

## 身体意象的知觉测评和态度测评\*

徐霞<sup>1,2</sup> 张建新<sup>1</sup>

(<sup>1</sup>中国科学院心理所, 北京 100101) (<sup>2</sup>武汉体育学院, 武汉 430079)

**摘要** 身体意象的测评工作有利于研究者在不同研究领域针对具体问题采用适当的测量身体意象功能的方法。目前研究者主要从知觉和态度两个成分对身体意象概念进行建构, 并据此对身体意象测评方法做出分类。在知觉测评方法中主要介绍了身体形态大小估计测量法, 而态度测评方法分为外显和内隐的测量方法, 内隐测量法中特别介绍了人格化内隐联想测验的进展。此外, 在同时测量身体意象的知觉和态度两个成分的工具中回顾了人物刺激问卷法, 以及国外最近开发的数码图像和计算机技术。避免身体意象测评工具的误用和提高此类工具在人群中的适用性是今后研究应注意的方法学问题。

**关键词** 身体意象; 方法学; 身体知觉; 身体态度

**分类号** B841

### 1 引言

身体意象(body image)是一个用来描述身体影响人们生活经验的概念。国外学者研究身体意象已有较长的历史, 但在意识形态和概念上仍然很难精确表达出个体对于自己身体这种物质存在所产生的主观体验。临床研究者主要从神经病理学角度研究人在脑损伤后对身体的歪曲知觉, 并以身体形态大小知觉估计作为常用的测评身体意象的方法。从20世纪20年代起, Schilder突破了这种框架, 他从社会学和心理学角度, 对正常人身体意象的知觉和其他经验进行了研究(Cash, 2004), 此后, 国外研究者相继考察了诸多变量对个体身体意象的形成和发展的影响, 如人格和性别认同, 以及家庭环境、大众媒体、体育锻炼等社会文化因素的作用, 并探讨了身体意象在态度方面与个体的自尊、抑郁以及焦虑等心理健康变量之间的关系(Gleeson & Frith, 2006), 因此, 大量测评身体意象态度和其他成分的工具孕育而生。

在过去半个世纪内, 身体意象文献数量增长速度迅猛。若以每10年划分为一个阶段计算1970

年至今, 在PsycINFO引用“身体意象”或“身体(不)满意(body dissatisfaction or body satisfaction)”的数量分别为707(70年代)、1276(80年代)、2513(90年代)及4480篇(2000年至2009年6月)。Body Image: An International Journal of Research于2004年的创刊, 为全世界范围内的研究者提供了更宽广的学术平台。而在国内, 通过中国知网检索出心理学、精神病学和临床医学三个学科自1990年至今引用“身体意象”或“身体(不)满意”的论文382篇, 这一情况表明在数量上我国研究与国际水平还有较大距离。国内现有理论研究主要介绍的是国外早期的研究成果, 多集中于临床心理学和精神病学对身体意象障碍形成机制的探讨以及人格心理学和运动心理学对身体自我在结构上的逻辑分析, 而实证研究主要从自我的多维等级结构来建构身体自我不同维度, 并开发或编制纸质自评测评工具(陈红, 冯文峰, 黄希庭, 2006; 张力为, 陈荔, 2005; 黄希庭, 陈红, 符明秋, 2002; 徐霞, 姚家新, 2001)。总体观之, 在实证研究中采用测评身体意象的工具还相当有限。本文目的在于全面梳理国外对身体意象概念建构的研究轨迹, 介绍以知觉和态度成分为主的两类测评方法, 并评述这两种方法在使用上的特点和存在的问题。

### 2 身体意象的概念建构

Schilder (1950)对身体意象的定义是: “人们

收稿日期: 2010-03-16

\* 国家科技部“863”项目(2006AA02Z426); 中国博士后基金项目(20080430578); 湖北省自然科学基金(2009CDB134)。

通讯作者: 张建新, E-mail: zhangjx@psych.ac.cn

头脑中对自己身体形成的图画，即身体向人自身的呈现方式。”其他学者所作的定义分别列举如下：Slade (1994)认为，身体意象是“受历史、社会、文化、个体以及生物因素影响的身体形态、大小以及形式的心理表征，它随着时间的变化而变化”；Muth (1997)将身体意象定义为与身体有关的自我知觉、认知、情绪以及行为；Cash等人将身体意象笼统地认为是一个人对他或她的身体经验。身体意象一词在不同研究领域曾指代过身体吸引力、身体知觉扭曲、身体界限的知觉以及身体感官知觉的准确度，身体自我，等。学者们还列举过描述身体主观经验的其他称谓，如身体不满、身体意象障碍、负性身体意象、正性身体意象、身体知觉(body perception)、身体外貌，等。由于人们试图从身体体验的不同心理内容来丰富其定义而造成了相关术语的混淆，然而，目前国外研究者普遍认同身体意象是泛指一个人对自己身体产生的知觉、情绪以及各种想法(Grogan, 2006)。长期以来，研究者和临床工作者将身体意象建构为三个成分：知觉成分(perceptual component; 主要指对身体形象大小估计的准确性)、主观成分(subjective component; 主要指对身体的满意度、关注程度以及认知评价，一般也称为态度成分或情绪成分)以及行为成分(behavioral component; 主要指对一些关注身体外表而引发不舒适感受情境的回避行为) (Raich, Soler, & Mora, 1995)。大量对正常人和进食障碍者的实证研究结果支持了将身体意象功能区别为身体大小知觉歪曲和认知评价满意度两种特性，即知觉和态度成分(McArthur, Holbert, & Pena, 2005; Banfield & McCabe, 2002)。因此，本文基于知觉和态度成分建构身体意象，测评方法也以此分类。

