



Научная статья

УДК 159.99

DOI: 10.17748/2686-9969-2021-4-4-54-61

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ И ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ
РАССТРОЙСТВ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ**

Анастасия Андреевна Колесникова

Кубанский государственный университет

г. Краснодар, Россия

<https://orcid.org/0000-0001-7962-9618>

nastya.kh2018@mail.ru

Анна Витальевна Семёнова

Кубанский государственный университет

г. Краснодар, Россия

<https://orcid.org/0000-0002-1937-5641>

anna-petrenko94@mail.ru

Аннотация. В статье рассматривается популярное в последнее десятилетие явление – расстройство пищевого поведения у подростков. Показана роль и значимость проблемы в жизни подростка, а также особенности влияния данного феномена на жизнедеятельность. Говорится о необходимости профилактики его возникновения и развития. Анализируются причины зарождения данного поведения, его проявления и влияние на жизнь подростков. Представлены результаты исследования, направленного на выявление с помощью клинического опросника расстройств приема пищи. Исследование проводилось на базе Центра психолого-педагогической помощи молодежи «Ассоль» г. Новосибирска. Участники – 84 подростка в возрасте от 14 до 17 лет. Из них 52 девушки и 32 юноши. У 67% респондентов выявлено расстройство пищевого поведения, у 33% – нет.

Ключевые слова: пищевое поведение, расстройство пищевого поведения, подростковый возраст

Для цитирования: Колесникова А.А., Семёнова А.В. Психологические причины и особенности проявления расстройств пищевого поведения в подростковом возрасте // Педагогика: история, перспективы. 2021. Том. 4. № 4. с. 54-61.

DOI: 10.17748/2686-9969-2021-4-4-54-61

Благодарность: Выражаем благодарность анонимному рецензенту, а также директору Центра психолого-педагогической помощи молодёжи «Ассоль» г.Новосибирска Александру Сергеевичу Буслаеву, Владлену Константиновичу Игнатовичу – доценту, кандидату педагогических наук, доценту кафедры педагогики психологии и Светлане Сергеевне Игнатович – доценту, кандидату педагогических наук кафедры педагогики психологии КубГУ за детальные и убедительные советы по совершенствованию данной статьи.

Original article

PSYCHOLOGICAL CAUSES AND FEATURES
OF EATING DISORDERS IN ADOLESCENTS

Anastasia A. Kolesnikova

Kuban State University
Krasnodar, Russia
<https://orcid.org/0000-0001-7962-9618>
nastya.kh2018@mail.ru

Anna V. Semyonova

Kuban State University
Krasnodar, Russia
<https://orcid.org/0000-0002-1937-5641>
anna-petrenko94@mail.ru

Abstract: The article examines a phenomenon popular in the last decade – an eating disorder in adolescents. The role and significance of the problem in the life of an adolescent is shown, as well as the features of the influence of this phenomenon on one's life. The need to prevent its occurrence and development is discussed. The reasons for the origin of this behavior, its manifestations and impact on the life of adolescents are analyzed. The results of a study aimed at identifying eating disorders using a clinical questionnaire are presented. The research was carried out on the basis of the Center for psychological and pedagogical assistance to youth «Assol» in Novosibirsk. Participants – 84 teenagers aged 14 to 17 years. Of these, 52 are girls and 32 are boys. 67% of respondents had an eating disorder, 33% did not.

Keywords: eating behavior, eating disorder, adolescence

For citation: Kolesnikova A.A. Semyonova A.V. Psychological Causes and Features of Eating Disorders in Adolescents. Pedagogy: History, Prospects. 2021. Vol. 4. No. 4. PP. 54-61. (In Russ.)

DOI: 10.17748/2686-9969-2021-4-4-54-61

Acknowledgement: We express our gratitude to the anonymous reviewer, as well as to the director of the Center for Psychological and Pedagogical Assistance to Youth "Assol" in Novosibirsk Alexander Sergeevich Buslaev. We would like to thank Alexander Sergeevich Buslaev, Vladlen Konstantinovich Ignatovich, Associate Professor, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy of Psychology and Svetlana Sergeevna Ignatovich, Associate Professor, Candidate of Pedagogical Sciences of the Kuban State University for detailed and convincing advice on the improvement of this article.

