

# РИСКИ РАССТРОЙСТВ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ И НЕУДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ СОБСТВЕННЫМ ТЕЛОМ У ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ РАЗНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА



Выполнила

Гончарук Александра  
студентка МБФ, спец.  
«Клиническая психология»,  
гр. 5403

Руководитель:

Каштанова Т.В.

канд. мед. наук, доцент кафедры  
фундаментальной психологии и  
поведенческой медицины



*«Мы учим и лечим с 1888 года»*

СИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

## Актуальность исследования

- ✓ В связи с повышенным вниманием к физическому состоянию спортсмены относятся к группе повышенного риска возникновения расстройств пищевого поведения. Однако величина данного риска варьируется в зависимости от вида спорта и пола (Н. А. Зязина, 2015). Девушки чаще страдают нарушениями пищевого поведения, чем юноши (М.Ю. Келина, Е.В. Маренова, Т.А. Мешкова, 2011). Требования, предъявляемые видом спорта, нередко приводят к попыткам спортсмена снизить вес любой ценой (В. Г. Лифляндский, 2007).
- ✓ В ближайшей социальной среде девушки подростки уделяют внимание телесным особенностям, потому что идет перестройка организма и тело начинает меняться, что часто вызывает недовольство своей внешностью (Ильина Н.Л., Егоренко Л.А, 2015). Озабоченность внешностью достигла колоссальных размеров и охватывает все больше девушек подростков (Келина М. Ю. , Маренова Е.В, Мешкова Т. А, 2013). Нежелание признавать факт естественного роста массы тела с возрастом, поддержание телесной формы часто заставляет юных спортсменок использовать контрпродуктивные пищевые стратегии (диеты, сокращение приёма пищи), что оказывает разрушительные последствия на здоровье и работоспособность спортсменов (В. Г. Лифляндский, 2007).
- ✓ В связи с этим очевидна актуальность изучения рисков расстройств пищевого поведения и неудовлетворенность собственным телом у девушек, занимающихся разными видами спорта.



**Цель:** исследовать риски расстройств пищевого поведения и уровень неудовлетворенности собственным телом у девушек подросткового возраста, занимающихся разными видами

**Задачи:**

1. Изучить риски расстройств пищевого поведения у девушек, занимающихся разными видами спорта.
2. Исследовать неудовлетворенность собственным телом у девушек, занимающихся разными видами спорта.
3. Исследовать взаимосвязь рисков расстройств пищевого поведения со стажем занятий, возрастом у девушек, занимающихся разными видами
4. Исследовать взаимосвязь неудовлетворенность собственным телом со стажем занятий, возрастом у девушек, занимающихся разными видами спорта.

**Объект:** расстройства пищевого поведения и неудовлетворённость собственным телом

**Предмет:** риски расстройств пищевого поведения и неудовлетворённость собственным телом у девушек подросткового возраста, занимающихся разными видами спорта

# Материалы и методы

## Характеристика выборки

Девушки спортивных школ и спортивной школы Олимпийского резерва города Томска, 205 девушек в возрасте 14-16 лет, из них:

