

身体意象的心理学表达与社会表征意蕴

管 健

摘要:身体意象是指个体对自身躯体的认知,尤其是个体对自己的身体外貌在他人眼中呈现的意象和他人如何看待自己身体功能的意象。身体意象在心理学研究中具有相应的发展历程和演进模式,社会文化、进化心理、神经与遗传、认知与行为、社会比较等取向也提供了不同视角的理论框架。用社会表征的建构思路讨论身体意象的社会心理学意义,强调个体建构的身体和社会建构的身体有机结合,凸显了身体意象的静态与动态意蕴,强调了身体意象社会表征建构的社会性与互动性。

关键词:身体意象;演进模式;理论建构;运转逻辑;社会表征

一、问题的提出

国际美容整形外科学会(International Society of Aesthetic Plastic Surgery)指出,截止到2013年底,全世界整形手术达到了11 437 040台。当前整形手术的主流是吸脂手术(约占整形手术的18.8%),其次是隆胸(17%)、去眼袋手术(13.5%)、隆鼻(9.4%)和腹部紧缩术(7.3%)^①。这些数据表明,整形行业具有巨大的发展空间,同时也意味着现代人对于形体外观愈发重视。

身体对于人类来讲是最熟悉不过的对象,以往它被社会科学所忽视,但是在过去的十多年中,社会科学和人文科学都开始急剧地转向社会生活中的身体,进一步去理解身体的复杂性。其中,历史学视野中的身体具有身份特性,如民族的身体意象与族群本身的倾向;哲学家视野中的身体作为人的存在而存在,它与灵魂是独立的并列;文学家视野中的身体是一种符号的表达;社会学视野中的身体蕴含了更多身份、地位、秩序、伦理、身体物质和身体精神……身体研究从社会科学领域中的缺席到全面觉醒,进而开始了全面理解人类身体复杂性的旅程。“Bringing the Body back into Psychology”(把身体带回心理学),逐渐成为近年来将身体研究与心理学紧密结合的响亮呼声。在有关身体的心理学研究中,核心内容是对身体意象的讨论。身体意象在心理学中也从长期只占据精神医学的一隅,开始朝向社会层面的全面进攻。

身体意象(Body Image),这一概念是1935年由澳大利亚神经学者保尔·谢尔德(Paul Schilder)在其著作《人体的意象与外貌》(*The Image and Appearance of the Human Body*)中首次提出来的。谢尔德将身体意象定义为,个体心目中对自己身体的描绘,即个体怎么看自己的身体外形。他认

收稿日期:2013-12-23

基金项目:新世纪优秀人才支持计划(NCET-12-0290);天津市社会科学基金重点项目(TJXX12-003)

作者简介:管健,南开大学周恩来政府管理学院社会心理学系(天津300071)副教授,博士,主要从事群体心理和群际过程研究。

① 国际美容整形外科学会(International Society of Aesthetic Plastic Surgery),<http://www.isaps.org>。

为,身体意象是个人头脑中对自己整个身体所形成的心理形象,包含了身体知觉和身体观念。斯雷德(Slade, P. D.)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。他强调身体意象包括知觉部分和态度部分,前者是身体知觉(Body Percept),即为评估自己身体形状、大小的正确性;后者是身体概念(Body Concept),即对自己身体的态度和情感^①。中国台湾学者张春兴认为,身体意象是个人对自己身体特征的一种主观性、综合性、评价性的概念,包括个人对自己身体各个方面特征的了解与看法,也包括所感知到的他人对自己身体外貌的看法^②。格罗根(Grogan, S.)认为,身体意象是个体对其身体的知觉、观念和感受,是一种受到社会文化影响而改变的主观经验^③。本研究综合了以上观点,认为身体意象是个体对自身躯体的认知,尤其是个体对自己的物理外表、身体外形在他人眼中呈现的想象和他人如何看待自己身体功能的意象。

在身体意象的早期研究中,1958年希莫尔·费希尔(Seymour Fisher)首开先河讨论了身体意象与人格;1969年富兰克林·桑茨(Franklin Shontz)从期望与认知角度界定身体意象;1990年托马斯·凯什(Thomas Cash)和托马斯·普茨恩斯基(Thomas Pruzinsky)关注身体意象的发展与干预;1996年凯文·汤姆森(Kevin Thompson)研究身体意象失调的评估与训练^④。进入21世纪之后,身体意象逐渐从单一而狭窄的精神科学中走出来,迈向了更为广阔的社会心理学的研究视野。当前该领域最为核心的杂志是2004年创刊的《身体意象研究的国际期刊》(*Body Image: An International Journal of Research*),其中近五年平均影响因子(Impact Factor)是2.470^⑤。

但是,如何将分散的身体意象研究纳入到统一的研究框架中,如何在以往研究的批判与继承中重新思考身体的生成逻辑和社会价值,成为当下亟待思考的命题。本研究以身体意象的演进历程、运转逻辑和理论图景为研究起点,探讨了身体意象在身体研究的社会科学背景下从缺席、忽视到全面觉醒的心理学表达,并试图建构独特的身体意象的社会表征话语体系。

二、身体意象:一个世纪的演进历程

身体意象是一个人心目中对自己身体的美学。在任何时代,人类社会都对身体美给予了最多的关注,这一概念连接着许多学科,其中包括心理学、医学、精神病学、精神分析学、哲学、文化和女性主义等,其研究初始可以追溯到20世纪初期,至今历经了如下几个重要阶段。

(一)1900-1990年:神经病学的主导性引领

身体意象研究的发端于16世纪,当时西方精神病学家亨利·海德(Henry Head)提出了“身体意象”这一概念,用以在神经病理学方面描述人类因脑损伤而产生的身体知觉的扭曲状态。作为一名精神科医生,海德研究身体姿态模式(Postural Model of Body),并以身体意象作为一种神经心理机制,描述了人类身体知觉的疾病状态。至此之后的百余年时间里,身体意象的研究一直以神经病学为依托,并进行了主导性的引领工作,大部分的研究都在进行各种各样的关于身体知觉形式

① Slade, P. D., "What is Body Image?" *Behavior Research and Therapy*, Vol. 32, 1994.