Введение

В последнее десятилетие выросла численность психических расстройств, встречающихся в подростковом возрасте. Детей с нарушением пищевого поведения относят к группе риска, так как помимо психологической составляющей при данном заболевании подвергается негативному воздействию функционирование всего организма. Сегодня расстройства пищевого поведения представляют собой гетерогенную группу, со-

стоящую из различных ментальных и психосоматических нарушений, включающую как типичную нервную анорексию и булимию, так и многочисленные синдромальные нарушения пищевого поведения при разных психических и соматических заболеваниях [1]. Понимание специфики расстройства пищевого поведения в подростковом возрасте помогает осознавать мотивы действий людей, страдающих этим недугом.

Постановка проблемы исследования

Пищевое поведение человека является врожденной потребностью и относится к инстинктивным формам деятельности. Его нарушения могут быть вызваны причинами различного происхождения, вне зависимости от возраста и пола. Однако наиболее часто данному расстройству подвергаются подростки преимущественно женского пола [1].

Обзор литературы

Изучением данной проблемы занимались многие специалисты, например, такие как: Л. Кронбах, О.А. Скугаревский, В.В. Ромацкий, Д.Б. Карвасарский и даже З. Фрейд. Важно учитывать и тот факт, что именно в подростковом периоде происходит активное усвоение норм поведения и выстраивание социальных отношений. Подростки стремятся стать идеальными личностями со своими уникальными особенностями, способностями и преимуществами перед социумом. В связи с этим Я подростка отражается словно в «зеркале» окружающих его людей, прежде всего, своих сверстников. Желание познать себя усиливает интерес ко всему, что имеет связь с качествами его личности. При этом подросток изучает себя и познаёт свое новое Я, которое появилось в результате перехода в подростковый возраст, в результате изменения социального статуса и общего взросления организма. Подросток сравнивает себя с самим собой: каким он был и каким стал, что он хочет и что может. В этом возрасте подросток в большей степени обращает внимание на свои внешние и внутренние возможности (физические и социальные), во внимании начинают находиться границы его независимости от окружающих взрослых, его волнует впечатление, которое он производит на социум. Наряду с этим в подростковом возрасте значительно расширяется диапазон чувств, чувствительности и переживаний, возникает ярко-выраженная значимость тесных эмоционально-личностных контактов, а также потребность в единомышленниках и переоценке ценностей. Появляется стремление в достижении цели любой ценой, в то время как ощущение страха перед опасностью пропадает, отчего возрастает склонность к необдуманным и небезопасным поступкам, несущим угрозу для жизни. Он уходит в состояние психологического кризиса, открывая свое несовершенство посредством анализа себя и других. Поэтому в этот период внешний вид может стать одной из основных забот и переживаний подростка [2, 3].

Согласно МКБ-10 классификация нарушений пищевого поведения включает следующие расстройства:

– нервная анорексия (F50.0): расстройство, характеризующееся целенаправленной потерей массы тела, вызванной и поддерживаемой пациентом. Оно, как правило, чаще встречается у девушек 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). Расстройство ассоциируется со специфической психопатологической боязнью ожирения и дряблости фигуры, которая становится назойливой идеей, в результате чего пациенты устанавливают для себя «идеальный» низкий предел массы тела. Как правило, возможны различные вторичные эндокринные и обменные нарушения, а также функциональные расстройства. Симптоматика обычно включает ограничение диеты,

чрезмерную физическую нагрузку, прием рвотных, слабительных и мочегонных средств, а также препаратов, понижающих аппетит [4].

- атипичная нервная анорексия (F50.1): расстройство, отвечающее некоторым чертам нервной анорексии, но полная клиническая картина которого не позволяет поставить этот диагноз. Одним из ключевых симптомов является аменорея или выраженная боязнь ожирения, может отсутствовать при наличии заметной потери массы тела и поведения, направленного на достижение похудения [4].