52,1%

20,4%

27,3%

баскетбол

Виды спорта

акробатика

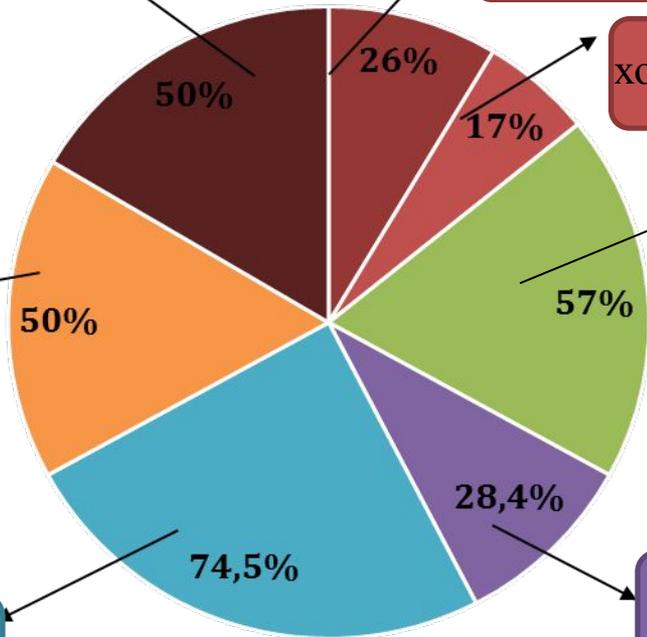
хореография

танцы

лёгкая атлетика

волейбол

плавание



# Критерии включения в выборку

- Женский пол в возрасте от 14 до 18 лет
- Систематические занятия профессиональными видами спорта в течение не менее 2-х лет
- Действующие спортсмены на момент исследования
- ИМТ = от 18 до 25
- Удовлетворены жилищными условиями
- Отсутствие вредных привычек
- Сохранение режима питания и сна-бодрствования
- Отсутствие заболеваний нервной системы, черепно-мозговых травм, психических расстройств, когнитивных и аффективных расстройств



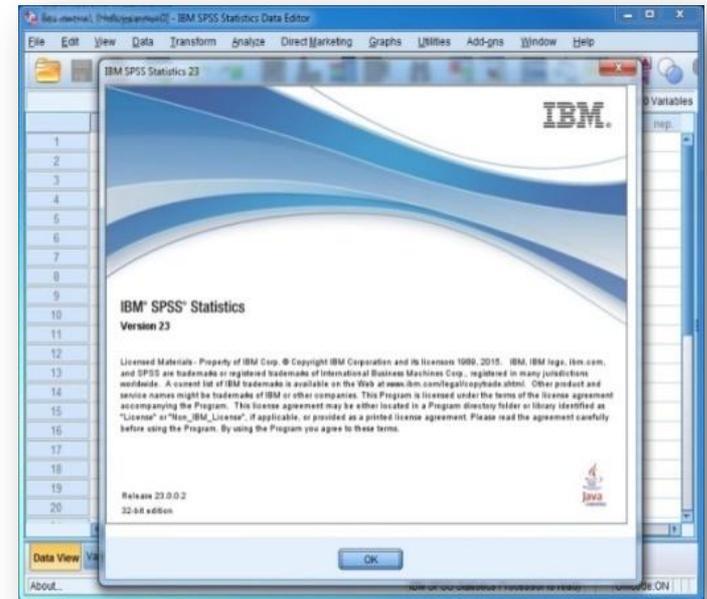
# Материалы и методы

## Методики

«Eating Attitudes Test» (EAT-26)  
(David M. Garner)

«Шкала оценки пищевого поведения»  
(ШОПП) (Ильчик О.А., Сивуха С.В.,  
Скугаревский О.А.)

«Опросник образа собственного  
тела» (ООСТ) (Сивуха С.В.,  
Скугаревский О.А.)



IBM SPSS Statistics v. 23.0.



# Результаты исследования пищевого поведения

## Методика ЕАТ-26

«Увлечение диетами»



«Булимия»



«Оральный контроль»