② 张春兴:《现代心理学》,台北:东华书局,2002年。

③ Grogan, S., "Body Image Development in Adulthood," In Cash, T. F. & Smolak, L. (Ed), *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention*, New York: Guilford Press, 2012.

④ Cash, T. F., "Body Image: Past, Present and Future," *Body Image: An International Journal of Research*, Vol. 91, 2004, pp.1-5; Cash, T. F. & Smolak, L., *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention*, New York: The Guilford Press, 2011.

⑤ 《身体意象研究的国际期刊》主页, <http://www.journals.elsevier.com/body-image>。

和患者期待的调查。这期间的一些典型性研究包括如下一些学者的努力。1935年,谢尔德在《人体的意象与外貌》中论及了身体意象的生理基础和利比多(Libido)结构,他描述和分析了身体姿态模式,并认为身体意象是一个被建构的形象,且和人体的生理特性或纯粹的感觉特性保持着间接的关系。他认为,身体意象是一个重要且完整的心理现象,是个人心理所呈现的关于自己的身体影像,它由神经系统、心理层面和社会层面通过互动而形成,是一种调适和动态的过程。除了谢尔德之外,另一位对身体意象有显著贡献的学者是费希尔,他在1958年和1968年分别出版了《身体意象与人格》(*Body Image and Personality*)的原版和修订版书籍。他的工作最突出的方面是通过对精神科被试和精神疾病患者的研究,讨论了身体意象的边界,并通过经验研究了解身体意象边界的渗透性。1986年,他的《身体意象的发展与结构》(*Development and Structure of the Body Image*)两卷本成为身体意象领域的另一巅峰之作,它不仅对身体意象进行了研究回顾,还重点探讨了患者身体意象的测量。总体而言,这一阶段对身体意象的研究更多从神经病学出发,但是越来越多的学者开始注意到以往研究范式的缺憾,他们大力强调用科学的方法整合不同的研究理论和研究范式,他们呼唤身体意象要回归到健康心理学的大背景中,关注更为广泛的群体范畴。

(二)1990-2000年:健康心理浪潮的风云际会

20世纪90年代不仅是一个身体意象研究的大发展时期,也是一个真正的身体意象研究回归健康心理的时期,在这一时期内产生了大量概念化、结构化和操作化的研究。1990年,凯什和普茨恩斯基出版了《身体意象:发展、异常和改变》(*Body Images: Development, Deviance and Change*)一书,从多维度视角讨论了身体意象。同年,汤姆森出版了《身体意象的失调:评估和治疗》(*Body Image Disturbance: Assessment and Treatment*)以及《身体意象、饮食失调和肥胖:一项关于评估和治疗的综合指导》(*Body Image, Eating Disorders and Obesity: An Integrative Guide for Assessment and Treatment*),这些著作都进一步提升了身体意象在评估和治疗中的研究进展。1999年,汤姆森等出版的《严格之美:身体意象失调的理论、评估和治疗》(*Exacting Beauty: Theory, Assessment and Treatment of Body Image Disturbance*)为身体意象研究提供了进一步的拓展平台。他将身体意象看作三个层面的内容,其一是个人对体形的评估,即知觉层面;其二是个人对身体的满意度、认知评价和焦虑,即态度层面;其三是个人逃避或抗拒因身体外表令自己不适的情境,即行为层面。之后,格罗根的《身体意象:理解男人、女人和儿童的身体不满意》(*Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*)又为研究提供了具有实操性的思路。总体看来,这一阶段是身体意象健康心理研究风云际会的时期。身体意象也逐渐涉及正常个体对自己的相貌、体格、体能的看法和评价,展现出多维度与多层次的特性,并且日益服务于社会进步与人类发展。

(三)2000-至今:追求美的新千年

进入到21世纪,随着人们对美的关注,身体意象的研究越来越受到重视,这一阶段的主要特点是研究日益深化、方法多元化,更加强调干预和应对问题。这期间,心理学不仅致力于理解人类关于身体意象的复杂心理,同时开始关注对负面身体意象的干预和疏导,身体意象的临床治疗和干预研究也逐渐显现出蓬勃发展之势。2008年,凯什出版了《身体意象的工作手册》(*Body Image Workbook*),描述了身体意象改变的认知与行为治疗范式;韦尔(David Veale)和纳兹若鲁(Fugen Neziroglu)的《身体畸形失调的治疗手册》(*Body Dysmorphic Disorder: A Treatment Manual*)在2010年开始出版。凯什在2005年出版了《身体意象应对策略调查》(*Body Image Coping Strategies Inventory, BICSI*),提出身体意象的经验性回避、外貌改观以及积极性接纳等应对策略。贝瑞特

(Parent, M. C.)对男性关于减肥、锻炼、健康风险,以及男性身体意象混乱等问题进行临床试验^①; 麦克米兰(McMillan, W.)等使用纵向认知行为疗法对中年妇女的负面身体意象和进食障碍进行干预,同时发现认知失调是进食障碍的主要因素,进食障碍的身体意象改变可以包括体重控制、身体锻炼、整容与整形手术以及认知与行为干预、心理教育,以及制定相应的公共政策等^②。这些研究都提供了一个对于身体意象和个人社会经验有价值的理解,也拉开了身体意象在社会科学领域中全面觉醒的态势。身体意象的应对与干预因其实用性与价值性正在成为新世纪学者日益关注的热点问题。