- нервная булимия (F50.2): синдром, характеризующийся повторными приступами переедания и выраженным беспокойством из-за контроля массы тела. Это приводит к выработке такого стиля переедания, который сопровождается вызовом рвоты и использованием слабительных средств. Данное расстройство имеет много общего с нервной анорексией и тоже включает чрезмерную озабоченность своей фигурой и массой тела. Однако нервную булимию зачастую обнаружить тяжелее, нежели анорексию, поскольку вес таких пациентов обычно не выходит за пределы нормы, и внешне они могут выглядеть относительно здоровыми [4], [5], [6].

- атипичная нервная булимия (F50.3): расстройство, имеющее некоторые признаки нервной булимии. Например, возможны повторные приступы переедания и чрезмерное употребление слабительных средств без значительных изменений массы тела или может вовсе отсутствовать типичная сверхзабоченность собственной фигурой и массой тела [4].

- переедание, связанное с другими психологическими расстройствами (F50.4): это переедание вследствие стрессовых событий, таких, как тяжелая утрата, несчастный случай, рождение ребенка и т.д. [4].

- рвота, связанная с другими психологическими расстройствами (F50.5): повторная рвота, которая возникает при диссоциативных расстройствах и ипохондрическом расстройстве и не является исключительно следствием состояний, не входящих в перечень данного класса [4].

- другие расстройства приёма пищи (F50.6): поедание несъедобного, извращенный аппетит [4].

- расстройство приёма пищи неуточненное (F50.7) [4].

Данным видам расстройства сопутствуют физические опасности и осложнения, так как в результате их проявлений страдает как психика, так и жизненно важные органы подростка – печень, сердце, почки, ЖКТ, репродуктивная система. У девушек подросткового возраста, зачастую, именно в ней происходит сбой, выражающийся в виде аменореи.

Подростки, страдающие нарушением пищевого поведения, могут скрывать и не признавать его, что весьма опасно, так как для борьбы с таким недугом нужно работать комплексно и оказывать помощь своевременно. Однако, несмотря на многочисленные исследования, до сих пор точных причин формирования расстройств не выявлено, но исследователи выделяют следующие возможные причины:

1. Генетические: согласно Л.Кронбаху, нарушению пищевого поведения в 8 раз чаще подвержены те люди, чьи родственники имели это расстройство. Так, например, при изучении близнецов было выяснено, что они в большинстве случаев склонны к одинаковому пищевому поведению и, следовательно, к схожим расстройствам. Вместе с этим было установлено, что существуют конкретные хромосомы, которые могут быть связаны с булимией и анорексией [7].

2. Биопсихосоциальные: согласно О.А. Скугаревскому, при изучении клинической картины нарушений пищевого поведения (нервная анорексия, нервная булимия, компульсивное переедание) следует обращать внимание на такие факторы как: семейная ситуация, восприятие собственного тела, оценка пищевых предпочтений, сте-

реотипы пищевого поведения, масса тела и методы его контроля, а также самооценка и мысли, связанные с употреблением пищи [8].

3. Культурные: согласно В.В. Ромацкому, с помощью средств массовой информации оказывается огромное влияние на сознание людей путём пропаганды нереалистичных образов тела и предоставлений об идеалах красоты, а также искажения культуры похудения. В то же время активно выпускаются и рекламируются недорогие, легкодоступные и высококалорийные продукты [9].

4. Личностные: согласно Д.Б. Карвасарскому, пищевые расстройства отражают бессознательную борьбу внутренней индивидуальности человека, его представлений о себе в социуме и проблемах, которые часто следуют из травматических событий жизненного опыта или определённой модели социализации [10].

5. Психологические: согласно З. Фрейду, в основном расстройства формируются на основе психоэмоциональных предпосылок, например, таких как: эмоциональная неустойчивость, чувство вины, заниженная самооценка, внушаемость, зависимость от мнения окружающих. Поэтому в группе риска находятся подростки, переживающие возрастной кризис [11].