### 3 基于知觉和态度成分的身体意象测评方法

#### 3.1 知觉成分测评

##### 3.1.1 身体形态大小估计测量

知觉成分测评(assessment of perceptual component)主要是通过个体对自己实际身体的整体形态大小或某些部位的形态大小的报告来反映其知觉能力的准确程度。常用的两类身体形态大小估计测量方法(measures of body size estimation)是：整体形象调节法(whole-image

adjustment methods)与局部形象调节法(body-site adjustment procedures)。整体意象调节法反映的是个体从经过不同程度的变形处理后的整体身体图像(照片或是录像)中选择出一张与他或她自己身体最匹配图像的知觉能力。局部形象调节法则根据个体对一组有显著特点的身体部位(例如，胸、大腿、臀等)的大小估计来反映其对自己身体某些部位知觉的准确性。表1例举了各种身体形态大小估计的测量工具(Farrell, Lee, & Shafran, 2005)。

在以往研究中，局部调节法的使用频率要高于整体调节法，原因是这类方法较少引起个体的不舒适的感觉，且使用效用更好。Smeets等人(1997)的一项元分析对33项神经性厌食症患者的研究却表明，用整体调节法的患者对身体大小的过度估计要小一些，即此法的偏差要小一些。身体形态大小估计测评工具的准确性一直是研究者致力改善的问题，同时，由于费时、费力及费用过高的原因，此类方法并不适用于大样本研究及流行病学研究。

##### 3.1.2 体重分类的知觉测评

知觉测评还可通过计算个体主观报告的体重类型(例如可分为标准体重之上、标准体重之下及标准体重三类)与体重指数(body mass index, BMI)确定的体重类型之间的差距来测量身体意象。这种体重分类的知觉测评方法在早期研究中运用较多，由于该法不够精确，且对男性与女性适用情况并不一致，目前其运用情况不再常见。例如，受西方文化中理想瘦形象的影响，女性群体普遍过度评估自己的体重，因此，主观体重类型与客观体重类型的差异大小可以反映女性对自己体重的不满意程度。然而，上述影响对男性作用并不明确，主观和客观体重类型差异结果似乎并不能说明男性对自己体重满意程度的方向性。在准确性方面，身体意象变形问卷(Body Image Distortion Questionnaire, BIDQ)将体重分类看作一个连续体，要求被试在低于标准体重50%到高于标准体重50%之间标明一个点说明自己知觉到的体重类型，再根据体重指数计算出错误知觉率，虽然该法测度水平有所提高，但体重分类的知觉测评终究无法提供除体重以外的身体特征信息，因此适用范围受到限制，尤其不适用于男性人群(Cafri, Strauss, & Thompson, 2002)。

表1 身体形态大小估计的测量工具

方法	举例	使用描述	研究参与者
变形照片技术(Distorting Photograph Technique)	Glucksman & Hirsch (1969)	调节投影出来变形了的图像的宽度来表明对体形大小的知觉。	60个肥胖症患者
可移动皮脂计技术(Movable Calliper Technique)	Slad & Russel (1973)	调节光两点的距离来匹配体形大小。	14个神经性厌食症女性与20个健康女性
图像标记法(Image Marking Procedure)	Askevold (1975)	在纸上标记出日常生活中身体部位的宽度。	各种身体不适的女性
变形录像摄像机(Distorting video camera)	Freeman et al. (1984)	通过录像录像编辑机的修改,调节设影在电视屏幕中的体形。	20个神经性厌食症或贪食症女性与20个健康女性
身体意象觉察法(Body Image Detection Device)	Ruff & Barrios (1986)	调节投射在墙上的光束以匹配身体特定部位的大小。	40个女大学生:20人为神经性厌食症,20人健康
电视录像法(TV-Video Method)	Gardner, Martinez, & Sandoval (1987)	调节电视屏幕里身体的宽度以匹配知觉到的体形。	19个正常体重者,19个肥胖者
调节光束法(Adjustable Light Beam Apparatus)	Thompson & Spana (1988)	调节设射在墙上的四个光束以匹配身体特定部位的大小。	159个女大学生
变形镜(Distorting Mirror)	Brodie et al. (1989)	调节可以变形的镜子以表明知觉到的体形。	29个女大学生
正常尺寸变形法(Life-Size Video Distortion)	Probst et al. (1995)	通过录像录像编辑机的修改,调节设影在超大屏幕上现实生活中的体形。	91个神经性厌食症或贪食症女性与36个健康女性
镜像尺寸录像变形法(Mirror-Size Video Distortion)	Shafran & Fairbum (2002)	调节投影的镜像大小的身体宽度,同时在旁边投影一面镜子作为对照。	14个进食障碍患者与24个健康女性

