

ИДЕАЛИЗАЦИЯ РАССТРОЙСТВ ПРИЕМА ПИЩИ В ИНТЕРНЕТЕ

Введение

Хотя интернет и социальные сети являются относительно новым явлением, но в настоящее время они являются неотъемлемой частью повседневной жизни более 82,8 % белорусов. Как и другие источники, информация, которой делятся на платформах социальных сетей, может оказывать значительное влияние на мысли, чувства, поведение человека и общее психическое здоровье. Это особенно верно, когда речь заходит о самооценке человека, что в ряде некоторых случаев обозначает и его отношение к еде. Напрашивается вопрос: приводят ли социальные сети к расстройствам пищевого поведения?

Расстройства приема пищи – это поведенческие состояния, характеризующиеся серьезными и стойкими нарушениями пищевого поведения, и связанными с ними тревожными мыслями и эмоциями. Они могут быть очень серьезными состояниями, влияющими на физические, психологические и социальные функции. Типы расстройств приема пищи включают: нервную анорексию, атипичную нервную анорексию, нервную булимию, атипичную нервную булимию, переедание, связанное с другими психологическими расстройствами, рвота, связанная с другими психологическими расстройствами, другие расстройства приема пищи, расстройство приема пищи неуточненное [1].

Наиболее часто встречаемые расстройства приема пищи: нервная анорексия, булимия и переедание, связанное с другими психологическими расстройствами. Булимия – усиленные влечения к пище, необычайная прожорливость, повышенное и неутолимое чувство голода. У пациента отмечается выраженный контроль за массой тела. Это приводит к выработке стиля переедания, сопровождаемого вызовом рвоты и использованием слабительных средств. Переедание или избыточное потребление пищи может быть обусловлено психогенными факторами – еда становится способом удовлетворения других, не пищевых потребностей. Например, с целью устранить эмоциональное напряжение, недовольство, для того, чтобы развлечься, развеять скуку, почувствовать уверенность в себе, получить удовольствие, показать окружающим свое превосходство. Нервная анорексия – расстройство, характеризующееся преднамеренной потерей массы тела, вызванной и поддерживаемой пациентом. Это расстройство, как правило, чаще встречается у девочек подросткового возраста и молодых женщин, но ему могут быть подвержены юноши и молодые мужчины, а также дети, приближающиеся к пубертатному периоду, и женщины старшего возраста (вплоть до наступления менопаузы).

В зарубежных исследованиях чаще всего рассматривается восприятие образа идеального тела у женщин. Во многих работах доказано то, что женщины, страдающие анорексией или булимией, чаще всего считают себя более толстыми. И при этом у них главной целью является достижение наиболее худого телосложения [2]. Мужчины предпочитают сравнивать свои физические качества с характеристиками других мужчин: это силовая выносливость, общая выносливость, скоростная выносливость, сила, мышцы ног, мышцы спины, мышцы пресса, быстрота движений, ловкость, выразительность движений.

Несмотря на то что людей с расстройствами пищевого поведения относительно прост, с одной стороны, многие пациенты стараются не демонстрировать имеющихся

симптомов или не осознают наличие у себя болезненных переживаний [3]. Поэтому актуальность вопроса о идеализации расстройств пищевого поведения в интернете, как один из факторов риска, остается на высоком уровне.

Цель

Проанализировать влияние социальных сетей на ментальное здоровье, самооценку лиц женского и мужского пола в разных возрастных группах.

Материал и методы исследования

Методической основой исследования явилось выборочное единовременное наблюдение. Выборка исследования составила 50 человек в возрасте от 14 до 17 лет (20 мужчин и 30 женщин), 70 человек в возрасте от 18 до 24 (40 женщин и 30 мужчин), 40 человек в возрасте от 24 до 35 (20 женщин и 20 мужчин). Для сбора эмпирических данных нами была разработана специальная анкета. Полученные данные подвергли статистическому анализу.

Результаты исследования и их обсуждение

В результате проведенного опроса было установлено, что 18,75 % респондентов не знакомы с понятием расстройство приема пищи.

Из всех опрошенных – 46,25 % не знают такие группы в социальной сети «ВКонтакте», которые пропагандирующие излишнюю худобу и различные диеты, например, такие как «Типичная Анорексичка [ТА]», «Фарфоровая кукла», «45 кг» и т. д. Из них 79,73 % входят в возрастную группу от 24 до 35 лет. Большая часть участвующих в опросе (86,25 %) не подписаны на хотя бы одну из выше перечисленных групп.

Из людей, участвующих в опросе, 43,75 % просматривают данные группы в социальной сети, из них 87,14 % – это лица женского пола.

На вопросы: «Появляется ли у Вас чувство дискомфорта, когда вы просматриваете подобные группы?» и «Замечали ли вы пропаганду или идеализацию «РПП» в просторах интернета?», 78,69 % опрошенных женщин ответили, что испытывают чувство дискомфорта при просмотре данных групп. 31,86 % респондентов уверяют, что не замечали пропаганду или идеализацию расстройств приема пищи в просторах интернета, но следует отметить, что большинство ответивших так (66,67 %) – мужчины. Также было выяснено, что 27,5 % опрошенных испытывают дискомфорт при виде записей о похудении. Примерно половиной респондентов (52,27 %), испытывающих дискомфорт при виде записей о похудении, являются женщинами средней возрастной группы.

