

2 Мотивация спортивной деятельности [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://psylist.net/sport/fivo069.htm>. – Дата доступа: 16.04.2024.

3 Мотивы занятий спортом // Спортивный клуб единоборств MAGMA [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.magma-team.ru/testy/motivy-zanyatiy-sportom>. – Дата доступа: 12.04.2024.

М. А. Красюк

Научный руководитель: Е. В. Дробышевская
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ
У ПОДРОСТКОВ И ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ**

В статье рассматриваются современные подходы к изучению понятия нарушения пищевого поведения. Автором приводятся данные эмпирического исследования взаимосвязи пищевого поведения у подростков и детско-родительских отношений.

Ключевые слова: расстройство, подростковый возраст, пищевое поведение, родители, пища.

М. А. Krasyyuk

Scientific supervisor: E. V. Drobyshevskaya
Francisk Skorina Gomel State University,
Gomel, Republic of Belarus

**THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING BEHAVIOR IN ADOLESCENTS
AND CHILD-PARENT RELATIONSHIPS**

The article discusses modern approaches to the study of the concept of eating disorders. The author presents the data of an empirical study of the relationship between eating behavior in adolescents and child-parent relations.

Keywords: disorder, adolescence, eating behavior, parents, food.

Проблемы, связанные с нарушением пищевого поведения, представляют собой серьезное психологическое расстройство, которое особенно часто проявляется в подростковом возрасте. Согласно данным Всемирной организации здравоохранения, на сегодняшний день число людей с такими нарушениями превышает 14 миллионов. Подростковый период является наиболее чувствительным возрастом для возникновения этих нарушений.

Раннее выявление изменений в пищевых привычках и настроении подростков имеет большое значение. Особого внимания требуют случаи, когда подростки начинают демонстрировать необычные пищевые предпочтения, избегать социальной активности или показывать признаки депрессивного состояния. Своевременная диагностика и помощь могут существенно улучшить прогноз и предотвратить развитие тяжелых последствий.

Пищевое поведение играет ключевую роль в формировании образа жизни. Как утверждал основатель гуманистической психологии А. Маслоу, потребность в пище – одна из базовых биологических потребностей. В соответствии с его теорией, удовлетворение потребностей, связанных с выживанием, необходимо для реализации потребностей более высокого уровня. Отклонения в области питания приводят к формированию патологических установок, которые выражаются нарушениями в приеме пищи, чрезмерной озабоченностью массой тела и искаженным отношением к еде.

Период подросткового развития отличается значительными физическими, эмоциональными и психологическими изменениями, что делает его одним из наиболее сложных этапов формирования личности. Влияние психологических факторов на характер питания известно давно, однако в последние годы масштабы таких нарушений значительно возросли. Самооценка в данном возрасте часто выполняет функцию психологической защиты. Стремление создать положительный образ «Я» нередко приводит к акцентуации собственных достоинств и минимизации недостатков.

Важным фактором в психическом развитии ребенка являются особенности взаимоотношений с родителями. В ранние годы жизни питание ребенка претерпевает значительные изменения: от исключительно молочного рациона до более разнообразного рациона взрослого человека. На этом этапе закладываются индивидуальные особенности в контроле потребления пищи. Родители играют ключевую роль в формировании раннего пищевого опыта ребенка, оказывая влияние через механизмы научения.

В литературе (например, в работе О. А. Скугаревского «Нарушение пищевого поведения») подчеркивается, что родители детей с нарушениями пищевого поведения сталкиваются с трудностями в поиске баланса между необходимостью контроля и предоставлением ребенку автономии. В частности, гиперпротекция и противоречивые воспитательные подходы могут усиливать такие нарушения. Родители подростков с нервной анорексией, как правило, демонстрировали выраженное беспокойство и использовали противоречивые сообщения, что способствовало возникновению напряженных отношений.

Подростки с расстройствами пищевого поведения, создавая собственные семьи, часто сталкиваются с трудностями в межличностных отношениях. Проблемы в этих семьях связаны с недостаточной открытостью, низким уровнем интимности и дефицитом навыков коммуникации.

Цель исследования: изучить взаимосвязь между особенностями пищевого поведения у подростков и детско-родительскими отношениями. Характеристика выборки: В исследовании участвовали 30 подростков в возрасте 14–15 лет, среди которых 22 девушки и 8 юношей. Подростковый возраст характеризуется высокой частотой проявления расстройств пищевого поведения.