### 3.2 态度测评

态度测评 (assessment of attitudinal component)用于评价个体内化了的对自己身体形象所产生的正性或负性的情绪和想法。传统上这一类测评方法集中于评估个体对其外貌的满意感。自 20 世纪 90 年代,研究者开始考察身体外貌的其他心理维度,如担忧、焦虑、投入等等。虽然一些态度测评的研究开始区别认知与情感两种维度。但为了归类的简化,研究者一般将除知觉以外的其他维度都放在态度维度。总的来说,态度测评是通过个体对自己身体整体或某个部位的不满意程度的报告,或者是计算理想身体形态大小与实际身体形态大小的差值来考察个体对自己身体形象的主观体验,即对自己身体形象产生的态度、情绪或认知评价。测评方法主要有外显与内隐两种方式。外显方式主要是 Likert 计分问卷法,通常问卷囊括了身体的某一面到多面的特征。内隐的测量方法主要是通过内隐联想测验或启动等实验范式来揭示个体内隐身体意象

的特点。

#### 3.2.1 外显测评方法

各种测量身体意象的 Likert 态度问卷例举见表 2(Cash & Hrabosky, 2004; Cafri & Thompson, 2004; Giovannelli, Cash, Hensona, & Englea, 2008; Rudiger, 2006)。

自第一个测量身体意象的态度问卷 BCS 编制以来,此类方法在以下方面发生了很大的变化:(1)测量反映的身体特征更加丰富,针对男性或女性所关注的不同身体特征编制特定身体部位满意感的测量条目或是编制专门量表。(2)将身体意象障碍看作一个连续体,问卷适用范围不再以临床患者为主,更多地应用于正常人群,从积极心理学角度出发,编制了正性身体意象为建构的测量工具。(3)将身体意象态度逐渐看作状态的,突显其可塑特性,随着 BISS 的运用,越来越多的研究关注日常生活的情境事件或背景对易感人群身体意象状态的影响。(4)多数工具集中测评特定身体特征的态度维度,其他维度的测评工具也

表2 身体意象Likert计分态度问卷

问卷名称	研究实例	问卷构成
身体关注量表 (Body-Cathexis Scale, BCS)	Secord & Jourard, (1953)	12个条目的5点计分量表, 主要反映个体对身体各部位的一般满意感。
进食障碍调查的身体不满意感分量表 (Body Dissatisfaction; BD subscale of the Eating Disorder Inventory; EDI)	Garner, Olmstead, & Polivy (1983)	9个条目的6点计分量表。用来测量对想达到瘦体型而产生的身体不满意感。
身体自尊量表 (Body Esteem Scale, BES)	Franzoi & Shields, (1984)	在BCS基础上修订的由35个条目5点计分量表, 对女性测量性吸引力、体重担忧以及身体状况三个方面的满意感; 对男性测量身体吸引力、上体力量以及身体状况三方面的满意感。
多维身体自我关联问卷 (Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire, MBSRQ)	Brown et al. (1990)	69个条目的5点计分量表, 包括8个分量表。6个分量表分别对身体外貌、健康以及体质进行评价和态度定向。1个分量表评估减重担忧, 另1个身体部份满意感分量表 (Body Areas Satisfaction Scale, BASS) 由9个条目组成的关于身体部位满意感测量工具。
身体自我知觉剖面图 (Physical Self-Perception Profile, PSPP)	Fox (1990)	30个条目的4点计分量表, 包括身体自我价值感量表与4个分量表身体吸引力、运动能力、身体力量以及身体状况。
身体自我描述问卷 (Physical Self Description Questionnaire, PSDQ)	Marsh, Richards, Johnson, Roche, & Tremayne (1994)	70个条目包括9个身体自我概念分领 (健康、协调性、身体活动、体脂、运动能力、外貌、力量、灵敏性、耐力) 身体自我概念主领域以及自我概念共11个分量表。
躯体变形障碍问卷 (Body Dysmorphic Disorder Questionnaire, BDDQ)	Phillips (1996)	9个条目5点计分的量表。用来测量与身体形态不良产生的障碍。
渴望健壮肌肉量表 (The Drive for Muscularity Scale, DMS)	McCreary & Sasse (2000).	14个条目的6点计分量表。测量与肌肉外貌有关的态度与行为。
身体意象障碍问卷 (Body Image Disturbance Questionnaire, BIDQ)	Dufresne et al., (2001)	根据BDDQ修订为7个条目5点计分的量表。测量个体对身体的不满、不适感以及功能不良。
身体意象生活质量调查表 (Body Image Quality of Life Inventory, BIQLI)	Cash & Fleming (2002)	19个条目7点计分量表。测量身体意象的影响, 特别是个体在生活各领域中的情绪体验。
身体意象状态量表 (Body Image States Scale, BISS)	Cash et al. (2002); Rudiger et al. (2007)	6个条目9点计分量表。测量在即刻或在某种情境下个体的身体意象体验。
外貌图式调查表 (Appearance Schemas Inventory-Revised, ASI-R)	Cash (2004)	20个条目5点计分量表。测量个体对身体外貌的心理投入。
渴望健壮肌肉态度问卷 (Drive for Muscularity Attitudes Questionnaire, DMAQ)	Morrison et al. (2004).	8个条目5点计分量表。测量男性想要健壮的态度。
肌肉变形调查表 (Muscle Dysmorphia Inventory, MDDI)	Hildebrandt et al. (2004)	21个条目5点计分的量表。用来测量MD包括认知、情感和行为特性的多维结构。
身体欣赏量表 (Body Appreciation Scale, BAS)	Avalos, Tylka, & Wood-Barcalow (2005)	13个条目5点计分量表。测量个体的正性身体意象。
身体意象认知歪曲 (Body-Image Cognitive Distortions, ABCD)	Jakatdar et al. (2006)	18个条目5点计分量表。测量当个体处理有关自己身体外貌信息过程中产生疑问想法模式的范围。

