

*Валерия Алипенко, студентка 4-го курса специальности психология
Херсонский государственный университет, г. Херсон, minniexiuinnie@gmail.com*

*Виталия Шебанова, д.психол.наук, профессор
Херсонский государственный университет, г. Херсон, vitaliashebanova@gmail.com*

ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ С РАССТРОЙСТВАМИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ И МОТИВЫ КОРРЕКЦИИ ВЕСА

Аннотация

В статье показано исследование взаимосвязи самооценки и расстройств пищевого поведения субклинического спектра, а также мотивов коррекции веса у подростков

Abstract

The article shows the research of the correlation between self-esteem and subclinical eating disorders, as well as the motives for weight correction in adolescents.

Актуальность проблемы исследований пищевого поведения обусловлены значительными темпами роста среди разных возрастных групп (Л.М. Абсалямова, О.Е. Бобров, В.В. Грачев, В.П. Зайцев, М.И. Кириленко, О.А. Скугаревский, В.И. Шебанова, Ю.С. Шевченко и др.).

Специалисты, работающий в данном направлении отмечают, что формирование расстройств пищевого поведения зачастую происходит начинается с подросткового возраста. Так, А.В. Качинская отмечает, что для подростков 12-16 лет характерно повышенное внимание и интерес к собственному телу и его изменениям. При этом по ее мнению на восприятие тела влияют такие составляющие: эмоциональная реакция на изменения тела, его форму и вес, а также общее удовлетворение им [1].

Для изучения взаимосвязи между самооценкой и расстройствами пищевого поведения нами использовались тест ЕАТ-26 и модифицированная нами методика самооценки личности Дембо-Рубинштейн. В исследовании приняли участие 30 подростков 12-16-ти лет, не имеющие диагноза «расстройство пищевого поведения».

Анализ результатов исследуемых по модифицированной нами методике самооценки позволяет констатировать, что у 63,3% респондентов низкий уровень самооценки.

Данные, полученные по результатам теста ЕАТ-26, показали, что 46,7% подростков имеют признаки нарушения пищевого поведения.

Корреляционный анализ данных по двум методикам позволил выявить высокую обратную негативную корреляцию исследуемых феноменов, что подтверждает тесную взаимосвязь самооценки и расстройств пищевого поведения субклинического спектра.

Для изучения мотивов коррекции веса была использована методика «Диагностика мотивации коррекции веса» В.И. Шебановой [2; 3]. Анализ полученных результатов выявил, что наиболее характерными мотивами коррекции веса у подросткам являются: «стремление быть привлекательным для себя или любимого человека» (65%), «негативное отношение к своей фигуре или отдельным частям тела» (60%), «страх пополнеть, плохо выглядеть, быть менее подвижным, больным» (55%), «желание чувствовать себя уверенно» (52,5%) и «стремление обрести «идеальную» фигуру в соответствии со стандартом красоты» (47,5%).

Также, следует отметить, что мотивы «стремление обрести «идеальную» фигуру в соответствии со стандартом красоты» и «желание избавиться от чувства неполноценности» с одинаковой частотой (47,5%) выбирались респондентами, поэтому разделили пятый приоритет среди мотивов коррекции веса.

Наименее приоритетными оказались мотивы «желание добиться одобрения родственников и окружающих», а также «стремление к профессиональному росту».

Дополнительно было принято решение сравнить отличия в выборе мотивов коррекции веса среди подростков мужского и женского пола.

Данное сравнение позволило выявить, что мотивы «стремление быть привлекательным для себя или любимого человека» и «негативное отношение к своей фигуре или отдельным частям тела» пользуются большей популярностью среди подростковой выборки мужского пола (53%). В то же время для подростковой выборки женского пола наиболее предпочитаемый мотив коррекции веса: «страх пополнеть, плохо выглядеть, быть менее подвижным, больным» (54%).

Мотив «желание чувствовать себя уверенно» характерен как женской, так и мужской половине исследуемых одинаково.

В данной подростковой выборке мотивы «стремления обрести «идеальную фигуру» согласно стандартам красоты» и «желание избавиться от чувства неполноценности» свойственны для мужского пола (63% из выбравших данный мотив в числе приоритетных).

Менее приоритетные мотивы, такие как «стремление вернуть отношения с любимым человеком» и «желание завоевать восторг одноклассников», а также «стремление к карьерному росту» и «желание поднять самооценку путем победы над весом» более характерны для женской части респондентов.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Качинская А. В. Факторы влияния на развитие самоотношения в подростковом возрасте. *Образование и развитие одаренной личности*. 2013. № 8-9. С. 105-107. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Otros_2013_8-9_24
2. Шебанова В. И. Тренинг нормализации пищевого поведения: Программа психологического сопровождения на пути к свободе от переедания «Парус мечты». Практическое руководство. Херсон : ПП Вишемирский В. С., 2014. 394 с.

3. Шебанова В. І. Опитувальник мотивації корекції ваги. Авторське свідоцтво № 64425 від 10.03.2016. К.: Державна служба інтелектуальної власності України.