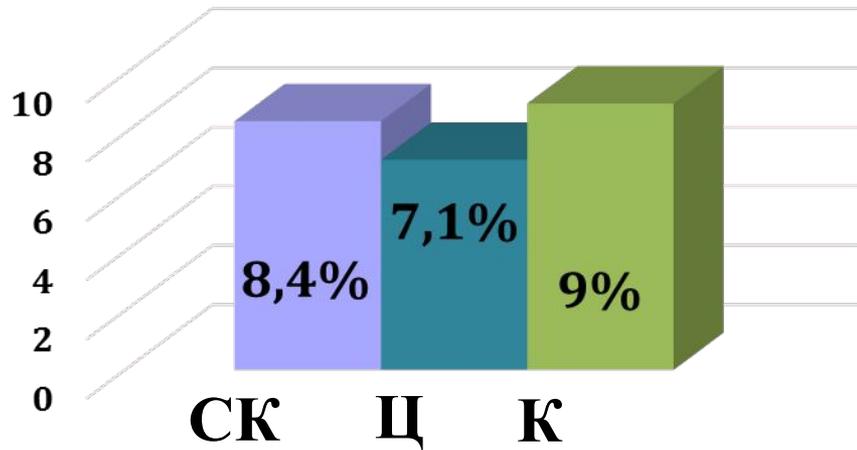


Диаграмма 1- Риск возникновения отклонений в пищевом поведении

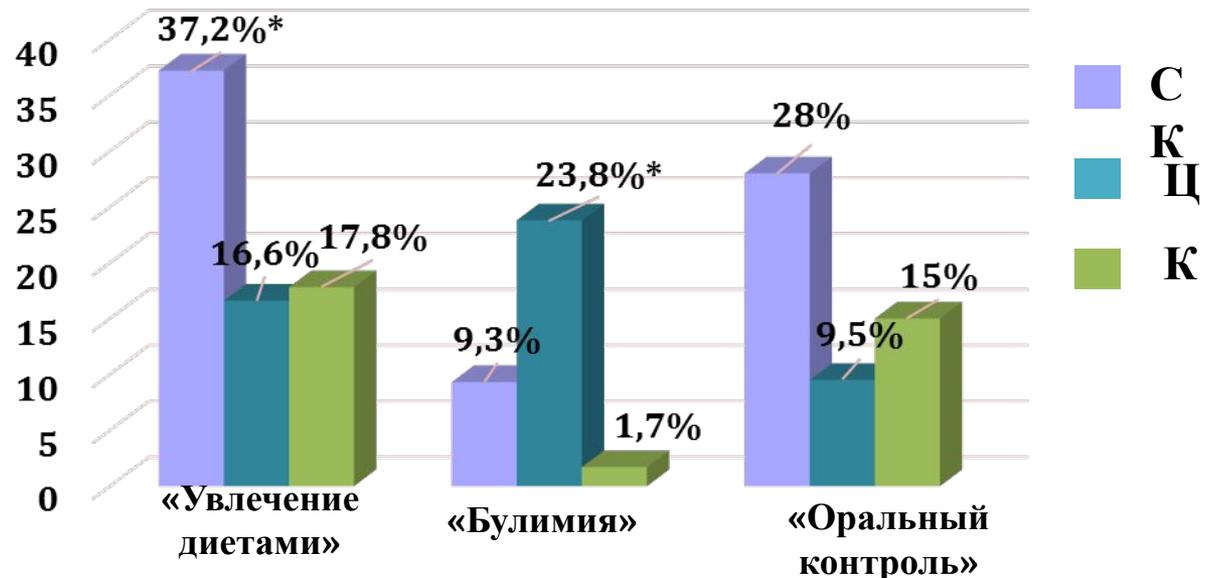


Диаграмма 2 - Шкалы методики ЕАТ-26, \* - статистическое значимое различие,  $p < 0.05$

# Результаты исследования пищевого поведения

## Методика «Шкала оценки пищевого поведения»

■ СК ■ Ц ■ К

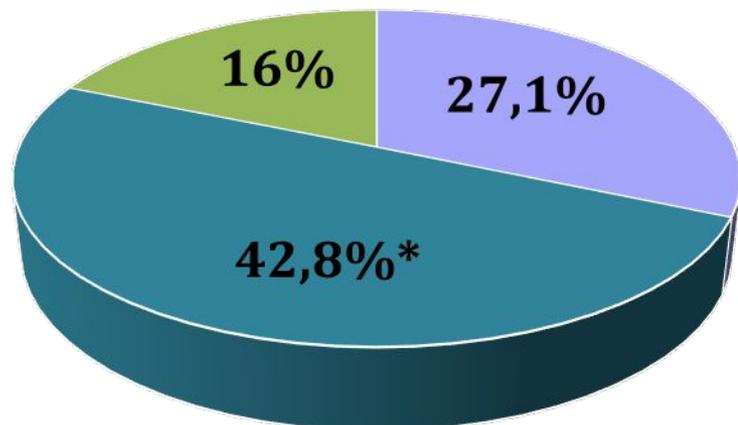


Диаграмма 3 – шкала «Неудовлетворённость телом», \* - статистическое значимое различие,  $p < 0.05$

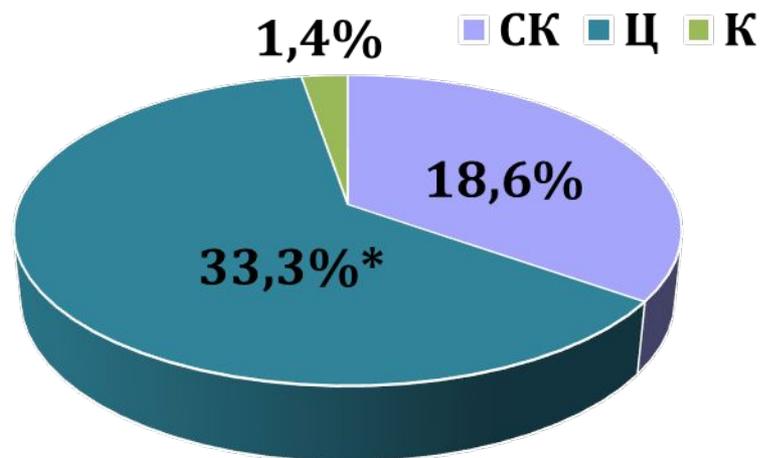


Диаграмма 4 – шкала «Неэффективность», \* - статистическое значимое различие,  $p < 0.05$



