [7, 8].

Практическая значимость данного исследования обусловлена необходимостью разработки более эффективных подходов к диагностике и коррекции расстройств пищевого поведения. Понимание взаимосвязи между эго-функциями и когнитивно-поведенческими паттернами может способствовать созданию интегративных терапевтических программ, учитывающих как глубинные личностные механизмы, так и поверхностные когнитивно-поведенческие проявления.

Теоретическая значимость работы заключается в развитии представлений о психологических механизмах пищевого поведения через призму интеграции психодинамического и когнитивно-поведенческого подходов, что может внести вклад в развитие теории личности и клинической психологии.

## Материалы и методы исследований

В исследовании участвовали 60 человек 25-35 лет (25 мужчин и 35 женщин), все предоставили добровольное информированное согласие.

Для решения исследовательских задач использовался комплекс психодиагностических методик. Основным инструментом выступил Я-структурный тест Аммана (адаптация НИПНИ, 1998), оценивающий 18 показателей шести цен-

тральных эго-функций в трех формах проявления каждой. Применялась Шкала оценки пищевого поведения Ильчик О.А. (2011) для комплексной оценки различных аспектов пищевого поведения. Диагностический опросник Сагалаковой О.В. (2014) использовался для выявления когнитивно-поведенческих паттернов при нарушениях пищевого поведения. Опросник когнитивных ошибок СМQ в адаптации Боброва А.Е. и Файзрахмановой Е.В. (2017) диагностировал дисфункциональные когнитивные паттерны. Шкала конструктивистских эпистемологических убеждений СЕАС в адаптации Федорова А.А. (2020) оценивала конструктивистский взгляд на реальность.

Исследование проводилось индивидуально в стандартизованных условиях, время выполнения составляло 90-120 минут. Порядок предъявления методик был единым для всех участников.

Статистическая обработка осуществлялась в SPSS с применением описательной статистики и корреляционного анализа по критерию Спирмена. Уровень значимости устанавливался  $p<0,05$  и  $p<0,01$ .

Исследование соответствовало этическим принципам, участники были проинформированы о целях, принципе добровольности и конфиденциальности, имели право прекратить участие на любом этапе.

### Результаты и обсуждения

Эмпирическое исследование взаимосвязи эго-функций с когнитивно-поведенческими паттернами пищевого поведения выявило комплексную картину структурных особенностей личности и их проявлений в сфере пищевого поведения у исследуемой выборки.

Анализ результатов Я-структурного теста Амона показал неоднородность распределения эго-функций среди участников исследования. Деструктивная агрессия продемонстрировала сред-

ний Т-балл 49, при этом высокие показатели были выявлены у 40% респондентов, что свидетельствует о значительной представленности агрессивных тенденций в деструктивной форме. Дефицитарная агрессия характеризовалась средним Т-баллом 57, причем 41,7% участников показали высокие значения по данному параметру, указывая на недостаточность конструктивных агрессивных проявлений.

Особое внимание привлекают показатели тревожности в различных ее формах. Деструктивная тревога показала средний Т-балл 62, при этом высокие значения были зафиксированы у 35% респондентов. Дефицитарная тревога характеризовалась средним Т-баллом 58, где высокие показатели отмечались у 36,7% участников. Данные результаты указывают на преобладание дисфункциональных форм тревоги над конструктивными проявлениями.

Анализ функций Я-ограничения выявил характерные особенности границ личности в исследуемой группе. Деструктивное внешнее Я-ограничение показало средний Т-балл 63, что является одним из наиболее высоких показателей среди всех эго-функций. Высокие значения по данному параметру были выявлены у 31,7% респондентов, что свидетельствует о нарушениях в установлении адекватных границ с внешним миром.

Нарциссические функции продемонстрировали наиболее выраженные отклонения от нормативных показателей. Дефицитарный нарциссизм показал наивысший средний Т-балл 68 среди всех измеряемых параметров, при этом высокие показатели были характерны для 43,3% участников исследования. Деструктивный нарциссизм также показал повышенные значения с Т-баллом 58 и высокими показателями у 41,7% респондентов.