三、身体意象:多元化的运转逻辑

身体意象是个体对自己身体特征的一种主观性、综合性、评价性的体系,在知觉层面上,身体意象受到个人因素、生物特质、过去经验、文化与社会价值的影响,且随着生命的周期而转变;在态度层面上,个人会受到重要他人的影响;在与社会互动当中逐渐产生对自己身体的满意度、关注和认知评价。

(一)身体意象:社会文化的隐喻

身体作为一种文化形态,看似古已有之,从舞蹈到绘画,从岩画到雕塑,身体意象一直负载了社会文化的意义。文化对于身体意象的影响看起来是个“社会常识”(Common Sense),它作为一种社会群体内成员共享的知识体系成为客观存在的社会事实,进而固着为整个社会的观点,甚至信念。例如,皮特(Peat, C. M.)试图确定在年长和年轻男性之间身体不满意的差异,他让被试完成关于身体不满意、情绪以及人口统计学内容的量表,结果发现不同年龄男性的身体不满意度显著不同,社会文化因素在男性身体不满意的发展过程中扮演了一个重要角色,越是年轻的男性越接受肌肉文化,越倾向于肌肉男形象^③;罗(Lau, A. S.)从美国两所大学选取了59名亚裔女性,要求其完成自我报告,发现更认同传统亚洲价值观的美国亚裔女性其身体意象不满意更高^④;肖(Shaw, H.)根据进食问题的社会文化模型,发现少数族裔与白种人相比有较少的饮食混乱问题,少数民族裔个体并不像白种人那么过分追求瘦文化^⑤;斯瓦米(Swami, V.)选取了高加索裔、南亚裔、非洲裔和拉丁裔英国女大学生,分别评估身体满意、身体意象的社会影响以及自尊,结果发现,控制年龄变量时,拉丁裔女性身体满意度最高,且媒体对其影响最小,自尊水平最好,这与拉丁裔的身体文化有着强烈关系^⑥。另外,宗教文化也是影响身体意象的一个方面,在2010年评估宗教在形体不满意

① Parent, M., C., "Clinical Considerations in Etiology, Assessment, and Treatment of Men's Muscularity-focused Body Image Disturbance," *Psychology of Men and Masculinity*, Vol. 26, 2011.

② McMillan, W., Stice, E., & Rohde, P., "High and Low Level Dissonance Based Eating Disorder Prevention Programs with Young Women with Body Image Concerns: An Experimental Trial," *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 79, No. 1, 2011, pp. 129-134.

③ Peat, C., M., & Peyerl, N. L. Ferraro, F., R., & Butler, M., "Age and Body Image in Caucasian Men," *Psychology of Men and Masculinity*, Vol. 12, No. 2, 2011, pp. 195-200.

④ Lau, A., S., M., Lum, S., K. Chronister, K., M. & Forrest, L., "Asian American College Women's Body Image: A Pilot Study," *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, Vol. 12, No. 2, 2006, pp. 259-274.

⑤ Shaw, H., Ramirez, L., Trost, A., Randall, P., & Stice, E., "Body Image and Eating Disturbances Across Ethnic Groups: More Similarities than Differences," *Psychology of Addictive Behaviors*, Vol. 18, No. 1, 2004, pp. 12-18.

⑥ Swami, V., Airs, N., Chouhan, B., Leon, M., & Towell, T., "Are There Ethnic Differences in Positive Body Image among Female British Undergraduates?" *European Psychologist*, Vol. 14, No. 4, 2009, pp. 288-296.

中所扮演的角色的研究中,发现由于伊斯兰教的保护因素,尤其是在严格遵守穆斯林服饰的地区,年轻穆斯林女性较少追求西方以瘦为美的审美标准^①。综上可知,身体意象受社会文化的支配和重要他人评价的影响,它是社会文化的一种象征、载体和隐喻。正如吉登斯所言:“身体不仅是我們拥有的物理实体,它也是一个行动系统,一种实践模式,并且在日常生活的互动中,身体的实际嵌入是维持连贯自我认同感的基本途径。”^②

(二)身体意象:大众传媒的浸润

社会隐喻或符号常常透过大众媒介和人际沟通形成,现代社会传媒的浸润无处不在。通过不断的传媒影响,人们逐渐形成统一的知识,这些知识进而带来群体的普遍认同。由此,传媒成为人们认识客观世界,形成对客观世界认知的主要渠道。它广泛地渗透于人们的心理生活,其内容不可避免地影响人们对其传递现象的理解,并且达成一种社会默许的“共识”,使人们对客观存在的事物、重要的事件有大体一致或相接近的认知。媒体是影响身体意象的一个重要组成部分。对于女性的身体意象而言,当今媒体比以往更加大量地宣传“以瘦为美”的观念,这使女性形体不满意比以往有显著上升。接触媒体时间愈长,受媒体影响愈大,对身体满意程度就愈低。斯库勒(Schooler, D.)发现,美国拉丁裔女孩对于形体的不满意程度与主流媒体以及其他语言的媒体影响有关,这种现象不仅在西班牙裔人种群体中发现,在黑人群体中也同样存在^③。另外,频繁观看主流媒体与低形象满意度评价正相关,大众媒体覆盖少的区域则有着更高的形象满意度,并且这种相关在青少年中更加显著,大众媒体对于理想苗条身体的描述也会导致女性身体意象混乱。媒体对于身体意象的影响不仅存在于女性身上,对于男性依然具有说明性,近年来男性的身体意象逐渐成为研究热点。青春期男生想要更大肌肉的驱动力受到媒体影响以及男性化身体特质的角色认同,观看有理想肌肉身材的广告导致了更低的男性身材满意度,这是因为外表取向的男性常常频繁地与理想身材进行比较,进而容易产生对自我的不满意。综上可知,来自大众传媒所达成的共识,使得人们的认识、判断和行为具有了共通的基准,传媒也推动了人们形成统一的社会认知,甚至驱动了行为的发生。