Для выявления девиаций в пищевых привычках использовался опросник «Отношение к приему пищи (ЕАТ-26)». Этот инструмент не ставит диагноз, однако позволяет выделить группу риска, нуждающуюся в консультации. Для оценки особенностей воспитательных подходов родителей, как их воспринимают подростки, применялась методика «Поведение родителей и отношение подростков к ним». Она включает пять шкал: позитивный интерес; директивность; враждебность; автономность; непоследовательность. Результаты диагностики представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты исследования с использованием опросника «ЕАТ-26», в %

Тип пищевого поведения	Девочки	Мальчики
Есть симптомы НПП	19	0
В пределах нормы	81	100

Анализируя данные, представленные в таблице 1, можно отметить следующие выводы. Среди подростков женского пола 81 % участниц в возрасте 14–15 лет оценивают свое пищевое поведение как нормальное, тогда как 19 % демонстрируют признаки нарушений пищевого поведения (НПП). Все подростки мужского пола, участвовавшие в исследовании, показали нормальные показатели пищевого поведения.

Для обработки данных использовался коэффициент корреляции Пирсона, который позволяет выявить наличие линейной связи между двумя переменными. Данный коэффициент оценивает степень взаимосвязи и характер связи (положительный или отрицательный) между изучаемыми факторами [3, с. 200].

Статистический анализ с использованием коэффициента Пирсона выявил следующие корреляционные зависимости: отрицательные корреляции, между показателем «Позитивный интерес» и признаками нарушений пищевого поведения ($r_{s \text{ эмп}} = -0,385 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$). Это свидетельствует о том, что проявление матерью позитивного интереса снижает риск развития НПП; между «Автономностью» ($r_{s \text{ эмп}} = -0,319 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$) и «Близостью» ($r_{s \text{ эмп}} = -0,399 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$) также отмечена отрицательная связь, что указывает на снижение риска НПП при наличии автономии и близких отношений между матерью и подростком; положительные корреляции: показатели «Директивность» ($r_{s \text{ эмп}} = 0,478 > r_{s \text{ кр}} = 0,46$ при $p \geq 0,01$), «Враждебность» ($r_{s \text{ эмп}} = 0,371 > r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$), «Непоследовательность» ($r_{s \text{ эмп}} = 0,413 > r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$) и «Критика» ($r_{s \text{ эмп}} = 0,521 > r_{s \text{ кр}} = 0,46$ при $p \geq 0,01$) демонстрируют прямую связь с риском развития НПП.

Повышенные показатели директивности, враждебности, непоследовательности и критики со стороны матери увеличивают вероятность возникновения НПП у подростков. В то же время, позитивный интерес, автономия и близкие отношения оказывают защитное влияние.

Анализ взаимосвязей между детско-родительскими отношениями и пищевым поведением подростков выявил следующее: положительные корреляции: «Враждебность» ($r_{s \text{ эмп}} = 0,172 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$) и «Непоследовательность» ($r_{s \text{ эмп}} = 0,305 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$) связаны с повышением риска НПП; отрицательные корреляции: показатели «Позитивный интерес» ($r_{s \text{ эмп}} = -0,337 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$), «Директивность» ($r_{s \text{ эмп}} = -0,201 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$), «Автономность» ($r_{s \text{ эмп}} = -0,298 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$), «Близость» ($r_{s \text{ эмп}} = -0,145 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$) и «Критика» ($r_{s \text{ эмп}} = -0,055 < r_{s \text{ кр}} = 0,36$ при $p \geq 0,05$) демонстрируют обратную связь с НПП.

Интерпретация результатов: враждебность и непоследовательность в поведении отца увеличивают риск развития нарушений пищевого поведения. В то же время такие факторы, как позитивный интерес, директивность, автономность, близость и критика, связаны с его снижением.

Полученные данные подтверждают, что детско-родительские отношения играют значительную роль в формировании пищевого поведения у подростков. Высокий уровень директивности, враждебности и непоследовательности в воспитании, наряду с постоянной критикой, повышают вероятность развития НПП. Важно отметить, что конструктивный стиль общения, поддержка, автономия и позитивное внимание родителей могут выступать как защитные факторы.

Для профилактики нарушений пищевого поведения у подростков требуется внедрение гибких методов воспитания, учитывающих индивидуальные потребности ребенка. Родители должны стремиться к созданию гармоничных отношений, минимизируя использование директивных и критикующих стратегий. Учитывая потенциальные последствия для физического и психического здоровья подростков, своевременные меры по выявлению и коррекции НПП являются ключевыми в их профилактике.

Список использованных источников

- 1 Кон, И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – М. : Просвещение, 1989. – 255 с.
2. Скугаревский, О. А. Нарушения пищевого поведения / О. А. Скугаревский. – М. : Эксмо, 2007. – 342 с.
3. Сидоренко, Е. В. Математические методы обработки в психологии / Е. В. Сидоренко. – СПб. : ООО «Речь», 2003. – 350 с.