Таблица 1

Table 1

Основные показатели дисфункциональных эго-функций по тесту Амона.

Main indicators of dysfunctional ego functions according to the Ammon test.

Эго-функция	Средний Т-балл	Низкие показатели (%)	Средние показатели (%)	Высокие показатели (%)
Деструктивная агрессия (A2)	49	33,3	26,7	40,0
Дефицитарная агрессия (A3)	57	28,3	30,0	41,7
Деструктивная тревога (C2)	62	15,0	50,0	35,0
Дефицитарная тревога (C3)	58	25,0	38,3	36,7
Деструктивное внешнее Я-ограничение (OA2)	63	23,3	45,0	31,7

Продолжение таблицы 1  
Continuation of Table 1

Дефицитарное внешнее Я-ограничение (OA3)	40	28,3	41,7	30,0
Деструктивное внутреннее Я-ограничение (OI2)	58	25,0	38,3	36,7
Дефицитарное внутреннее Я-ограничение (OI3)	44	21,7	43,3	35,0
Деструктивный нарциссизм (H2)	58	26,7	31,7	41,7
Дефицитарный нарциссизм (H3)	68	21,7	35,0	43,3

Диагностика пищевого поведения по шкале оценки пищевого поведения выявила различную степень выраженности нарушений. Неудовлетворенность собственным телом оказалась наиболее распространенным показателем, при этом средние и высокие значения были характерны для значительной части выборки. Булимические тенденции показали меньшую распространенность, однако их присутствие в выборке свидетельствует о наличии серьезных нарушений пищевого поведения у части респондентов.

Результаты диагностики когнитивно-поведенческих паттернов при нарушениях пищевого поведения в контексте социальной тревоги показали высокую распространенность дисфункциональных паттернов. Самофокусировка внимания на недостатках собственного тела была выявлена у 68,3% респондентов со средним или высоким уровнем, что указывает на значительную представленность данного когнитивного паттерна в исследуемой группе.

Склонность к анорексии продемонстрировали 73,4% участников со средним или высоким уров-

нем, что свидетельствует о широкой распространенности ограничительных тенденций в пищевом поведении. Ограничительное пищевое поведение было характерно для 71,7% респондентов с аналогичными показателями, что подтверждает выраженную контролирующих паттернов в отношении питания.

Анализ когнитивных ошибок по опроснику СМQ выявил различную степень представленности дисфункциональных когнитивных паттернов. Чтение мыслей показало наиболее высокие значения среди всех когнитивных ошибок, при этом высокие показатели были характерны для 23 респондентов. Персонализация была выявлена у 15 участников с высокими значениями, что составляет значительную долю от общей выборки.

Катастрофизация как когнитивная ошибка продемонстрировала высокие показатели у 21 респондента, что указывает на склонность к преувеличению негативных последствий событий. Максимализм был характерен для 15 участников с высокими значениями, свидетельствуя о тенденции к полярному мышлению и завышенным стандартам.

Таблица 2

Корреляционные связи между дисфункциональными эго-функциями и показателями пищевого поведения.  
Table 2

Correlations between dysfunctional ego functions and indicators of eating behavior.

Показатели	Деструктивная тревога (C2)	Дефицитарный нарциссизм (H3)	Деструктивное внешнее Я-ограничение (OA2)	Дефицитарное внутреннее Я-ограничение (OI3)
Булимия (Шкала Гарнера)	$r = -0,269^*$	—	$r = -0,405^{**}$	—
Неудовлетворенность телом	—	—	$r = -0,310^*$	—
Перфекционизм	—	—	$r = -0,340^{**}$	—
Интероцептивная некомпетентность	—	—	—	$r = 0,278^*$
Склонность к булимии (КП паттерны)	—	—	$r = -0,465^{**}$	—
Эмоциогенное нарушение ПП	—	—	—	$r = 0,324^*$

Продолжение таблицы 2  
Continuation of Table 2

Чтение мыслей (CMQ)	$r = 0,258^*$	—	—	—
Персонализация (CMQ)	—	$r = 0,349^{**}$	—	—
Катастрофизация (CMQ)	$r = 0,285^*$	—	—	—

Примечания: \* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; ПП – пищевое поведение; КП паттерны – когнитивно-поведенческие паттерны; Прочерк (–) означает отсутствие статистически значимой корреляции.