(三)身体意象:重要他人的启动

身体意象一直受到来自重要他人的影响,其中家庭一直被认为对身体意象存在密切的相关性。例如,女大学生身体意象不满意与父母其中一方的情感淡漠的记忆相联系,父母的关心与依恋焦虑呈负相关,父母的关心与身体意象不满意呈显著负相关。也就是说,缺乏与父母亲密互动的子女常常出现身体不满意,而和谐家庭的子女往往不过分或极端关注身体不满意^④。同时,父母的批评和身体的满意度有关系,父母批评行为越频繁、越强烈,个体的身体意象消极指数越低^⑤。另外,青少年采取减肥的行为会受到父母减肥行为的影响,青少年采取锻炼肌肉的行为也会受到父母锻炼肌肉的行为的影响,对于身体异常挑剔的父母,其子女也常常表现出更消极的身体意象

① Dunkel, T., Davidson, D., & Qurashi, S., “Body Satisfaction and Pressure to be Thin in Younger and Older Muslim and Non-Muslim Women: The Role of Western and Non-Western Dress Preferences,” *Body Image*, Vol. 7, No. 1, 2010, pp. 56-65.

② 安东尼·吉登斯:《现代性与自我认同》,赵旭东、方文译,上海:三联书店,1998年。

③ Schooler, D., “Real Women Have Curves: A Longitudinal Investigation of TV and the Body Image Development of Latina Adolescents,” *Journal of Adolescent Research*, Vol. 132, No. 23, 2008, pp. 132-153.

④ Cheng, H. L. & Mallinckrodt, B., “Parental Bonds, Anxious Attachment, Media Internalization, and Body Image Dissatisfaction: Exploring a Mediation Model,” *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 56, No. 3, 2009, pp. 365-375.

⑤ Smolak, L., & Stein, J. A., “The Relationship of Drive for Muscularity to Sociocultural Factors, Self-Esteem, Physical Attributes Gender Role, and Social Comparison in Middle School Boys,” *Body Image*, Vol. 3, No. 2, 2006, pp. 121-129.

和有害的减肥方法。家庭对于节食和身体意象的影响已得到证实,那么亲密关系是否会对个体的身体意象产生影响呢?博伊斯(Boyes, A. D.)等研究发现,亲密关系直接影响不健康的节食(如故意性呕吐),以及健康的节食(如减少卡路里和零食的摄入),结果显示,具有更高自尊水平和低抑郁的女性更满意她们的身体;而抑郁的男性对于亲密关系的满意度更低,他们的伴侣也会采取更多的节食行为并且对自身的身体不满意^①。这一结果显示,亲密关系的心理过程与节食和身体满意高度相关。这也进一步证明,身体意象追求的原动力很大程度上取决于亲密关系的反馈。在重要他人的启动中,同辈群体也是身体意象的重要影响因素,这是因为群体知觉在身体意象上的态度具有重要的影响力。其中,女生觉察减肥的讯息主要来自女性朋友和媒体的影响,男生觉察减肥的讯息也较多是来自女性朋友的影响。而被同辈群体取笑觉得烦躁会导致饮食困扰,同辈群体间对外表的讨论会造成青少年对身体意象的不满。综上可知,个体对于身体意象的行为、态度和信念会受到同辈群体的影响,而且同辈群体是人们在身体比较上的模仿对象,当个体觉察来自同辈群体的压力、同辈群体对外表上的嘲笑、批评,以及有关节食、减肥,或锻炼肌肉的话题时,都会造成青少年对身体意象的不满。

(四)身体意象:调节因素的形塑

在身体意象的个人调节因素中,性别、人格、种族、疾病等都成为形塑身体意象的重要因素。其中,在个人调节因素中,性别是最常被讨论的变量。许多研究显示,男、女在身体意象的满意度上有显著的差异,女性较在意身体意象,且对于自己的身体意象大多持有负面的情感,女性也通常较男性对自己的身体外观装扮更为注重。近年来,专门探讨男性的身体意象也有越来越多的趋势,研究发现,男性因为社会文化压力的影响对身体意象不满,因而会想要锻炼肌肉并改变体重。另外,同性恋群体一直是身体意象关注的重点群体。研究发现,同性恋群体角色、女性气质、男性气质以及内化的同性恋恐惧使得同性恋者更重视外表,并在内心形成理想身材的典范^②。越来越多的研究发现,男同性恋比男异性恋更容易出现负面身体意象、身体不满意和进食障碍。同时,男同性恋表现出对“瘦而有肌肉”的理想身体的追求。伯罗斯(Borough, M. S.)发现,男同性恋可能具有更高的身体不满意和进食障碍,他们具有更高的负面身体意象^③。事实上,男同性恋的身体意象备受关注,一方面因为男同性恋具有特殊的社会文化身份,他们在身体意象上表现出独特的特点;另一方面由于男同性恋人群作为现代社会的一个既富有争议又不可忽视的群体,对其身体意象的研究不仅具有健康意义,更具社会文化意义。人格对身体意象是否会产生影响呢?研究发现,完美主义人格更容易产生身体意象障碍,冲动性人格更容易引发饮食障碍。例如,亚恒(Ahern, A. L.)设计了理想身材的内隐联想实验(Implicit Association Test, IAT),尽管研究结果显示对肥胖的强烈负面认知偏差没有得出被试对于身体意象的歧视,但是对理想苗条身材内化的研究则发现,身体不满意与对苗条的追求有显著正相关,进食障碍的发生与身体意象、完美主义和社会性格焦虑具有高度相关^④。在疾病与身体意象的研究中,进食障碍是一种以反常的摄食行为和心理学

① Boyes, A. D., Fletcher, G. J. & Latner, J. D., "Male and Female Body Image and Dieting in the Context of Intimate Relationships," *Journal of Family Psychology*, Vol. 21, No. 4, 2007, pp. 764-768.