www.shutterstock.com 40927093

# Результаты исследования пищевого поведения

## Методика «Шкала оценки пищевого поведения»

■ Ц ■ К

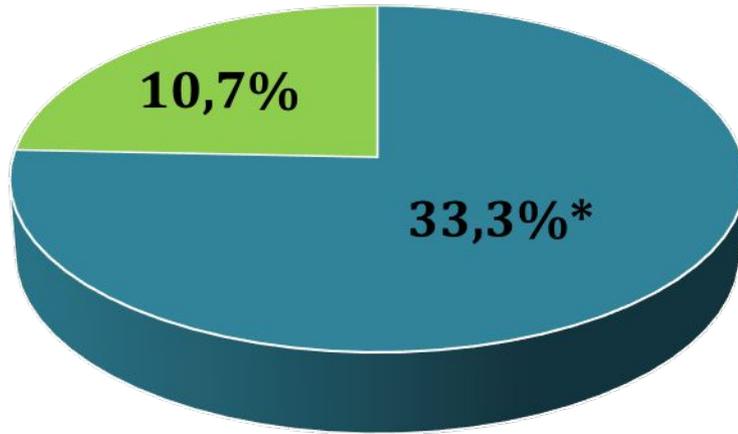


Диаграмма 5 – шкала «Интероцептивная некомпетентность», \* - статистическое значимое различие,  $p < 0.05$

■ Ц ■ К

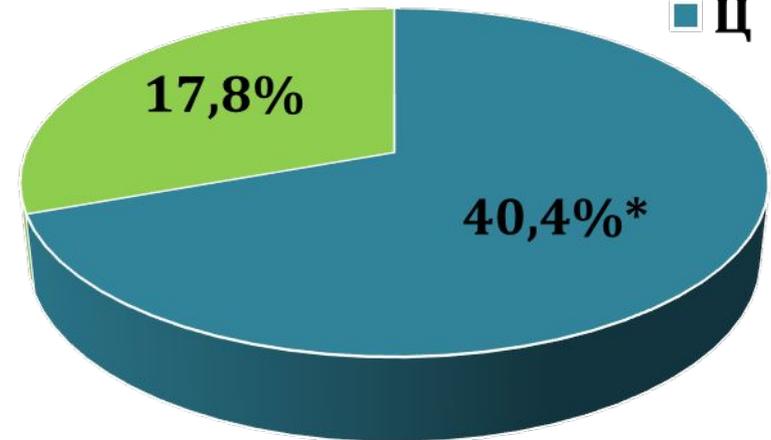


Диаграмма 6 – шкала «Недоверие в межличностных отношениях», \* - статистическое значимое различие,  $p < 0.05$



# Результаты исследования пищевого поведения

## Методика «Шкала оценки пищевого поведения»

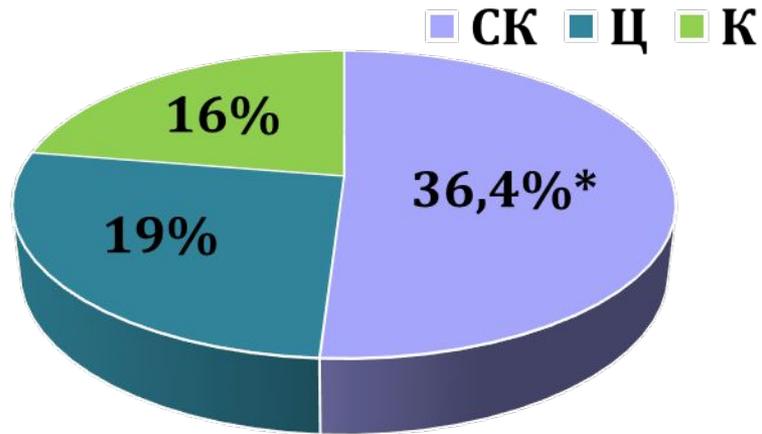


Диаграмма 6 – шкала «Стремление к худобе», \* - статистическое значимое различие,  $p < 0.05$

