

А. М. Сыч

Научный руководитель: О. А. Короткевич

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

г. Гомель, Республика Беларусь

ВЗАИМОСВЯЗЬ СТИЛЯ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ И СКЛОННОСТИ К ПИЩЕВОЙ АДДИКЦИИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

В статье обосновывается актуальность исследования проблемы пищевой аддикции и склонности к ней в юношеском возрасте. Автор приводит описание результатов эмпирического исследования взаимосвязи стиля семейного воспитания и склонности к пищевой аддикции в юношеском возрасте.

Ключевые слова: пищевая аддикция, юношеский возраст, стиль семейного воспитания.

A. M. Sych

Scientific advisor: O. A. Korotkevich

Francisk Skorina Gomel State University

Gomel, Republic of Belarus

THE CORRELATION BETWEEN PARENTING STYLE AND FOOD ADDICTION TENDENCIES IN ADOLESCENCE

The article substantiates the relevance of studying the problem of food addiction and susceptibility to it during adolescence. The author presents the results of an empirical study on the correlation between parenting style and the tendency toward food addiction in adolescents.

Keywords: food addiction, adolescence, parenting style.

В настоящее время вопросы, касающиеся благополучия и здоровья молодежи, становятся все более актуальными. Пищевая зависимость (пищевая аддикция) – вид нарушения поведения, при котором прием или отказ от еды носит навязчивый характер [1]. Пищевая зависимость является патологической тягой к отдельным видам пищи и может приводить к значительным нарушениям как в физическом, так и в психоэмоциональном состоянии юношей и девушек. По данным Национальной ассоциации по расстройствам пищевого поведения, 95 % людей с расстройствами пищевого поведения находятся в возрасте от 12 до 25 лет [2].

Формирование пищевых привычек обусловлено множеством факторов, одним из ключевых среди которых является стиль семейного воспитания. Стиль семейного воспитания – это наиболее характерные формы взаимоотношений родителей с ребенком с использованием определенных средств и методов педагогического воздействия, которые выражаются в своеобразной форме словесного обращения и взаимодействия [3]. Семья – это первая и наиболее значимая социальная среда, в которой происходит социализация ребенка, а также формируются базовые представления о питании, вкусовые предпочтения и пищевые привычки, которые могут сохраниться на протяжении всей жизни. Стили семейного воспитания представляют собой набор методов, подходов и стратегий, которые родители применяют для воспитания своих детей. Исследования показывают, что разные стили воспитания могут оказывать значительное влияние на формирование личностных качеств, поведения и даже здоровья юношей и девушек.

Осознание влияния стилей семейного воспитания на формирование пищевых зависимостей играет ключевую роль в создании эффективных мер профилактики и коррекционного воздействия.

Целью исследования, организованного на базе ГУО «Средняя школа № 1 г. Добруша», было изучение влияния семейных стилей воспитания на возникновение нарушений пищевого поведения в юношеском возрасте. В исследовании приняло участие 80 респондентов юношеского возраста (средний возраст 16-17 лет), из них 41 юноша и 39 девушек.

При проведении исследования были использованы следующие психодиагностические методики:

1. Методика «Шкала оценки пищевого поведения, ШОПП/EDI» (О. А.Ильчик, С. В. Сивуха, О. А. Скугаревский, С. Суихи. Русскоязычная адаптация методики). Цель методики – выявить расстройства пищевого поведения, включая нервную анорексию и нервную булимию, а также оценить психологические и поведенческие характеристики, связанные с этими расстройствами.

2. Методика «Стили семейного воспитания в отражении подростков» (Е. Н. Каткова, А. С. Гахова). Цель методики – определить преобладающий стиль семейного воспитания, характеризующего взаимоотношения между родителями и ребёнком, а также уровня контроля и эмоциональной поддержки в семье.

При исследовании оценки риска формирования нарушений пищевого поведения был использован опросник «Шкала оценки пищевого поведения» (О. А. Ильчик, С. В. Сивуха, О. А. Скугаревский, С. Суихи).

Анализируя данные по шкале «Стремление к худобе», можно сказать что, высокая степень стремления к худобе диагностирована у 39 % девушек и 3 % юношей, средняя – у 46 % девушек и 51 % юношей, 15 % девушек и 46 % юношей показали низкий уровень стремления к худобе. Данная шкала демонстрирует чрезмерное беспокойство о весе и систематические попытки похудеть.