На основании анализа литературных источников, можно сделать вывод, что расстройство пищевого поведения – это группа заболеваний, в основе которых лежит нарушение пищевого поведения, выражающееся в отсутствии способности контролировать своевременный и правильный прием пищи. Человек, страдающий расстройством пищевого поведения, чрезмерно озабочен своим весом и внешним видом, из-за чего использует различные способы достижения идеальных пропорций тела. Такими способами могут быть: изнурительные тренировки, лекарственные препараты, диеты с большим дефицитом калорий, голодание. Способы могут использоваться как одновременно, так и по отдельности. Вдобавок к этому у человека присутствует постоянный страх набрать «лишние» килограммы, из-за чего он ограничивает себя в приеме «вредных для фигуры» продуктов, например, углеводов и жиров и меняет привычный полноценный рацион на «диетический», а привычную активность на изнурительную. В психоэмоциональном и социальном плане подросток становится раздражительным, вспыльчивым, эмоциональным, апатичным, замкнутым, начинает остро реагировать на замечания и шутки, связанные с внешним видом и образом жизни. Всех тех, кто не придерживается его типа питания, отвергает, считает слабыми и безвольными или же наоборот, думает, что им очень повезло с фигурой в отличие от него. В большинстве случаев доходит до того, что подросток отказывается от пищи, которой его угощают, даже если сильно голоден, поскольку ему страшно набрать «лишний вес» от этой еды и выйти за рамки спланированного заранее рациона на день со строго установленным количеством калорий.

Материалы и методы

В рамках изучения данного расстройства в 2016 году на базе Центра психолого-педагогической помощи молодежи «Ассоль» г. Новосибирска было проведено исследование, в котором приняли участие 84 подростка: учащиеся первого и второго курсов колледжа в возрасте от 14 до 17 лет: из них 52 девушки и 32 юноши. Исследование проводилось с помощью опросника «Шкала оценки пищевого поведения» (авт. D.M. Garner, M.P. Olmstead, J.P. Polivy).

Результаты исследования

В ходе исследования были получены следующие результаты: у большей половины респондентов – 67% (55 человек из 84) было выявлено расстройство пищевого поведения, у оставшихся 33% (29 человек из 84) нарушение пищевого поведения не вы-

явилось. Помимо этого, при помощи критерия Хи-квадрат, было установлено, что статистически значимые различия в распространенности пищевых нарушений между юношами и девушками ($\chi^2(1) = 1,111$; при $p = 0,293$) отсутствуют, что ещё раз подтверждает массовость распространения данного заболевания [12].

Выводы

Таким образом, расстройство пищевого поведения (анорексия, булимия, переедания и т.д.) является острой проблемой не только на психологическом, но и на медико-социальном уровне, поскольку в современном мире существует огромное количество факторов, способствующих развитию данного расстройства. А значит, *поиск эффективных способов минимизации распространения нарушения пищевого поведения у подростков* является актуальной и глобальной проблемой современности, на решение которой должны быть брошены все силы. Подросткам, как никому другому, в силу кризисного периода и становления собственного Я посредством оценки себя через мнение окружающих, особенно нужна поддержка и опора, и для того, чтобы уберечь их от весьма серьёзного пищевого расстройства, оказывающего влияние на многие показатели здоровья, нужно давать им уверенность в своих силах, быть чутким и к их чувствам и переживаниям, помогать поддерживать здоровый уровень самооценки и не сравнивать с окружающими людьми в любом контексте. По мнению авторов В.Е. Курочкиной и Николаевой Д.Г. «на основе неадекватно завышенной самооценки у человека возникает неправильное представление о себе, идеализированный образ своей личности и возможностей, своей ценности для окружающих, для общего дела» [13, с. 30].