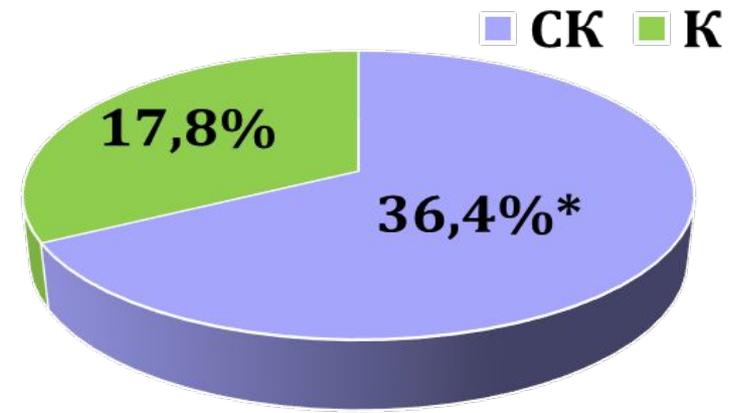


Диаграмма 7 – шкала «Недоверие в межличностных отношениях», \* - статистическое значимое различие,  $p < 0.05$

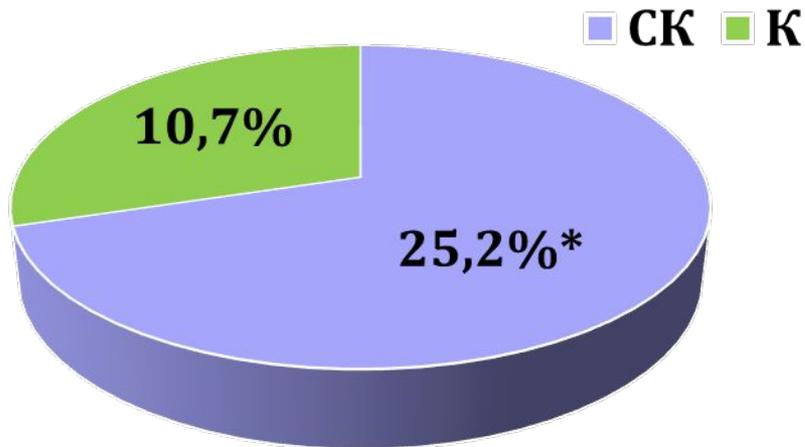


Диаграмма 8 – шкала «Интроцептивная некомпетентность», \* - статистическое значимое различие,  $p < 0.05$

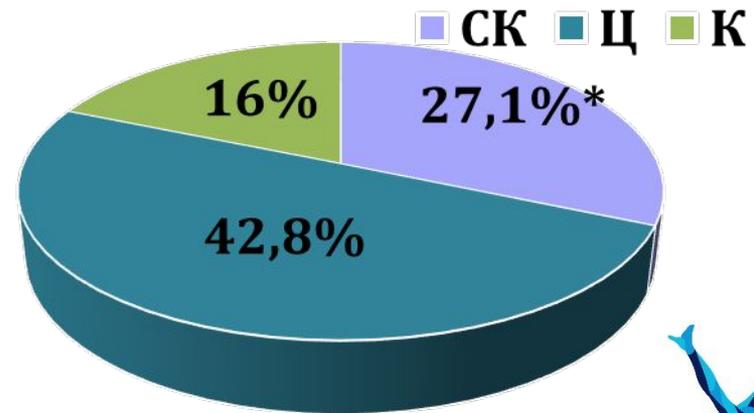


Диаграмма 9 – шкала «Неудовлетворённость телом», \* - статистическое значимое различие,  $p < 0.05$