日益增多。例如, MBSRQ 中的外表评价分量表 (Appearance Evaluation Subscale, AES) 用来测评个体对身体外貌的满意度, 属于评价—情感维度的测评工具; MBSRQ 的外貌定向分量表 (Appearance Orientation Subscale, AOS) 用来测量对外表的投入或是担忧程度, 则属于认知—行为维度的测评工具。

身体意象态度成分的 Likert 计分问卷法除了存在理论建构上维度成分并不明晰的问题, 在使用的可靠性和效用上也受到了质疑, 例如, 除 DMS 和 DMAQ 外, 人们质疑其他 Likert 计分问卷是否能够稳定地反映男性对健壮肌肉的渴望。此外, 研究者常采用态度成分工具测评正常人群的身体意象, 大量研究也证实了人们的确对自己身体会产生满意或不满的态度, 但是, 这些研究都是基于这样的假设: 问卷中列出的特定部位对个体的重要性要高于其他部位, 且这些特定部位间没有权重差别。尽管 Giovannelli 等人(2008)运用鉴别条目权重对人们普遍使用的 BASS 的实证研究表明, 加权条目量表与未加权的原始量表之间在心理测量学特性上无显著差异, 但是, 这并不意味着使用其他问卷的结果同样能够证实上述假设。

### 3.2.2 内隐测评方法

随着内隐联想测验 (Implicit Association Test, IAT) 逐渐成为考察内隐态度评价的一种新研究范式, 它也成为一种可能测量身体意象内隐态度的工具。例如, 在 Gurari 等人(2006)一项关于媒体肖像对内隐自我意象的影响研究中, 被试在 200ms 的启动(身份启动条件分为四种词: 客体自我与主体自我、客体我们与主体我们、他与她以及控制词)后, 注视黑屏 100ms, 对屏幕中央出现的评价性特质词作出反应。代表评价性特质的三类目标词是: 漂亮对丑陋、聪明对愚蠢、积极性对消极性。要求被试在一种启动条件后又快又准确地回答目标词的特质是积极的还是消极的。通过测量启动条件下, 个体对与外貌有关目标词(漂亮对丑陋)的反应时来反映他或她对自己身体吸引力的无意识态度。结果表明, 暴露在媒体美女肖像中会影响个体对身体吸引力的内隐态度, 却并不影响他或她的外显态度, 即在内隐层面, 女性可能并不容易正确地, 或是说不容易使自己免受不恰当的社会比较以及来自他人对自我的