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Особенности нарушений пищевого поведения у подростков в условиях амбулатории // Абдуллаев Ф.Х., Пирлиева Г.Х., Кинжабоева З.Б. Сборник статей под общей редакцией кандидата медицинских наук М. А. Бебчук, М. – 2019. – с. 1 – 11.
2. Игнатович С.С., Сотникова Т.В. Особенности социализации детей подросткового возраста. Педагогика: история, перспективы. 2020. Том. 3. No 1. С. 19 – 26.
3. Семенова А.В. Личностные характеристики в подростковом и юношеском возрасте. Педагогика: история, перспективы. 2020. Том. 3. № 3. с. 74 – 83.
4. Международная классификация болезней 10 пересмотра (МКБ-10). <https://mkb-10.com/index.php?pid=4289>
5. Bulik C.M., Marcus M.D., Zerwas S., Levine M.D. et al. The Changing “Weightscape” of Bulimia Nervosa // Am. J. Psychiatry. 2012. Vol.169, N 10. P.1031–1036.
6. Rotella F., Castellini G., Montanelli L., Rotella C.M. et al. Comparison between normal-weight and overweight bulimic patients // Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity. 2013. Vol. 18, N 4. P.389–393.
7. Пантеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. Психология самосознания: хрестоматия / ред. Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2007. – 365 с.
8. Скугаревский О.А. Нарушения пищевого поведения: клиничко-биологический подход. Медицинский журнал. 2002. No1. (1). С. 82–87.
9. Николаева Н.О., Мешкова Т.А. Нарушения пищевого поведения: социальные, семейные и биологические предпосылки. // Вопросы психического здоровья детей и подростков. – 2011. – № 1 (11). – С. 39–49.
10. Проскурякова Л.А. Особенности пищевого поведения и виды его нарушения. статья в журнале – научная статья. Рациональное питание, пищевые добавки и биостимуляторы. – 2016. – № 2. – С. 118–124.

11. Семина Т.И. Риск развития расстройств пищевого поведения у школьниц и студенток. Вестн. СибГМУ. – 2000. – С. 81–82.
12. Психологические предикаты нарушений пищевого поведения у подростков // Овчинников А.А., Султанова А.Н., Сычева Т.Ю., Томилова Ю.А. ФГБОУ ВО Новосибирский ГМУ МЗ России. Обзор психиатрии и медицинской психологии. 2018. № 2. с. 80 – 84.
13. Курочкина В.Е., Николаева Д.Г. Связь расстройства пищевого поведения с самооценкой девушек Актуальные вопросы педагогической науки и образования [Электронный ресурс]: сб. науч. тр. / под ред. д. п. н., доц. О.А. Мосиной /– Электрон. текст. дан. /– Краснодар: Изд-во ФГБОУ ВО «КубГУ», 2021. – 248 с., Режим доступа: свободный. – Текст: электронный. ISBN 978-5-906302-62-5 Научное электронное издание <https://hist-edu.ru/publik/aktual.pdf>.