# Результаты исследования восприятия образа тела

## Методика «Опросник образа собственного тела»

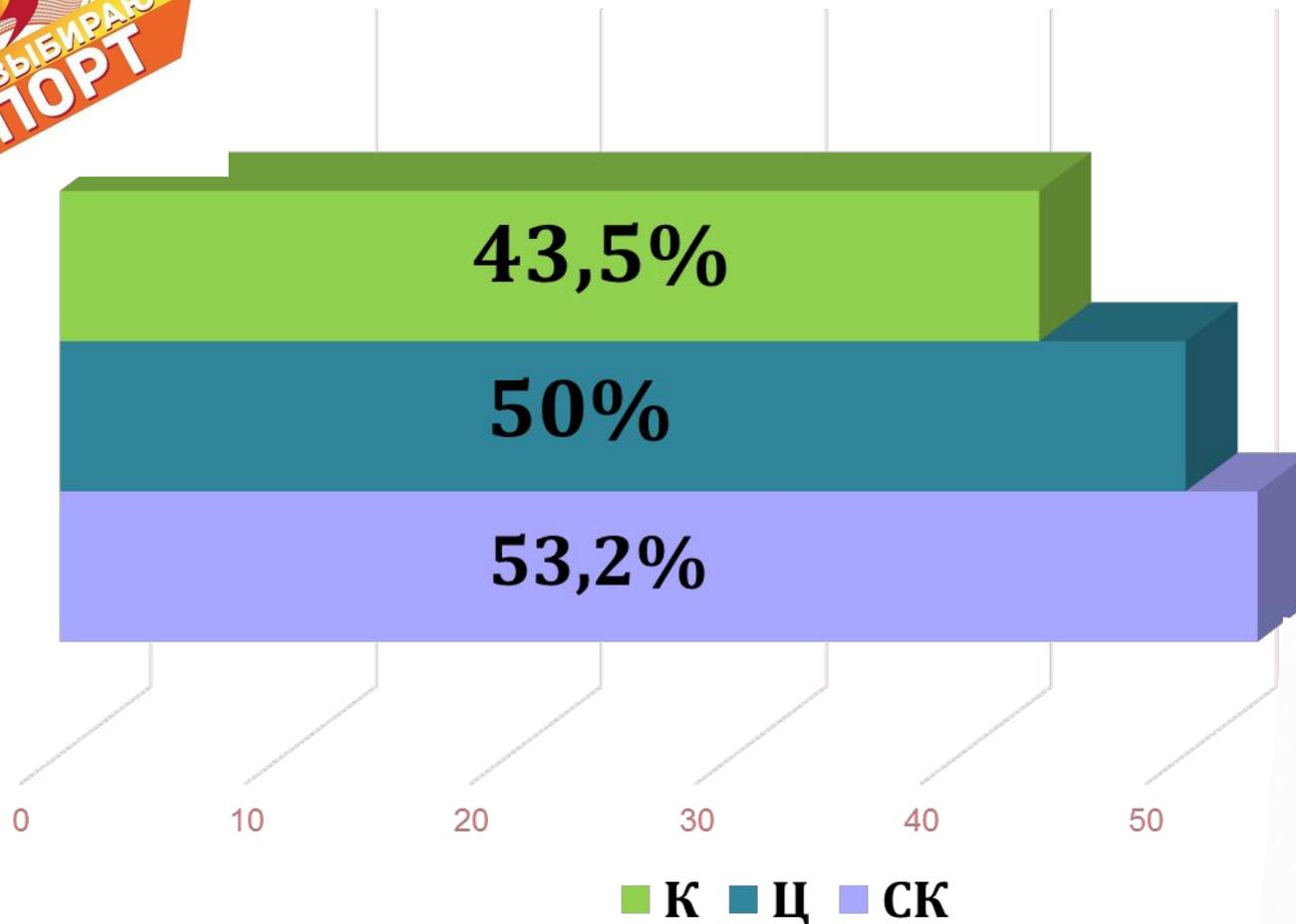


Диаграмма 10 – Уровень неудовлетворённости собственным телом



# Результаты взаимосвязи в исследовании



# ВЫВОДЫ

**У девушек спортсменок подросткового возраста риски дезадаптивного пищевого поведения по шкалам методик диагностики варьируют в зависимости от вида спорта.**

**У девушек спортсменок подросткового возраста выраженный уровень неудовлетворённости собственным телом варьируется в зависимости от вида спорта.**

**У легкоатлеток с увеличением стажа занятий спортом увеличивается неудовлетворённость собственным телом. У волейболисток с увеличением возраста увеличивается неудовлетворённость собственным телом.**

**Спорт - это жизнь, это движение, это здоровье!**



Я   
СПОРТ



**Благодарю за внимание!**