② Kane, G. D., "Revisiting Gay Men's Body Image Issues: Exposing the Faulty Lines," *Review of General Psychology*, Vol. 14, No. 4, 2010, pp. 311-317.

③ Boroughs, M. S., Krawczyk, R., & Thompson, J. K., "Body Dysmorphic Disorder among Diverse Racial/Ethnic and Sexual Orientation Groups: Prevalence Estimates and Associated Factors," *Sex Roles*, Vol. 63, No. 9, 2010, pp. 725-737.

④ Ahern, A. L., & Hetherington, M. M., "The Thin Ideal and Body Image: An Experimental Study of Implicit Attitudes," *Psychology of Addictive Behaviors*, Vol. 20, No.3, 2006, pp. 338-342.

乱为特征的精神障碍,它增加了肥胖、抑郁、自杀意图、焦虑以及滥用药物的可能性。这些不同的变量进一步证明,身体意象是一个多维度的结构,它们对于理解身体意象而言扮演着重要角色,但同时它的建构也是极为复杂的,因而直到现在尚缺乏统一的、科学的理论与经验严密整合的框架。

四、身体意象:心理学建构的理论图景

身体意象的理论框架主要结合了社会文化取向、进化取向、神经与遗传取向、认知与行为取向,以及社会比较取向等理论假设,每种理论都有其合理性,并得到了部分研究的支持,这些理论假设事实上存在着密切的联系,整合的趋势也渐渐显现出来。

(一)身体意象的社会文化建构

身体意象的社会文化取向(Socio-Cultural Model)从社会文化的角度出发,了解文化价值观对个人价值和行为的影响,以及如何在社会中形成共识并加以分享。它强调身体意象是社会性观念并在社会文化中加以生成与改变,个体交互性对身体意象的满意或不满意只是文化观念的功能性反应。这一观点不仅呈现出人们对身体的所知、所想,还包括识别社会文化的深层次影响因素。社会文化模式所持的观点包括以下三点,即美具有典型的社会性和文化性;它经由社会文化方式加以传递和转变,经个体形式而内在化;针对外表的满意或不满意是个体观念的功能性显现。在这些主流的观点中,社会文化建构取向的理论观又可以分为社会期望论、内隐人格论和地位普遍论。社会期望论(Social Expectancy Theory)侧重于了解文化价值观和行为与期望的关系以及自我实现预言;内隐人格理论(Implicit Personality Theory)侧重于了解人们如何在现实的世界中形成身体意象的知识结构,并加以概念化影响人格特质;地位普遍化论(Status Generalization Theory)从社会学观点出发,强调外部地位特质影响社会互动,进而促进身体意象的形成。

社会文化模式较多关注身体意象中的体重、身型、肤色、形态、五官,以及相应的心理归因。研究发现,《花花公子》(Playboy)中的女性体重从1950年到2000年减少了15%,目前的时尚女性标准的身体质量指数(Body Mass Index, BMI)是16.3,而实际健康范围应该在18.5到24.9之间。对于男性而言,身体意象的文化则是越来越肌肉化,体现在《活力女孩》(Playgirl)从1970年到2000年之间,男性肌肉化程度越来越严重,时尚杂志也越来越多地追求年轻、瘦、赤裸上身和充满肌肉的型男形象^①。另外,芭比娃娃是3至10岁女孩认知女性美的主要来源,美国女孩对芭比的认知影响了身体意象的概念,同时展示出自己的低身体自尊和对成年期瘦身材的高度期望,而美国男孩的许多童年英雄式玩具也表征了男性身体意象美^②。

总体上看,身体意象的社会文化观认为,社会文化价值观会影响个体的价值观与行为,并在理解个体是如何感知自身以及如何被他人感知中起着重要作用。社会文化观强调身体意象形成过程中的影响因素,当然这一模型也存在一些缺陷,比如缺少对重要心理过程信息的解释等。

(二)身体意象的进化观点

身体意象的进化取向(Evolutionary Perspectives)提供了一个在最广泛意义上理解人类行为和物力外表、身体吸引力的基础性取向,这一取向强调身体意象的偏好来源于人们在择偶选择中获

① Clark, L., & Tiggemann, M., "Sociocultural Influences and Body Image in 9 to 12 Years old Girls: The Role of Appearance Schemas," *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, Vol. 36, No. 1, 2007, pp. 76-86.

② Dittmar, H., Halliwell, E., & Ive, S., "Does Barbie Make Girls Want to be Thin? The Effect of Experimental Exposure to Images of Dolls on the Body Image of 5 to 8 Years old Girls," *Developmental Psychology*, Vol. 42, No.2, 2006, pp. 283-292.