威胁的影响。

虽然其他几项研究也表明, IAT 可以运用于测量与身体吸引力有关的自我意象、对肥胖者的负性偏见等方面的内隐态度(O'Brien, Hunter, & Banks, 2007)。然而, 传统 IAT 研究范式无法避免个体记忆与文化影响下的社会规范产生联结(超个体联结), 实验结果可能与其本人对态度目标的积极或消极评价无关, 因此, Olson 和 Fazio (2004)提出了个人化内隐联想测验 (personalized IAT), 以消除超个体混淆变异对 IAT 测量结果的作用。但是, 最近一项基于大型人群研究 (mega-study) 的结果表明, 个人化内隐联想测验并不能消除测量结果与文化影响之间的关系, 只是会增加与外显自我报告测量结果之间的关联 (Nosek & Hansen, 2008)。因此, 还需要证据验证这种新的内隐联想测验在使用上的效度。Ahernt 和 Hetherington (2006)也提出, 有必要证明 IAT 用来预测身体意象与进食障碍领域各方面内隐态度的灵敏性, 即未来研究仍应集中于开发更多的、灵敏性更高的内隐态度测量工具。

## 3.3 知觉与态度的综合测评方法

### 3.3.1 人物刺激问卷法

人物刺激问卷法由一组画线图、剪影或照片刺激组成, 这些刺激同时呈现数个范围从非常瘦到非常胖的等高男性或女性人物图并赋予等级, 要求被试从中选出最能代表他或她目前身体大小以及理想中身体大小的人物或等级, 从而通过计算目前与理想身体大小的差距完成身体不满意感的测量。因此, 这种方法主要用于考察个体对身体形象大小的满意程度。也有少数研究者采用体块指数、与受试报告的目前自己身体大小等级间的关联来反映身体大小知觉歪曲。

等高人物图等级量表 (Contour Drawing Figure Rating Scale, CDFRS) 和剪影匹配任务 (Silhouette Matching Task, SMT) 是文献中运用最广泛的画线图和剪影刺激。画线图与剪影的人物刺激问卷多适用于青春期女性和男性和成人, 用来考察性别差异以及正常人群与临床人群的差异 (Peterson, Orsega-Smith, & Tholstrup, 2004)。此外, 随着肥胖症成为世界流行病, 青春期前的儿童是进食障碍与不良健康行为的易感人群, 因此, 研究者还研制了适用于儿童的画线图与剪影问卷。例如, Williams 等人在编制了适用于女性的身

体意象剪影测评工具(Body Image Assessment, BIA)之后,相继又开发了适合于不同群体(例如,肥胖女性、青春期前少年以及儿童)的版本。

虽然画线图和剪影问卷法运用广泛,然而除了部分问卷,研究者并未考察大多数画线图和剪影刺激使用的信度和效度。而且,这种无法充分考虑现实生活人物的身体变化,生态学效度不高的方法已经受到人们批评(Wertheim, Paxton, & Tilgner, 2004; Treleaven, Furnham, & Swami, 2006)。也就是说用画线图、剪影显示的纸中人物并不如镜像真实,对身体不满意感或身体吸引力的测量可能会产生差异。因此,在最近的身体吸引力研究文献中真实人物图像如照片刺激问卷有取代画线图与剪影刺激的趋势。目前开发的多种照片刺激法,包括一组二维的女性或男性照片图像以及三维图像(Smith, Cornelissen, & Tovee, 2007)。与画线图与剪影刺激相比,照片图像刺激的最大优点是刺激组包括了真实人物身体形态变化范围。但是,目前这类刺激仍主要运用于身体吸引力研究领域,仍需进一步考察其用于测量身体意象不满意感的结构效度。

与 Likert 计分态度问卷相比,人物刺激问卷法作为身体态度测量工具的最大优点是不像文本问卷一样抽象,它更易理解,特别适用于儿童。而且,这类方法实施过程简单、易行,因此适用于大样本及流行病学研究。这类方法总的不足之处在于:(1)备选刺激的间距过大,被试不能随意调节,只能从有限等级的刺激中选择符合自己身体大小的情况,因此,生态学效度不高;(2)提供给被试可选择的身體形象变化范围仅局限于高加索人的身体形态和特征,没有考虑文化和种族的差异;(3)画线图与剪影提供的人物刺激组主要反映了身体形态和大小,或是体脂的变化范围,而女性与男性对这些身体特征的不满意感存在方向性的差异。具体来说,对女性而言,想要身体形态变大则意味着要更胖,因此,女性普遍将自己理想体形评定等级小于目前体形。而对男性而言,有的男性有变胖的担忧,但也有男性希望自己变得更强健壮,在选择理想人物图时,就出现两种方向。因此,在结果解释上就会出现疑问;(4)人物刺激组的呈现顺序有可能影响个体对

