

УДК: 159.9

ИЗУЧЕНИЕ НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ «ЛИПЕЦКОГО МЕДИЦИНСКОГО КОЛЛЕДЖА»

Малявина Е.С.¹, Осипова М.А.¹

¹ГАПОУ «Липецкий медицинский колледж, Россия, Липецк, e-mail: psy.domareba@gmail.com

Рассматривается взаимосвязь между самовосприятием собственного тела с проблемой пищевого поведения. Негативный образ собственного тела будет стимулировать подобные нарушения. Расстройство пищевого поведения - это комплексная проблема социального и психосоциального уровня и физиологического уровня и коррекционные программы должны включать в себя не только корректировку пищевого поведения, но и корректировку психологического взаимодействия с социумом. Ключевые слова: пища, нарушение, зависимость, анорексия, булимия

STUDY OF EATING BEHAVIOR DISORDERS OF STUDENTS OF "LIPETSK MEDICAL COLLEGE"

Malyavina E.S.¹, Osipova M. A.¹

¹GAPOU "Lipetsk Medical College, Russia, Lipetsk, e-mail: psy.domareba@gmail.com

The relationship between self-perception of one's own body and the problem of eating behavior is considered. A negative body image will stimulate these kinds of disturbances. Eating disorder is a complex problem of social and psychosocial level and physiological level, and correctional programs should include not only correction of eating behavior, but also correction of psychological interaction with society.

Keywords: food, disorder, addiction, anorexia, bulimia

Начиная с 2000 годов проблема отклонения пищевого поведения среди молодежи становится все более актуальной. Молодые люди особенно податливы влиянию средств массовой информации, которые пропагандируют диетоманию или пищевой аскетизм, обостренное внимание людей к физическим эталонам привлекательности. В последние десятилетия общество предпочитает худобу. В сознании людей чётко закреплён стереотип о том, какой должна быть фигура человека. Худоба в понимании таких людей означает залог успеха, здоровья, привлекательности и т.д. Полнота же ассоциируется с непривлекательностью и ленью. Расстройства пищевого поведения имеют самый высокий риск смертности среди всех психических заболеваний: 20% умрут. Своей работой мы хотели бы обратить внимание на данную проблему среди молодежи.

Цель работы: изучение возможных нарушений пищевого поведения среди студентов «ЛМК».

Гипотеза работы:

Выявление взаимосвязи между неудовлетворённостью образом собственного тела и возможным расстройством пищевого поведения, таким как нервная анорексия и нервная булимия.

Методы исследования:

1. Теоретический и практический анализ литературы по данному вопросу.
2. Проведение анкетирования группы респондентов.

3. Статистический анализ (корреляция по Спирмену для оценки зависимости двух показателей).

Программы профилактики отклонений пищевого поведения среди школьников и студентов на данный момент в России нет, но данная проблема требует к себе пристального внимания. [5] Проблемы само восприятия могут быть причинами депрессии, аддиктивного или отклоняющегося поведения, могут сказываться на учебе и характере межличностных отношений, результаты нашего исследования могут быть использованы психолого – педагогической службой для проведения профилактических работ со студентами группы риска по пищевому нарушению.

Еда — это важный процесс жизни человека. Из еды человек получает не только полезные вещества для насыщения своего организма, но и определенные эмоции.

Расстройства приёма пищи (нарушения пищевого поведения) — класс психогенно обусловленных поведенческих синдромов, связанных с нарушениями в приёме пищи.

Причины возникновения пищевых нарушений могут быть комплексом физиологических, психологических и социальных факторов.

Исследование проводилось у студентов с 1 по 4 курсы. Общее количество исследуемых 178 человек по разным специальностям. Гендерный состав: 167– девушек и 11 юношей.

В ходе обработки результатов исследования стало ясно, что 28% обследуемых студентов недовольны своим собственным телом. Эта группа студентов слишком сконцентрирована на своей внешности, своем весе, эталонных стандартах красоты. За этим в психосоматической симптоматике стоит внутренний психологический конфликт, связанный с нарушением схемы собственного тела и заниженная самооценка.

Среди опрошенных студентов выявлено 7% со склонностью к различным пищевым девиациям.

Между этими показателями имеется линейная зависимость и корреляция равная 0.265. Таким образом, мы подтвердили гипотезу нашей работы.

Дополнительный анализ пищевых расстройств выявил, что из 13 человек с расстройствами пищевого поведения

8 – относятся к ограничительному типу

6 – к эмоциогенному

8 к экстеральному.

У 7 испытуемых одновременно встречается два вида пищевого расстройства.

Что касается гендерной оценке пищевых расстройств, то среди всех испытуемых с признаками расстройств, только 2% юноши, что подтверждает статистику и в популяции в целом по данному заболеванию.

Определяя выраженность пищевых расстройств по курсу обучения, было выявлено, что студенты 2 курса имеют наибольший процент 16% неудовлетворенных от образа собственного тела и как следствие наибольшее количество студентов с нарушенным пищевым поведением (5 человек из 13).

Таким образом, полученные результаты могут дать представления о существующей картине пищевых расстройств у студентов «ЛМК». Более четверти студентов «ЛМК» недовольны своим собственным телом и 7% склонны к пищевой девиации.

Мы не можем оценить эти результаты с подобными исследованиями в других учебных заведениях, так как подобных исследований не проводилось. Но эта та группа студентов, которая требует дополнительных профилактических мероприятий при работе с ними. Мы предлагаем следующие коррекционные мероприятия.

Коррекция должна быть направлена на:

- коррекцию системы ценностей;
- коррекцию неадекватного образа жизни;
- развитие устойчивости к стрессовым факторам;
- развитие уверенности в себе и коррекцию самооценки;
- организацию занятий со студентами для их творческого самовыражения;
- развитие мотивации к здоровому образу жизни;
- развитие коммуникативных навыков для полноценного взаимодействия с социумом.

Гармоничное пищевое поведение – состояние не требует коррекции.

Если к пищевому поведению человек относится иначе, сознательно контролирует или излишне ограничивает свой рацион, то речь может идти о пищевом расстройстве, чем раньше оно будет определено и будет проведена комплексная работа, тем будет лучше.

Литература:

1. Буйнов Л. Г., Пазыркина М. В. Сохранение здоровья школьников как педагогическая проблема. Журнал «Молодой ученый». 2012. № 6 С. 372–375.
2. Балакирева Е. Е. Нервная анорексия у детей и подростков: обзор литературы// Психиатрия, 2005. № 4 (16). С.44–55.
3. Матусевич М. С. Особенности формирования пищевых нарушений у подростков // Молодой ученый. — 2013. — №12. — С. 814-817. — URL <https://moluch.ru/archive/59/8518/> (дата обращения: 06.02.2020).
4. Менделевич В. Д. Пищевые зависимости, аддикции — нервная анорексия, нервная булимия //Руководство по аддиктологии. СПб.: Речь, 2017.
5. Сыромятникова Л. И., Макарова Л. П., Бахтин Ю. К. Значение медико-валеологического образования студентов

и опыт его реализации в педагогическом университете. Журнал «Молодой ученый». 2012. № 6. С.372–375.

6. Сухоруков Д. В. Социологические методы исследования аддиктивного поведения. Профилактическая и клиническая медицина. 2015. № 3. С.61.

7. Шабанова Т.Л. Исследование нарушений пищевого поведения у лиц юношеско-студенческого возраста // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 9. – С. 91-95;

8. <https://meduza.io/feature/2017/04/27/ya-vizhu-v-zerkale-chuzhogo-cheloveka>