得的竞争性,这些特质潜在地提升了成功的可能性。从进化心理学的角度来看,择偶或选择伴侣是一个重要的主题。进化观点为理解人类与外貌、吸引力和人类身体意象相关的行为提供了一套有用的理论基础。尤其是,对于在性选择的原则下,进化心理学家认为人类发展进化而来的某些特质并不因为它们具有某些生存意义,有时恰恰是因为它们具有一些价值提升的功能,例如有助于在潜在的配偶选择中获得竞争性地位^①。也就是说,某些身体意象特质存在的意义就是为了让其在配偶选择中提升机会额度。研究者从进化心理学的角度提出性别内竞争假设(intrasexual competition),认为性别内地位竞争的目的在于吸引伴侣以达到适应环境,性别内的地位竞争导致了对理想伴侣的关注^②。性选择理论首先被达尔文在《物种选择》(The Origin of Species)中用于解释那些显著的身体性和行为性展示,例如孔雀开屏,虽然在物种的生存方面无用,但却是择偶过程中的重要筹码。而相对于人类而言,身体意象决定了个体的吸引力。实际上,人类对于面孔和身体的偏好古往今来一直得到痴迷性的关注。在吸引力中,面孔吸引力认定对称的面孔更具有吸引力、更显诚实和值得信赖。对于男性而言,坚定的下颚、坚毅的下巴和高高的眉骨都是典型美的特征;而对于女性而言,大大的眼睛、丰满的嘴唇、尖尖的下巴则是美女的特征,这是人类在进化过程中保持的特质。另外,进化心理学在人类吸引力的身体意象中,关注于腰臀比例(Waist-to-Hip Ratio, WHR),女性的腰臀比例达到0.7是最美的,因为具有这种腰臀比例的女性是最容易怀孕和生育的。近来,也有一些研究应用进化观点讨论身体意象和饮食失调,认为厌食是一种人类对环境条件不满意状态下的适应力产物,同时厌食也是一种性内选择的过程。“性选择假设”(Sexual Competition Hypothesis)强调,饮食失调是女性追求无休止的瘦引发的,它来源于女性在性选择中的竞争性。同样的观点也可以解释男性为何要无休止的追求肌肉,这也是由于肌肉男更能在配偶选择中获得青睐的缘故。

总之,进化观的解释帮我们更深入地了解人类对于身体意象、面孔和吸引力的重视,然而更多的进化观点需要在现实中加以验证和不断求证。

(三)身体意象的神经与遗传论

身体意象的遗传与神经取向(Genetic and Neuroscientific Perspectives)从身体意象发展过程的遗传和生物因素出发,使用双胞胎和交叉寄养的方式证明身体意象具有遗传性,而神经技术也力图讨论大脑和神经发育在内隐身体意象中所起的作用。众所周知,心理因素是身体意象发展过程中的重要因素,研究者致力于解释所有身体意象的个人因素,尽管身体意象受到外在媒介、社会关系和其他社会情境的影响,但是身体意象问题仍旧是个体化的,它连接着基因问题和生物因素。研究者着眼于基因在身体意象中的影响,同时神经生理技术也用于被检验在大脑区域中的内隐性作用。科拉普(Carper, T. M.)通过饮食失调调查问卷(Eating Disorder Examination Questionnaire, EDEQ),发现体重和身形的遗传性达到54%^③。另外,神经生理的研究还关注于理解影响身体意象观念和问题的神经生理过程,研究者使用功能性核磁共振成像技术(Functional Magnetic Reso-

① Swami, V., & Salem, N., "The Evolutionary Psychology of Human Beauty," In V. Swami (Ed.), *Evolutionary Psychology: A Critical Introduction*, Oxford, UK: Wiley-Blackwell, 2011.

② Li, N. P., Smith, A. R., Griskevicius, V., Cason, M. J., & Bryan, A., "Intrasexual Competition and Eating Restriction in Heterosexual and Homosexual Individuals," *Evolution and Human Behavior*, Vol. 31, No. 5, 2010, pp. 365-373.

③ Carper, T. L. M., Negy, C., & Tantleff-Dunn, S., "Relations among Media Influence, Body Image, Eating Concerns, and Sexual Orientation in Men: A Preliminary Investigation," *Body Image*, Vol. 7, No. 4, 2010, pp. 301-309.

nance Imaging, fMRI)解释大脑在接受身体意象刺激后的反应^①。通过事件相关电位(Event-Related Potentials, ERPs)研究负面身体自我对身体信息的记忆偏向,发现右侧枕叶的激活与身体自我信息的出现有关,与负面身体自我图式的体验相关。

可以讲,随着认知神经科学的快速发展,脑功能成像技术以其高分辨率、无创性、脑定位等特点为身体意象的研究提供了更为强有力的手段,有效运用脑呈现技术去探寻身体意象的内在脑机制问题也可以很好地对身体意象的心理机制作深入的理解。

(四)身体意象的认知行为观

身体意象的认知与行为取向(Cognitive-Behavioral Perspectives)从心理学的认知与行为范式出发,强调身体意象的研究应该从心理方面的认知和行为角度出发,强调行为和情绪的中介机制,如社会建构和社会阐释等。其中,大量的身体意象研究试图了解外显的或内隐的来自于心理学中认知和行为范式,并强调社会学习、条件过程、行为和情绪的中介认知变量。其中,身体意象评估(Body Image Evaluation)是个体对于身体的满意或不满意的表征;身体意象调查(Body Image Investment)考察身体自我评估中的认知、行为和情绪因素。这里,强调文化引发更深层次的身体导向性行为,如节食、锻炼、化妆和整形手术等。个体期待、观念、价值观,与重要他人的互动也是影响因素。此外,一个人的身体意象也同时影响人们如何知觉他人,如何对待他人。在儿童期,有吸引力的儿童能从成人那里获得更多的关爱,青少年时期有吸引力的个体更具自信力和自尊感。从出生到死亡,从子宫到坟墓,人的身体都处于不停的动态变化之中,每一个时期的身体改变和身体意象的认知都对个体心理产生影响。同时,个体人格是影响身体意象的要素之一,某些人格特质可以影响人们面对身体意象问题时产生的风险性因素。