Notes: \* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; PP – eating behavior; CP patterns – cognitive-behavioral patterns; A dash (–) means there is no statistically significant correlation.

Корреляционный анализ выявил множественные значимые связи между дисфункциональными эго-функциями и различными аспектами пищевого поведения. Деструктивная тревога показала отрицательные корреляции с булимическими проявлениями и перфекционизмом, что может указывать на компенсаторный характер данных симптомов при повышенной деструктивной тревожности. Одновременно обнаружены положительные связи деструктивной тревоги с когнитивными ошибками, включая чтение мыслей и катастрофизацию.

Деструктивное внешнее Я-ограничение продемонстрировало наиболее выраженные отрицательные корреляции с различными формами пищевого поведения, включая булимию, неудовлетворенность телом и склонность к булимии. Данные связи указывают на то, что нарушения внешних границ личности могут находить компенсацию через различные проявления в сфере пищевого поведения.

Дефицитарные формы эго-функций также показали специфические паттерны связей. Дефицитарное внутреннее Я-ограничение коррелировало с интероцептивной некомпетентностью и эмоциональными нарушениями пищевого поведения, что свидетельствует о связи между нарушениями внутренних границ личности и трудностями в распознавании внутренних сигналов организма.

Дефицитарный нарциссизм показал значимую положительную корреляцию с персонализацией как когнитивной ошибкой, что указывает на взаимосвязь между нарушениями самооценки и склонностью к неадекватному принятию ответственности за внешние события. Данные результаты подтверждают гипотезу о том, что структурные нарушения личности на уровне эго-функций находят свое отражение в когнитивно-поведенческих паттернах пищевого поведения.

Выявленные корреляционные связи демонстрируют сложную систему взаимодействий между глубинными личностными структурами и поверхностными проявлениями в виде когнитивных ошибок и дисфункциональных паттернов пищево-

го поведения, что подтверждает необходимость интегративного подхода к пониманию данных феноменов.

## Выводы

Проведенное исследование подтвердило существование значимых взаимосвязей между дисфункциональными эго-функциями и когнитивно-поведенческими паттернами при нарушениях пищевого поведения. Результаты демонстрируют, что структурные нарушения личности создают специфические предпосылки для развития дисфункциональных паттернов в сфере пищевого поведения. Наиболее выраженными оказались нарушения нарциссических функций, что указывает на центральную роль нарушений самооценки в патогенезе расстройств пищевого поведения.

Выявленные корреляционные связи свидетельствуют о том, что нарушения в базовых функциях личности находят компенсаторное выражение через контроль над телом и пищевым поведением. Связь между дисфункциональными эго-функциями и когнитивными ошибками подчеркивает многоуровневый характер нарушений при расстройствах пищевого поведения.

Полученные данные имеют важные теоретические и практические импликации. Исследование подтверждает необходимость интегративного подхода к пониманию расстройств пищевого поведения, объединяющего психодинамические представления о структуре личности с когнитивно-поведенческими моделями. Практическая значимость заключается в обосновании необходимости учета структурных особенностей личности при планировании психотерапевтических вмешательств.

Высокая распространенность дисфункциональных паттернов в исследуемой выборке свидетельствует о необходимости раннего выявления и профилактики данных нарушений. Ограничения исследования связаны с его корреляционным дизайном и размером выборки, что требует осторожности в интерпретации результатов.