REFERENCES

1. Features of eating disorders in adolescents in an outpatient clinic. Abdullaev F.Kh., Pirlieva G.Kh., Kinzhaboeva Z.B. Collection of articles edited by M.A. Bebachuk, Candidate of Medical Sciences, M. 2019. with. 1-11. (In Russ.)
2. Ignatovich S.S., Sotnikova T.V. Features of the socialization of adolescent children. Pedagogy: history, perspectives. 2020. Vol. 3.No 1.P. 19-26. (In Russ.)
3. Semenova A.V. Personal characteristics in adolescence and adolescence. Pedagogy: history, perspectives. 2020. Vol. 3.No 3.p. 74-83. (In Russ.)
4. International classification of diseases 10 revision (ICD-10). <https://mkb-10.com/index.php?Pid=4289> (In Russ.)
5. Bulik C.M., Marcus M.D., Zerwas S., Levine M.D. et al. The Changing “Weightscape” of Bulimia Nervosa. Am. J. Psychiatry. 2012. Vol.169, N 10. P.1031-1036.
6. Rotella F., Castellini G., Montanelli L., Rotella C.M. et al. Comparison between normal-weight and overweight bulimic patients. Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity. 2013. Vol. 18, No. 4. P. 389-393.
7. Pantileev SR Self-relation as an emotional-evaluative system. The psychology of self-awareness: a reader, ed. DY Raigorodsky. Samara: Publishing House "BAHRAKH-M", 2007. 365 p.
8. Skugarevsky O.A. Eating Disorders: Clinical - Biological Approach. Medical journal. 2002. No1. (1). S. 82–87. (In Russ.)
9. Nikolaeva N.O., Meshkova T.A. Eating Disorders: Social, Familial, and Biological Backgrounds. Issues of mental health of children and adolescents. 2011. No 1 (11). P. 39–49. (In Russ.)
10. Proskuryakova LA Peculiarities of eating behavior and types of its violation. an article in a journal is a scientific article. Rational nutrition, nutritional supplements and biostimulants. 2016. No 2. P. 118–124. (In Russ.)
11. Semina T.I. The risk of developing eating disorders in schoolgirls and female students. Vestn. Siberian State Medical University. 2000. P. 81–82. (In Russ.)
12. Psychological predicates of eating disorders in adolescents. Ovchinnikov A.A., Sultanova A.N., Sycheva T.Yu., Tomilova Yu.A. Novosibirsk State Medical University, Ministry of Health of Russia, Review of Psychiatry and Medical Psychology. 2018. No 2.p. 80 – 84. (In Russ.)
13. Kurochkina V.E., Nikolaeva D.G. The relationship between eating disorder and self-esteem of girls Actual questions of pedagogical science and education [Electronic resource]: collection of articles. scientific. tr. ed. d. p. n., Assoc. O.A. Mosina. Electron. text. Dan. Krasnodar: Publishing house of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "KubGU", 2021. 248 p., Access mode: free. Text: electronic. ISBN 978-5-906302-62-5 Scientific electronic publication <https://hist-edu.ru/publik/aktual.pdf>. (In Russ.)

Информация об авторах: Колесникова Анастасия Андреевна, кафедра педагогики и психологии, факультет педагогики, психологии и коммуникативистики, Кубанский государственный университет
г. Краснодар, Россия
<https://orcid.org/0000-0001-7962-9618>
nastya.kh2018@mail.ru

Семенова Анна Витальевна, руководитель студенческого научного сообщества кафедры педагогики и психологии, магистр педагогики и психологии, преподаватель кафедры педагогики и психологии, Кубанский государственный университет, психолог-консультант Центр «МАСТЕРская ЖИЗНИ», », «Киноклуб для подростков», «Киноклуб для родителей» и «На чердаке»
г. Краснодар, Россия
<https://orcid.org/0000-0002-1937-5641>
anna-petrenko94@mail.ru

Заявленный вклад авторов: Колесникова А.А. – поиск, сбор и обработка информации.
Семёнова А.В. – консультация по подбору информации, внесение корректировок.
Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи

Information about the co-authors: Anastasia A. Kolesnikova, Department of Pedagogy and Psychology, Faculty of Pedagogy, Psychology and Communication Studies
Kuban State University.
Krasnodar, Russia
<https://orcid.org/0000-0001-7962-9618>
nastya.kh2018@mail.ru

Anna V. Semenova, Head of the Student Scientific Community of the Department of Pedagogy and Psychology, Master of Pedagogy and Psychology, lecturer at the Department of Pedagogy and Psychology of the Kuban State University, Consultant Psychologist Center “MASTER LIFE”, “Cinema Club for Parents” and “In the Attic” Kuban State University.
Krasnodar, Russia
<https://orcid.org/0000-0002-1937-5641>
anna-petrenko94@mail.ru

Contribution of the co-authors: Kolesnikova A.A. – search, collection and processing of information.
Semenova A.V. – consultation on the selection of information, making adjustments.
The co-authors have read and approved the final manuscript.

Статья поступила в редакцию / Received: 19.06.2021.
Одобрена после рецензирования и доработки / Revised: 07.08.2021.
Принята к публикации / Accepted for publication: 20.07.2021.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов / The authors declare no conflicts of interests

© Колесникова А.А. 2021
© Семенова А.В. 2021
© «Педагогика: история, перспективы». 2021