总之,认知和行为取向强调身体意象是认知偏向的一种类型,它来源于与身体有关的自我图式。此种模式关注于心理认知过程,但往往也疏忽于社会环境的作用。

(五)身体意象的社会比较观

1983年,凯什首次把社会比较理论引入身体意象的领域,之后社会比较理论被广泛应用于身体意象。社会比较理论(Social Comparison Theory)是美国社会心理学家利昂·费斯汀格(Leon Festinger)于1954年在《论社会比较》(Social Comparison Theory)中提出来的,它是个体具有评估自身观点和能力的需求和趋向。这一理论主张一个人对自己的态度及能力所做的判断均是通过与他人的态度和能力的比较之后所下的结论,其中包括三点重要的内容,即人都有正确评估自己意见与能力的驱动力;当缺乏直接标准时,个体会通过与别人的比较来衡量自己;人们都喜欢与他人比较,尤其是与那些和自己相类似的人进行比较。身体意象的社会比较理论主要是个体通过将自己的身体和他人的身体进行比较,并形成自我评价的过程。身体意象的社会比较理论强调身体意象的形成过程,强调社会比较在身体意象形成中的影响。在社会比较理论的框架中,传媒成为关于外貌概念和文化理想认知的核心来源。青春期个体常常将自己与杂志中的模特形象进行比较来评价自己。社会比较动机还可以分为自我评价(self-evaluation)、自我提升(self-improvement)和自我美化(self-enhancement)。身体意象的社会比较理论主要是个体通过将自己的身体和他人的身体进行比较,并形成自我评价的过程。身体意象的社会比较理论强调身体意象的形成过程,强调社会比较在身体意象形成中的影响,但是这一取向也显现了对其他中介变量的忽略。

^① 梁毅、陈红、邱江等:《负面身体自我女性对身体信息的记忆偏向:来自ERP研究的证据》,《心理学报》2008年第8期,第913-919页。

必须指出的是,迄今为止,心理学尚未形成一套连贯而全面的身体意象理论框架,进而处理与社会和各种人类身体意象模式有关的一系列复杂问题。由于身体意象是一个非常复杂的过程,单独的一个模型难以包含所有的因素,所以尚缺乏一个整合性模型用来系统而全面地解释身体意象形成的全部过程,这也为社会表征视角的纳入提供客观性的必然。

五、探索与建构:身体意象的社会表征意蕴

在身体研究进行的一百多年中,身体意象一直受到多元化因果的影响,其形成的理论图景也常常偏重于某一侧面而难于全面系统地统合。在这种背景下,寻求一种整合的建构就成为一种必然性的选择。

身体研究继笛卡尔(René Descartes)主张身心二元论以来,梅洛庞蒂(M. Merleau Ponty)提出了身体现象学,尼采(Nietzsche F.)提出重估身体价值,而后身体视角也继福柯(Foucault M.)、布迪厄(Bourdieu P.)、吉登斯之后逐渐进入社会学理论的视角之中。随后,美国社会学家布莱恩·特纳(Bryan S. Turner)《身体与社会》(*Body and Society*)的出版标志着身体与社会学的紧密结合,他提出了“身体化的社会”,以显示身体在现代社会系统中已经成为政治和文化活动的首要领域。他提出当今社会是“身体社会崛起”的时代,由此,身体社会学(Sociology of Body)逐渐成为社会学的一门分支学科。然而,正如文军所指出的那样,身体作为一个重要的研究对象已经进入到社会学的各个门类中,但是不同取向的学者对身体的解读却不尽相同,由此身体社会学的研究便呈现了“斑斓多姿”的景象^①。但是,不管是文化隐喻取向、社会建构取向、社会实践取向还是生物遗传取向,都显现了社会学的宏大叙事,而社会心理学则希冀将身体回归到本原,除了注重身体与社会和文化的建构型力量之外,也期待探讨身体本身对人的心理意向性问题。事实上,身体研究除了在经济、文化、社会、语言和艺术领域中得到释放之外,也应在心理学中得到彰显。对身体意象的心理学研究具有极为重要的意义和价值。就理论层面而言,对于身体意象的研究是心理学中一个全新的领域;就实践层面而言,身体意象的研究从理论到实践是人们自出生之后就不断关注的现实话题。如此一来,在身体社会的视角下,身体意象的心理学表达就应担当起心理学交互社会学的重任,而此重担唯有社会表征视角独辟蹊径的解读可担当了。

社会表征理论(Social Representations Theory)是由法国社会心理学家塞尔日·莫斯科维奇(Serge Moscovici)首先提出来的,它是对共享事实的解释。目前已经成为欧洲社会心理学界的共识性趋势,连同社会认同理论(Social Identity)、话语分析(Discourse Analysis)并列成为欧洲社会心理学的三架马车。社会表征理论介于社会学、心理学与人类学的交叉视角下,关注不同社会背景中的社会知识的建构、转换和现实问题的社会心理学范式,并从社会文化层面探讨人们对各种现实问题的“社会共识”(Common Sense Knowledge),以及这种“社会共识”对日常行为的内在规范作用。莫斯科维奇认为社会表征是一系列观念、陈述和解释,它起源于日常生活中个体之间的相互交流的过程^②。社会表征作为一种产生于日常生活的社会共识性知识,被同一组织群体内部的所有成员所共同拥有,并且成为群体成员之间交流与沟通的基础。社会表征理论强调行动和交流的

① 文军:《身体意识的觉醒:西方身体社会学理论的发展及其反思》,《华东师范大学学报》(哲学社会科学版)2008年第6期,第73-81页。

② Moscovici, S., *Social Representations: Explorations in Social Psychology*, Polity Press, 2000; 管健:《社会表征的起源与发展——对莫斯科维奇〈社会表征:社会心理学探索〉的解读》,《社会学研究》2009年第4期,第228-243页。

目的,强调群体的中心性,强调群体影响和个体沟通的重要性,强调社会心理现象和过程只能通过将其放在历史的、文化的和宏观的社会背景中才能进行更好地理解和诠释。因而,对于群体的认知是如何产生并发生改变的,为什么这种改变不简单地存在于个别人身上而是蔓延到社会中的绝大多数群体,甚至成为近乎于“社会共识”的东西呢,社会表征理论的出现正是力图解释这样一个问题。身体意象,作为一种社会表征的存在形式,既是社会文化的载体,又是内在心理机制的隐喻,它背后所潜藏的是更加值得关注的社会情境、心理世界和文化价值。通过社会表征来研究身体意象可以起到推动与创新作用。身体意象的社会表征强调对于身体意象的社会共识,不局限于不同群体的差异原因,而是强调个体与群体如何使用表征来理解关于身体的共同性和共享的现实。