Среди опрошенных людей – 75,63 % считают, что интернет влияет на восприятие их собственного тела. Однако 44,29 % лиц мужского пола и 10 % женского пола считают, что это не является таковым и интернет не влияет на их восприятие. Но стоит учитывать, что в проведенном опросе не были включены вопросы касательно мышечной дисморфии, характерной для мужчин. В связи с этим, нельзя утверждать, что мужчины намного меньше, чем женщины, подвержены влиянию интернета на восприятие своего тела.

На вопрос: «Согласны ли Вы с тем, что в интернете идеализируется худоба?», 81,11 % женщин, участвующих в опросе, считают, что в интернете идеализируется худоба, однако 64,29 % респондентов мужского пола – напротив, не согласны с таким утверждением.

Также было выяснено, что 74,29 % опрошенных мужчин не испытывали желания когда-либо испробовать строгую диету, в то время как 58,89 % респондентов женского пола испытывали данное желание. Из мужчин, которые отметили желание попробовать строгую диету, 66,67 % в итоге попробовали ее, а среди респондентов женского пола этот показатель достиг 83,01 %.

Выводы

По данным опроса было выявлено, что более 80 % опрошенных мужчин и женщин знают или имеют представление о расстройствах приема пищи.

В социальной сети «ВКонтакте» имеются группы, которые пропагандирующие излишнюю худобу и различные диеты. Больше половины опрошенных людей знают эти и им подобные группы. И хотя около 86 % не подписаны на обновление данных групп, но они все равно просматривают их. В большинстве, люди, просматривающие эти группы (87,14 %), – женщины. Женщины также отмечают, что чувствуют дискомфорт, когда видят записи о похудении в данных группах. Важно отметить, что среди респондентов женского пола те, кто имел желание попробовать после просмотра подобных записей строгую диету, попробовали ее, а их – большинство (83,01 %).

Среди опрошенных мужчин, 44,29 % считают, что интернет никак не влияет на восприятие их внешнего вида и тела. Также 64,29 % лиц мужского пола не согласны с тем, что в интернете идеализируется худоба. Однако стоит учитывать, что полученные результаты отражают неполную картину отношение к своему телу у мужчин, так как в опрос не были включены вопросы о дисморфофобии, нацеленные выявить мышечную дисморфию, характерную для мужчин. Поэтому можно сделать выводы о том, что мужчины меньше подвержены влиянию общественного мнения в интернете о «идеальных» стандартах и внешнем виде, касающихся худобы и диет. Но среди мужчин, опрошенных нами, были и те, кто также, как и женщины, хоть их было и значительно меньше, не только имели желание попробовать строгую диету, но и пробовали ее.

Анализируя данные проведенного опроса можно утверждать, что интернет в нынешнее время определенно влияет на стандарты внешнего вида чела. В частности, в популярных группах в сети «ВКонтакте» и не только, идеализируется худоба, что несомненно влияет на самооценку множества людей. Более подвержены данному явлению по результатам опроса – это женщины в возрасте от 18 до 24.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Психические расстройства и расстройства поведения (F00 - F99). (Класс V МКБ-10, адаптированный для использования в Российской Федерации). Под общей редакцией Казаковцева Б.А., Голланда В.Б.– М.: Минздрав России, 1998. – 512 с. Адаптированный вариант Класса V МКБ-10 подготовлен авторским коллективом по указанию Министерства здравоохранения Российской Федерации в связи с вводом в действие МКБ-10 на территории Российской Федерации с 01 января 1999 г. Органам управления здравоохранением разрешается отпечатать в необходимом количестве для обязательного использования в учреждениях, оказывающих и наркологическую помощь. ISBN 5-86002-074-0с.

2. Хрупова, А. Н. Представления студентов об идеале собственного тела / А. Н. Хрупова // Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки. 2019. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/predstavleniya-studentov-ob-ideale-sobstvennogo-tela>. – Дата доступа: 14.11.2022.

3. Храмова Н.И., Заякин Ю.Ю., Плаксин С. психиатрическую А., Куркина В.А. Синдром дисморфофобии / Дисморфомании: литературный обзор // Пермский медицинский журнал. – 2020. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sindrom-dismorfobii-dismorfomanii-literaturnyy-obzor>. - Дата доступа: 14.11.2022.

УДК 616.89:612.017.2]:378.6-057.875

В. Ю. Якубович

Научный руководитель: д.м.н, доцент И. М. Сквиря

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

РАССТРОЙСТВО АДАПТАЦИИ У СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Введение

Стресс – состояние организма, характеризующееся эмоциональным и физическим напряжением, вызванным воздействием различных неблагоприятных факторов. В течение всей жизни человека окружает стресс, и он вынужден к нему приспосабливаться