Шкала «Булимия» характеризуется побуждением к наличию эпизодов переедания и очищения. Анализируя данные, можно сказать, что высокая степень булимии выявлена у 31 % девушек и 7 % юношей, средняя – у 23 % девушек и 27 % юношей, низкая – у 46 % девушек и 66 % юношей.

Высокая степень неудовлетворенности телом по шкале «Неудовлетворённость телом» диагностирована у 44 % девушек и 8 % юношей, средняя – у 33 % девушек и 46 % юношей, низкая – у 23 % девушек и 46 % юношей. Данный показатель демонстрирует оценку определенных частей тела (бедра, грудь и ягодицы) которые могут восприниматься как чрезмерно толстые.

По шкале «Неэффективность» которая подразумевает собой ощущение общей неадекватности (имеется в виду чувство одиночества, отсутствие ощущения безопасности) и неспособности контролировать собственную жизнь, можно говорить, что высокая степень неэффективности диагностирована у 39 % девушек и 12 % юношей, средняя – у 33 % девушек и 54 % юношей, низкая – у 28 % девушек и 34 % юношей.

Данные по шкале «Перфекционизм» свидетельствуют о том, что высокая степень неадекватного завышения ожиданий в отношении высоких достижений и неспособность прощать себе недостатки были диагностированы у 15 % девушек и 3 % юношей, средняя – у 57 % девушек и 51 % юношей, низкий уровень характерен для 28 % девушек и 46 % юношей.

Шкала «Недоверие в межличностных отношениях» описывает чувство отстраненности от контактов с окружающими. Высокий уровень недоверия характерен для 44 % девушек и 39 % юношей, средний уровень присущ 46 % девушкам и 41 % юношам, низкий уровень диагностирован у 10 % девушек и 20 % юношей.

Высокая степень по шкале «Интероцептивная некомпетентность», которая характеризуется дефицитом уверенности в отношении распознавания чувства голода и насыщения, диагностирована у 33 % девушек и 5 % юношей, средняя у – 51 % девушек и 56 % юношей, низкая у – 16 % девушек и 39 % юношей.

Общие результаты исследования по методике «Шкала оценки пищевого поведения, ШОПП/EDI» для юношей и девушек представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты исследования риска формирования нарушений пищевого поведения среди юношей и девушек полученные с помощью опросника «Шкала оценки пищевого поведения» (О. А. Ильчик, С. В. Сивуха, О. А. Скугаревский, С. Суихи)

Название шкалы	Девушки (в %)			Юноши (в %)			Всего по выборке (в %)		
	выс.	ср.	низ.	выс.	ср.	низ.	выс.	ср.	низ.
Стремление к худобе	39 %	46 %	15 %	3 %	51 %	46 %	21 %	48 %	31 %
Булимия	31 %	23 %	46 %	7 %	27 %	66 %	19 %	25 %	56 %
Неудовлетворенность телом	44 %	33 %	23 %	8 %	46 %	46 %	26 %	40 %	34 %
Неэффективность	39 %	33 %	28 %	12 %	54 %	34 %	25 %	44 %	31 %
Перфекционизм	15 %	57 %	28 %	3 %	51 %	46 %	9 %	54 %	37 %
Недоверие в межличностных отношениях	44 %	46 %	10 %	39 %	41 %	20 %	41 %	44 %	15 %
Интероцеп. некомп.	33 %	51 %	16 %	5 %	56 %	39 %	19 %	53 %	28 %

Для девушек, учувствовавших в исследовании, характерно следующее: 46 % средняя степень стремления к худобе; 46 % низкая степень стремления к булимии; 44 % высокая степень неудовлетворённости телом; 39 % высокая степень неэффективности; 57 % средняя степень перфекционизма; 46 % средняя степень недоверия в межличностных отношениях; 51 % средняя степень интероцептивной некомпетентности.

Для юношей отличительным является: 51 % средняя степень стремления к худобе; 66 % низкая степень стремления к булимии; 46 % средняя и низкая степень неудовлетворенности телом; 54 % средняя степень неэффективности; 51 % средняя степень перфекционизма; 41 % средняя степень недоверия в межличностных отношениях; 56 % средняя степень интероцептивной некомпетентности.

В ходе исследования стилей семейного воспитания была использована методика «Стили семейного воспитания в отражении подростков» (Е. Н. Каткова, А. С. Гахова).

Результаты исследования по методике «Стили семейного воспитания в отражении подростков» представлены на рисунке 1.