### Список источников

1. Максим О.В., Тарумов Д.А., Богдановская А.С. Психологические предпосылки формирования нарушений пищевого поведения и возможности их коррекции (обзор литературы) // Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. 2023. Т. 17. № 1. С. 154 – 167. DOI: 10.24412/2075-4094-2023-1-3-10
2. Дурнева М.Ю. Формирование пищевого поведения: путь от младенчества до подростка. Обзор зарубежных исследований // Клиническая и специальная психология. 2015. Т. 4. № 3. С. 1 – 19. DOI: 10.17759/psyclin.2015040301
3. Гончаров А.С., Кобзарёва И.И., Макарова О.С. и др. Краткая история зарубежного психоанализа в контексте изучения эволюции методов исследования психической динамики личности // Молодой ученый. 2020. № 38 (328). С. 168 – 180. URL: <https://moluch.ru/archive/328/73667/> (дата обращения: 26.03.2025)
4. Agras W., Bohon C. Cognitive Behavioral Therapy for the Eating Disorders // Annual Review of Clinical Psychology. 2021. Vol. 17. P. 417 – 438. DOI: 10.1146/annurev-clinpsy-081219-110907
5. Cury M.E., Berberian A., Scarpato B.S. et al. G. Scrutinizing Domains of Executive Function in Binge Eating Disorder: A Systematic Review and Meta-Analysis // Frontiers in Psychiatry. 2020. Vol. 11. Art. 288. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.00288
6. Opland C.T.J. Torrico Psychodynamic Therapy // StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing, 2025. Updated 2024 Sep 2. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK606117/> (дата обращения: 26.03.2025)
7. Положий Б.С. Динамическая психиатрия Гюнтера Аммана как интегративная концепция охраны и укрепления психического здоровья // Российский психиатрический журнал. 2018. № 2. С. 74 – 77.
8. Сахарова Н.А., Щукина Ю.В., Назаров А.И. Экспериментальное исследование психологических границ личности // Вестник государственного университета Дубна. Серия: Науки о человеке и обществе. 2019. Т. 1. № 1. С. 25 – 35.

### References

1. Maksim O.V., Tarumov D.A., Bogdanovskaya A.S. Psychological prerequisites for the formation of eating disorders and the possibilities of their correction (literature review). Bulletin of new medical technologies. Electronic publication. 2023. Vol. 17. No. 1. P. 154 – 167. DOI: 10.24412/2075-4094-2023-1-3-10
2. Durneva M.Yu. Formation of eating behavior: the path from infancy to adolescence. Review of foreign studies. Clinical and special psychology. 2015. Vol. 4. No. 3. P. 1 – 19. DOI: 10.17759/psyclin.2015040301
3. Goncharov A.S., Kobzareva I.I., Makarova O.S. and others. A Brief History of Foreign Psychoanalysis in the Context of Studying the Evolution of Methods for Researching the Mental Dynamics of Personality. Young Scientist. 2020. No. 38 (328). Pp. 168 – 180. URL: <https://moluch.ru/archive/328/73667/> (date of access: 03/26/2025)
4. Agras W., Bohon C. Cognitive Behavioral Therapy for the Eating Disorders. Annual Review of Clinical Psychology. 2021. Vol. 17. Pp. 417 – 438. DOI: 10.1146/annurev-clinpsy-081219-110907
5. Cury M.E., Berberian A., Scarpato B.S. et al. G. Scrutinizing Domains of Executive Function in Binge Eating Disorder: A Systematic Review and Meta-Analysis. Frontiers in Psychiatry. 2020. Vol. 11. Art. 288. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.00288
6. Opland C.T.J. Torrico Psychodynamic Therapy. StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing, 2025. Updated 2024 Sep 2. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK606117/> (date of access: 26.03.2025)
7. Polozhiy B.S. Dynamic Psychiatry of Gunther Ammon as an Integrative Concept for the Protection and Promotion of Mental Health. Russian Psychiatric Journal. 2018. No. 2. P. 74 – 77.
8. Sakharova N.A., Shchukina Yu.V., Nazarov A.I. Experimental study of psychological boundaries of personality. Bulletin of Dubna State University. Series: Sciences of Man and Society. 2019. Vol. 1. No. 1. P. 25 – 35.

### Информация об авторах

**Чеботарь Е.М.**, Московский институт психоанализа, [echebotar@gmail.com](mailto:echebotar@gmail.com)

**Разумова А.В.**, кандидат психологических наук, доцент, Московский институт психоанализа, [ann razumova@yandex.ru](mailto:ann razumova@yandex.ru)