身体不满意感评价的结果。

### 3.3.2 数码图像与计算机技术

运用数码图像(digital image)和计算机技术研发身体意象测量程序是研究者的一种新的尝试。该程序根据所拍摄的被试的实际身体形象图像,让被试在背景保持一致条件下,从方向和强度两个维度调节图像上身体形态的不同部位,最终计算出被试实际与理想的身体形态大小的差距以实现态度(即身体不满意感)的测评。这种测评工具的独特之处还在于可以进行精确的知觉测评,它通过向被试呈现一幅将被试实际身体形象歪曲了的图像,让被试在同一参照系中调节图像中身体不同部位的大小,完成对自己实际身体大小的知觉。这样可以计算出被试客观实际的身体形态大小与他所知觉到的身体形态大小之间的差值,即被试对自己身体形象的知觉偏差。研究表明,这一方法在使用上具有较好的信度和效度(Johnstone, Stewart, Benson, Kalafati, Rectenwald, & Horgan, 2008; Tovee, Benson, Emery, Mason, & Cohen-Tovee, 2003)。

与前面的知觉测评方法相比,这种方法准确性好,可以提供更多数据,包括总体知觉偏差、实际与理想身体大小差异的百分比、调节身体各个部分变化百分比等等,它可以有效地检验进食障碍、肥胖等人群的身体意象障碍形成的知觉缺陷等理论。与前面态度测评方法相比,它没有身体形态大小变化范围的限制,在不同人群中具有适用的可能性;身体形象可调节变化的百分比接近实际想要到达的程度,生态学效度高。虽然还不明确这种方法中知觉与态度维度之间的关系,而且这种方法存在使用不够经济、难以让被试保持中立的情绪完成测评等一些问题,但是,这种新的测评方法可以从知觉和态度两个维度来分析身体意象的结构,有利于进行不同人群知觉偏差和满意度的比较研究,深入揭示身体意象产生障碍时身体大小的知觉偏差与认知评价功能失调、不健康行为之间关系,因此,学者鼓

励人们使用这种同时可以测评身体意象知觉和态度成分的方法,并呼吁今后应多采用计算机测评工具来考察人们关于自己身体的知觉偏差和歪曲(Stewart & Williamson, 2004)。

## 4 身体意象测评工具使用中应注意的问题及其启示

### 4.1 常见问题

首先,最常见的是身体意象测评工具误用问题,即对身体意象实际测量的结构和特性没有进行标记或错误地标记(Thompson, 2004)。研究者在此方面出现的一个错误是假设多数身体意象测量工具反映的都是主观满意感维度。事实上,研究与临床应用谈到的身体意象是多维结构,许多测评工具也并不仅仅反映满意感维度。例如,根据身体意象的多维度理论, MBSRQ 中的 AOS 是认知—行为维度测评工具,这一维度与满意度并不相关。MBSRQ 的 AES 是评价—情感维度测评工具,它与 AOS 也不相关。因此,要明确研究所要考察的身体意象特性的标记,并选择测量身体意象特性的恰当工具。另一常犯错误是标记的身体意象特性实际上是另一个与之有关的构念。例如,许多研究者很关注身体吸引力社会标准内化的结构,并把它认为是身体意象的预测指标,事实上,它只是一个与身体意象障碍有关的症状或风险因素。解决这一问题的一种策略是在研究中使用多种身体意象测评工具以充分反映其特性。尤其在跨文化、性别差异的探索性研究中,这种策略可以减少使用单一工具可能产生错误结果的风险。

其次是测量工具的人群适用性问题。例如,一种测评工具适用于高加索女大学生人群,并不意味着它也可用于非洲裔美国男性肥胖人群,除非所选用的测评工具在不同人群中使用的信度和效度都得到了检验。在研究中有时候会根据研究问题对已有测评工具进行措辞或条目的修改,此时如果没有针对特定人群对修订好的工具再次进行心理测量学的检验,这一工具能够反映目标人群的身体意象特性在准确性和有效性上就会受到质疑。同样,在考虑身体意象某一测量工具的文化适用性时,也要针对文化的差异对工具进行修订。

最后,对测评结果的分析要充分考虑所测量被试的身体意象有关的身体特征。(McCabe 和 Ricciardelli (2004)提出,性别差异研究结果分析要充分考虑测量男性肌肉健壮特征的身体意象分量表(或条目)条目与测量女性苗条特征的身体意象分量表(或条目)是否具有相同的内容效度?

因此,当对不同性别使用同一测量工具时,要谨慎分析数据,最好是单独评价这些数据。此外,亚群特征(例如民族背景、年龄阶段、体重类型等)也是一个值得关注的问题。盲目将个体分数总和的分析方法容易产生错误的结果,原因是身体意象测评工具间的差异或与其他变量之间的关系可能首先反映的是这些亚群特征的影响。因此,如果已有初步研究表明跨特质有相对等值性,才可以采用这样的分析。

### 4.2 对我国研究的启示

总的来说,与国外研究相比,国内实证研究数量不多,主要从态度维度来反映身体意象的整体特性,采用的测评工具相对单一,多是 Likert 计分问卷法,可能会出现对身体意象测评的身体特征或维度错误标记的问题。因此,根据研究问题涉及到的身体意象理论构想来确定恰当的测评工具,并依据测量工具考察的身体意象特性来解释结果,对我国研究具启示意义。例如,多数身体意象测评工具都是特质测评,然而在临床干预领域,状态测评非常重要,那么明确该特性标记,并选用状态测评工具就有利于提供各种身体意象体验状态水平评价指标,研究结果才有利于为临床干预工作提供参考。