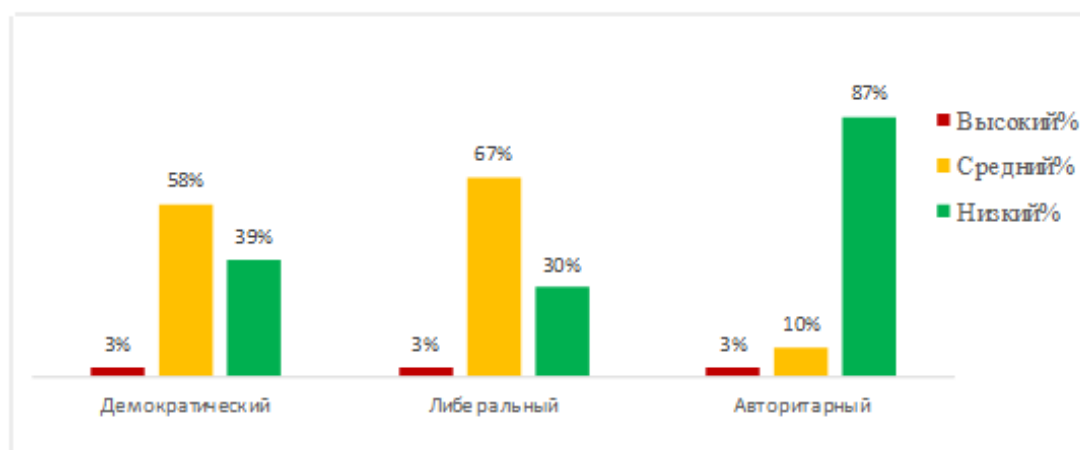


Рисунок 1 – Результаты исследования стилей семейного воспитания среди юношей и девушек полученные с помощью опросника «Стили семейного воспитания в отражении подростков» (Е. Н. Каткова, А. С. Гахова)

В результате прохождения методики респонденты показали, что 3 % имеют высокий уровень демократического стиля воспитания, 58 % – средний уровень и 39 % – низкий.

Демократический стиль воспитания в семье отличается тем, что дети активно вовлекаются в процесс принятия решений, их мнение уважается, а свобода выбора предоставляется в рамках определенных правил. Юноши принимают участие в обсуждении семейных вопросов, совместно с родителями принимают решения, а также обмениваются с ними мнениями и советами.

Либеральный стиль воспитания распределяется следующим образом: 3 % с высоким уровнем, 67 % со средним и 30 % с низким.

Либеральный стиль воспитания предполагает ослабленный контроль, акцент на самостоятельность ребенка и ограниченное вмешательство в его личное пространство. Родители, склонные к такому подходу, стараются обеспечить теплую и поддерживающую среду, нередко позволяя юношам самостоятельно принимать решения, даже в тех ситуациях, где необходимы руководство и четкие рамки.

Высокая степень авторитарного стиля воспитания выделяются у 3 % респондентов, средняя у – 10 %, низкая у – 87 %.

Авторитарный стиль воспитания в семье проявляется в строгом контроле и дисциплинарных требованиях, предполагая высокий уровень послушания и ограниченную свободу выбора для детей. Родители, использующие такой подход, обычно устанавливают жесткие правила и ожидают их неукоснительного соблюдения, не поддерживая инициативу и самостоятельность юношей.

Исходя из полученных данных, можно сделать вывод, что родители, в целом проявляют умеренный контроль и дисциплину, что характерно для среднего уровня демократического (58 %) и либерального (67 %) стилей воспитания. Несмотря на некоторую свободу выбора, родители активно включают подростков в процесс принятия решений, особенно в рамках демократического стиля. Это свидетельствует о поддержке инициативы и самостоятельности детей, а также стремлении учитывать их мнение. Однако в некоторых семьях все еще сохраняется элемент контроля, который может выражаться в авторитарном стиле воспитания.

Для определения взаимосвязи склонности к пищевой аддикции юношей и стилей семейного воспитания был выполнен статистический анализ данных с помощью коэффициента ранговой корреляции r_s -Спирмена.

Результаты корреляционного анализа показали, что у девушек авторитарный стиль воспитания положительно связан с уровнем выраженности булимии ($r_s = 0,414$ при $p < 0,01$). Это может свидетельствовать о том, что жесткие, контролируемые методы воспитания, высокие требования и недостаток эмоциональной поддержки способствуют развитию пищевых нарушений. Давление со стороны родителей и низкая автономия могут усиливать тревожность и неудовлетворённость собой, что, в свою очередь, повышает риск возникновения булимии.