首先,身体意象的社会表征凸显了静态与动态的意蕴。社会表征从理论到实证都力图克服孤立的、静止的、普适的研究地位,将个体或群体在某一社会情境下互动的动态性架构于事物的发展中,这恰恰符合了身体意象在嬗变过程中稳态又动态的发展取向。身体意象看似是个体化的,但是它却是介于个体层、群体层、社会层、文化层的交汇统一体,它将个人的心理行为、社会情境、文化导引都融为一体,在貌似静态、实则动态的系统中寻求稳定平衡点。身体原则被理解为一个象征系统,是一个整体社会的隐喻,稳定而积极的身体意象是良好社会状态的隐喻,而病态的身体意象则是病态社会的隐喻。作为整体社会的隐喻,对身体意象的理解和解释会随着某种社会和历史因素的变化而有所不同。早在1935年,谢尔德就进一步表明,身体意象具有社会性,他相信身体意象必定是社会的,身体意象的所有方面都是通过社会关系建构和培养的。将身体意象纳入社会表征的框架是身体意象最优化的解释机制,它可以被赋予更大的框架和系统中,不会在研究中只见树木不见森林,或太过宽泛而不见细微。

其次,身体意象的社会表征将个体的身体与社会建构的身体有机结合。这一研究框架提高了对身体意象框架研究的解释力。社会表征作为一种在社会互动中形成和运行的机制,既包括符号和信念系统,又包含交流和行为意向,这两方面都体现了特定的社会文化背景。从社会表征的视角考察身体意象,可以提高对该问题的解释力。身体意象被放大进入包括信息传递、社会反应过程等诸多的心理社会因素中,是描述身体意象嬗变流传过程的最好框架,它对于各种反应机制的因果关系具有明显的观照。过去,由于生物决定论的忧虑与致力从社会角度来建构身体意象的想法,已经使身体意象的研究远离了身体的形体性。当我们越来越感知到身体是可以控制的、介入的和改变的,我们将越多越多地关注于生理身体与社会间的边界,使其不再模糊化。身体意象展现了对自我身体外表的认知和评价,它不仅是一种感受,更是个人整体发展的基础,影响着人们的诸多行为、自我概念、自尊、社交行为、自我效能,甚至心理疾病。它不仅是个体的,也是社会的。作为人存在的物质基础,身体是生命的本体,它与自然、社会都发生关系,并且通过身体认知将社会与自我也紧密地关联起来。对身体的认识,不仅关系到个体的建构,也关系到社会的建构。由此,社会表征恰好将个体建构的身体和社会建构的身体有机地结合在一起。它不单单关注身体意象存在的独特特征和分析水平上的差异,它更加关注对这一社会行为和社会心理所发生的宽广的社会脉络的重视。

再次,身体意象是社会性的表征建构和互动的结果。身体意象主要是社会的,人类自己的身体意象从来不是孤立的,而总是同他人的意象相伴生的。既然身体并非是独立于社会的话语形式,相反它的建构必然是社会性的表征建构和互动的结果。身体意象的社会表征正是在特定时空背景下的社会成员所共享的观念、意象、社会知识和社会共识,是一种具有社会意义的关于身体的

符号和系统。它作为一个认知系统和行为模式,在日常生活的互动中嵌入,维持连贯的自我认同,呈现人们的社会规范和价值观念。社会表征对身体意象进行有目的的组织和控制,对行为和交流的取向进行定位,它帮助人们建立起对社会共同体的认知。正如我们所知,身体意象的基本特征是由社会过程产生的,尽管它看起来是一个独立的客体,但它仍旧是一个不能独立于现实的社会表征。我们可以称其为知识的产品,它不能独立于具体时空中持续地生产、独立的存在,它必然建构于社会事实之中。

身体意象对于理解人类经验而言扮演着重要角色,但同时其建构也是极为复杂的,它不仅包含认知、态度与行为,也包括个人对自己以及所感知到别人对自己身体的认知、情感与行为,它持续存在又与环境互动,深受环境影响,又时时影响环境。因而,从社会表征的视角加以诠释有助于我们开拓思路,将其放置于更为广阔的视野中加以理解和分析。当然,身体意象的心理学表达也需要不断充实和完善。长期以来,心理学学者普遍认同身体意象是一个多维层次的结构,但是在此基础上发展出的统一而整合的模型却相对较少。有关身体意象的测量绝大多数仍停留在对局部问题的探讨上,并没有对身体意象的整合性问题提出明确的回答。与此相关联的是测量工具种类繁多,但缺乏较为核心的工具,使得跨文化的研究和数据对比相对困难。这些困境和不足都将成为未来心理学表达中亟待解决的问题,也是身体研究在心理学的社会表征体系中亟待回答的问题。

Social Representations and Psychological Perspective of Body Image

Guan Jian

Abstract: Body image refers to individual's conception of his own body, especially the individual's awareness of his own physical appearance and his physical function in the eyes of others. Body image has its own process and pattern of development in psychological studies. Socio-cultural studies, evolutionary psychology, neurological and genetic studies, cognitive and behavioural studies, and comparative social studies also offer different theoretical frameworks to the study of body image. To study the socio-psychological significance of body image from the perspective of social representative construction can foreground the synergy, made possible by social representation of body image, between the individually constructed body and the socially constructed body, reveal the static and dynamic connotation of body image, and showcase the social and interactive nature of the social representative construction of body image.

Key Words: Body Image; Evolutionary Pattern; Theoretical Framework; Operational Logic; Social Representation

[责任编辑:张栋豪]