此外,很有必要借鉴并修订适用于我国文化背景下不同人群的各类身体意象测评工具。例如, Cafri 曾提出选择男性身体意象测量工具时要考察的主要特点是:(1)能够测量健壮外表;(2)能够间接地测量出与健壮外表有关行为(例如关注力量训练、滥用类固醇药物等);(3)特别强调测量对躯干上部满意度的测量。尽管国内一项运用画线图考察了 9100 名 3~15 岁儿童和青少年的研究表明,男孩更愿意选择比自己体格更大的身体形象(Li, Hu, Ma, Wu, & Ma, 2005),另一项使用青少年负面身体自我量表研究中得到的结果是男生整体上对瘦更不满意(未考察力量特征)(Chen, Jackson, & Huang, 2006),而一项对中国青少年进食障碍的研究报告发现,理想化的肌肉力量与男孩的进食障碍之间无显著的相关(Jackson & Chen, 2008)。因此,仍需要开发和使用更多测评工具以获得更多证据来揭示肌肉力量是否是影响中国男性身体意象的一个非常重要的身体特性。

最后,需要提出的是,从知觉成分来测评身

体意象的方法在国外临床心理学和精神病学中一直占据着重要的方法学地位, 推广使用知觉测评方法将拓宽我国学者对身体知觉偏差与进食障碍之间关系的理解。而且, 开发多种适用于我国人群的身体意象测评工具将利于心理学、体育学、医学、精神病学、神经科学等研究领域全面揭示人类身体经验的本质。

### 参考文献

- 陈红, 冯文峰, 黄希庭. (2006). 青少年理想身体自我量表编制. *心理科学*, 29(5), 1190-1193.
- 黄希庭, 陈红, 符明秋. (2002). 青少年学生身体自我特点的初步研究. *心理科学*, 25(3), 260-264.
- 徐霞, 姚家新. (2001). 大学生身体自尊量表的修订和检验. *体育科学*, 2, 78-81.
- 张力为, 陈荔. (2005). 六种身体自我测量方法的比较. *体育科学*, 25(1), 74-79.
- Ahern, A. L., & Hetherington, M. M. (2006). The thin ideal and body image: an experimental study of implicit attitudes. *Psychology of Addictive Behaviors*, 20(3), 338-342.
- Banfield, S. S., & McCabe, M. P. (2002). An evaluation of the construct of body image. *Adolescence*, 146(37), 373-392.
- Cafri, G., Strauss, J., & Thompson, J. K. (2002). Male body image: Satisfaction and its relationship to well-being using the somatomorphic matrix. *International Journal of Men's Health*, 1, 215-239.
- Cafri, G., & Thompson, J. K. (2004). Evaluating the convergence of muscle appearance attitude measures. *Assessment*, 11, 224-229.
- Cash, T. F. (2004). Body image: Past, present and future. *Body Image: An International Journal of Research*, 1(1), 1-5.
- Cash, T. F., & Hrabosky, J. I. (2004). Treatment of body image disturbances. In J.K. Thompson (Ed.), *Handbook of eating disorders and obesity* (pp. 515-541). New York: Wiley.
- Chen, H., Jackson, T. O., & Huang, X. (2006). The Negative Physical Self Scale: Initial developments and validation in samples of Chinese adolescents and young adults. *Body Image*, 3, 401-412.
- Farrell, C., Lee, M., & Shafran, R. (2005). Assessment of body size estimation: A review. *European Eating Disorders Review*, 13, 75-88.
- Giovannella, T. S., Cash, T. F., Hensona, J. M., & Englea, E. K. (2008). The measurement of body-image dissatisfaction-satisfaction: Is rating importance important? *Body Image*, 5, 216-223.
- Gleeson, K., & Frith, H. (2006). (De)constructing Body Image. *Journal of Health Psychology*, 11(1), 79-90.
- Grogan, S. (2006). Body image and health: Contemporary perspectives. *Journal of Health Psychology*, 11(4), 523-530.
- Gurari, I., Hetts, J., & Strube, M. (2006). Beauty in the "I" of the Beholder: Effects of Idealized Media Portrayals on Implicit Self-image. *Basic and Applied Social Psychology*, 28, 273-282.
- Jackson, T., & Chen, H. (2008). Predicting changes in eating disorder symptoms among Chinese adolescents: A 9-month prospective study. *Journal of Psychosomatic Research*, 64, 87-95.
- Johnstone, A. M., Stewart, A. D., Benson, P. J., Kalafati, M., Reutenwald, L., & Horgan, G. (2008). Assessment of body image in obesity using a digital morphing technique. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 21(3), 256-267.
- Li, Y. P., Hu, X. Q., Ma, W. J., Wu, J., & Ma, G. S. (2005). Body image perceptions among Chinese children and adolescents. *Body Image*, 2, 91-103.
- McArthur, L. H., Holbert, D., & Pena, M. (2005). An exploration of the attitudinal and perceptual dimensions of body image among male and female adolescents from six Latin American cities. *Adolescence*, 160(40), 801-816.
- McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2004). Body image dissatisfaction among males across a lifespan. *Journal of Psychosomatic Research*, 56(6), 675-685.
- Muth, J. L., & Cash, T. F. (1997). Body image attitudes: What difference does gender make? *Journal of Applied Social Psychology*, 27, 1438-1452.
- Nosek, B. A., & Hansen, J. J. (2008). Personalizing the Implicit Association Test increases explicit evaluation of the target concepts. *European Journal of Psychological Assessment*, 25, 226-236.
- O'Brien, K. S., Hunter, J., & Banks, M. (2007). Implicit anti-fat bias in physical educators: physical attributes, ideology, and socialization. *International Journal of Obesity*, 31, 308-314.
- Olson, M. A., & Fazio, R. H. (2004). Reducing the influence of extra-personal associations on the Implicit Association Test: Personalizing the IAT. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 653-667.
- Peterson, M., Orsega-Smith, E., & Tholstrup, L. (2004). Validity of the BMI-based Silhouette Matching Test. *American Journal of Health Behavior*, 28(5), 437-443.
- Raich, R. M., Soler, A., & Moler, M. (1995). A cognitive-behavioral approach to the treatment of body image disorder: A pilot study. *Eating Disorders*, 3, 175-182.
- Rudiger, J. A., Cash, T. F., Roehrig, M., & Thompson, J. K.