Выявлены значимые отрицательные корреляции между либеральным стилем воспитания и рядом показателей: уровнем булимии ($r_s = -0,534$ при $p < 0,01$), неудовлетворённостью телом ($r_s = -0,349$ при $p < 0,05$) и неэффективностью ($r_s = -0,448$ при $p < 0,01$). Это может говорить о том, что гибкость, доверие и представление девушкам свободы выбора в семье оказывают защитный эффект. В таких семьях у девушек формируется более позитивное отношение к своему телу, адекватная самооценка и большая уверенность в своих силах, что снижает вероятность развития пищевых нарушений.

У юношей авторитарный стиль воспитания положительно коррелирует с неэффективностью ($r_s = 0,414$ при $p < 0,01$), недоверием в межличностных отношениях ($r_s = 0,319$ при $p < 0,05$) и интероцептивной некомпетентностью ($r_s = 0,416$ при $p < 0,01$). Это может свидетельствовать о том, что строгий, контролирующий стиль воспитания, предполагающий высокий уровень требований и низкую эмоциональную поддержку, способствует возникновению у юношей трудностей с контролем над собственной жизнью,

чувства неэффективности и трудностей в понимании телесных ощущений. Более того, в условиях авторитарного воспитания юноши могут испытывать сложности в построении доверительных отношений, что может негативно отражаться на их социальной адаптации.

Демократический стиль воспитания показал отрицательную связь с неэффективностью ($r_s = -0,409$ при $p < 0,01$) и недоверием в межличностных отношениях ($-0,369$ при $p < 0,05$). Это может говорить о том, что атмосфера поддержки и уважения к личности юноши способствует формированию у юношей большей уверенности в себе, адекватного уровня самостоятельности и доверительных отношений с окружающими.

Проведенное исследование показало, что стиль семейного воспитания оказывает значительное влияние на психологическое благополучие юношей и девушек. У девушек авторитарный стиль, с жесткими правилами и недостатком эмоциональной близости, коррелирует с повышенной склонностью к булимии. В то же время либеральный стиль воспитания способствует более позитивному восприятию тела. Он повышает самооценку и уменьшает риск развития пищевых зависимостей.

У юношей авторитарный стиль связан с трудностями в межличностных отношениях, неэффективностью и проблемами с пониманием собственных ощущений. Демократический стиль способствует укреплению уверенности в себе, развитию здоровой независимости и повышению уровня доверия в отношениях.

Таким образом, результаты исследования подчеркивают, что стиль семейного воспитания влияет на предрасположенность юношей и девушек к пищевым аддикциям. Благоприятная и адаптивная атмосфера в семье снижает риск подобных нарушений. Строгие и контролируемые подходы, наоборот, могут увеличить вероятность появления дезадаптивных стратегий включая расстройства пищевого поведения.

Практическая значимость работы заключается в психопросвещении, которое направлено на понимание личных и семейных факторов, делающих юношей уязвимыми к пищевой зависимости. Это позволяет создавать эффективные программы профилактики, нацеленные на коррекцию стилей семейного воспитания и психологических особенностей юношей и девушек. Раннее выявление склонности к расстройствам пищевого поведения способствует предотвращению зависимости и улучшению психоэмоционального благополучия в юношеском возрасте.

Список использованных источников

1 Пищевая зависимость [Электронный ресурс] // Центр медицинской профилактики ХМАО. – Режим доступа: <https://cmphmao.ru/node/346116>. – Дата доступа: 16.02.2025.

2 Расстройства пищевого поведения у подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.avgustcenter.ru/blog/rasstrojstva-pishchevogo-povedeniya-u-podrostkov>. – Дата доступа: 10.02.2025.

3 Личность ребенка как результат стиля семейного воспитания [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2012/11/04/lichnost-rebenka-kak-rezultat-stilya-semeynogo-vospitaniya>. – Дата доступа: 10.02.2025.

В. О. Гарнопольский

Научный руководитель: Т. Г. Шатюк, канд. пед. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины
г. Гомель, Республика Беларусь

ВЗАИМОСВЯЗЬ СУВЕРЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВА И ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У ПАЦИЕНТОВ С ТРЕВОЖНЫМИ РАССТРОЙСТВАМИ

В статье рассматривается взаимосвязь суверенности психологического пространства и уровня личностной тревожности у лиц с тревожными расстройствами.