- (2006). Day-to-day body-image states: Prospective predictors of intra-individual level and variability *Body Image*, 4, 1–9.
- Schilder, P. (1950). *The Image and Appearance of the Human Body*. New York: International Universities Press.
- Slade, P. D. (1994). What is body image? *Behavior Research and Therapy*, 32, 497–502.
- Smeets, M. A. M., Smit, F., Panhuysen, G. E. M., & Ingleby, J. D. (1997). The influence of methodological differences on the outcome of body size estimation studies in anorexia nervosa. *British Journal of Clinical Psychology*, 36, 263–277.
- Smith, K. L., Cornelissen, P. L., & Tove'e, M. J. (2007). Color 3D bodies and judgments of human female attractiveness. *Evolution and Human Behavior*, 28, 48–54.
- Stewart, T. M., & Williamson, D. A. (2004). Assessment of body image disturbances. In: J. K. Thompson (Ed.), *Handbook of Eating Disorders and Obesity* (pp. 495–514). New York: Wiley.
- Thompson, J. K. (2004). The (mis)measurement of body image: ten strategies to improve assessment for applied and research purposes. *Body Image: An International Journal of Research*, 1 (1), 7–14.
- Tove'e, M. J., Benson, P. J., Emery, J. L., Mason, S. M., & Cohen-Tove'e, E. M. (2003). Measurement of body size and shape perception in eating disordered and control observers using body-shape software. *British Journal of Psychology*, 94, 501–516.
- Treleaven, P., Furnham, A., & Swami, V. (2006). The science of body metrics. *The Psychologist*, 19, 416–419.
- Wertheim, E. H., Paxton, S. J. & Tilgner, L. (2004). Test-retest reliability and construct validity of Contour Drawing Rating Scale scores in a sample of early adolescent girls. *Body Image: An International Journal of Research*, 1 (2), 199–205

## The Assessment of Perceptual and Attitudinal Components of Body Image

XU Xia<sup>1,2</sup>, ZHANG Jiang-Xin<sup>1</sup>

<sup>(1)</sup>Institute of Psychology, Chinese Academy of Sciences, Beijing 100101, China)

<sup>(2)</sup>Wuhan Institute of Physical Education, Wuhan 430079, China)

**Abstract:** Assessments of body image are available to measure various facets of body image functioning in specific contexts. There has been a general consensus that the construct of body image has two main components, a ‘perceptual’ component and an ‘attitudinal’ component. And the assessment of body image is accordingly classified by the conceptualization of body image. Body size estimation is one of the most useful perceptual methods. The attitudinal methods include explicit and implicit measurements. Additionally, the development of personalized Implicit Associative Test is introduced. Figural stimuli scales and digital and computerized techniques of assessing body image perception and body dissatisfaction are reviewed. Some methodological concern should not be ignored in this field such as avoidance of misusing measurements and utilization of appropriate measures in specific groups.

**Keywords:** body image; methodology; body perception; body attitude