

УДК 159.92:613.24:616.89-008.441 – 005.25-053.6:796.413/.418.012.656

РИСКИ РАССТРОЙСТВ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СЛОЖНОКООРДИНИРОВАННЫМИ ВИДАМИ СПОРТА: СВЯЗЬ С НЕУДОВЛЕТВОРЕННОСТЬЮ/ УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬЮ ОБРАЗОМ ТЕЛА

RISKS OF EATING DISORDER AMONG FEMALE ATHLETES FROM DIFFICULT COORDINATION SPORTS: CONNECTION WITH BODY IMAGE SATISFACTION/DISSATISFACTION

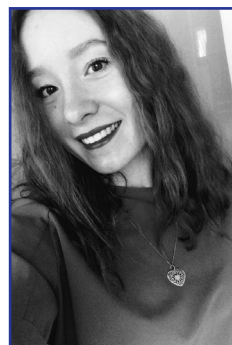


Каштанова

Татьяна Викторовна – канд. мед. наук, доцент кафедры фундаментальной психологии и поведенческой медицины Сибирского государственного медицинского университета, Томск, Россия, Kashtanova.tv@ssmu.ru

Kashtanova Tatyana – PhD, Associate Professor of the Department of Fundamental

Psychology and Behavioral Medicine at the Siberian State Medical University, Tomsk, Russia



Гончарук

Александра Фёдоровна – студентка 5 курса Сибирского государственного медицинского университета, КМС по спортивной акробатике, Томск, Россия, g.sashulya.1996@gmail.com

Goncharuk Alexandra – student (5th year) of the Siberian State Medical University, Candidate Master of Sports in Sports Acrobatics, Tomsk, Russia

Ключевые слова: девушки-подростки, риски расстройств пищевого поведения, неудовлетворенность/удовлетворенность образом тела, танцы, спортивная акробатика, хореография.

Аннотация. В статье представлены данные о рисках расстройств пищевого поведения, неудовлетворенности/удовлетворенности образом тела, а также взаимосвязь этих показателей у девушек подросткового возраста, занимающихся сложнокоординированными видами спорта (танцы, спортивная акробатика, хореография).

Keywords: adolescent girls, risks of eating disorder, body image satisfaction/dissatisfaction, dances, sports acrobatics, choreography.

Abstract. The article presents the data about risks of eating disorder, body image satisfaction/dissatisfaction as well as the connection of these indicators among female athletes from difficult coordination sports (dances, sports acrobatics, choreography).

Актуальность исследования. Девушки подросткового возраста, занимающиеся эстетическими видами спорта, чаще сосредотачиваются на форме тела и внешности, демонстрируют большую

склонность к худобе по сравнению с девушками того же возраста, не занимающиеся спортом [4]. Кроме этого, в таких видах спорта, как гимнастика, акробатика, спортивные танцы результат зависит



от веса, что предъявляет требования к дисциплине питания. Спортсменки находятся в повышенной зоне риска развития нарушений пищевого поведения [3, 7]. Выявление у девушек особенностей рисков расстройств пищевого поведения и их взаимосвязей с неудовлетворенностью/удовлетворенностью образом тела в зависимости от вида сложнокоординированного вида спорта (танцы, акробатика, хореография) актуально, представляет практическое значение.

Цель исследования – изучить у девушек подросткового возраста, занимающихся сложнокоординированными видами спорта риски расстройств пищевого поведения, неудовлетворенность/удовлетворенность образом тела и сегментами тела, а также взаимосвязь этих показателей.

Организация исследования. Исследование было проведено на базе общеобразовательных школ, спортивной школы Олимпийского резерва г. Томска.

Испытуемые. Приняли участие 2 группы девушек в возрасте 14-16 лет: в экспериментальную группу вошли 129 девушек, систематически занимающихся от 2 до 14 лет сложнокоординированными видами спорта: танцами (81 человек), спортивной акробатикой (28 человек), хореографией (20 человек); в контрольную группу – 60 девушек, не занимающихся спортом.

Методы исследования. Изучение рисков расстройств приёма пищи проводилось с помощью методик: «Eating Attitudes Test» (EAT-26) и «Шкалы оценки пищевого поведения» (ШОПП). Для оценки степени удовлетворенности собственным

телом и сегментами тела использовались методики: «Опросник образа собственного тела» (ООСТ) и «Шкала оценки уровня удовлетворенности собственным телом» (ШУСТ). Статистическая обработка выполнена с использованием прикладных программ статистического анализа IBM SPSS Statistics v. 23.0.: непараметрический U-критерий Манна-Уитни для определения различий в выраженности признака; χ^2 -критерий Пирсона для определения значимости различий в частоте встречаемости признаков в сравниваемых выборках; непараметрический H-критерий Крускала-Уоллиса для оценки различий одновременно между тремя выборками; метод корреляционного анализа по Спирмену.

Результаты исследования. Исследование по методике «EAT-26» позволило выявить по сравнению с девушками контрольной группы статистически значимо высокие риски возникновения отклонений в пищевом поведении в экспериментальных выборках: у 17,8% (5 чел.) спортсменок, занимающихся спортивной акробатикой, у 12,3% (10 чел.) спортсменок, занимающихся танцами и у 15% (3 чел.) занимающихся хореографией ($p < 0,05$). Обследование с помощью методики ШОПП спортсменок показало, что по шкале: «Интероцептивная некомпетентность» у девушек, занимающихся спортивной акробатикой значимо выше ($p < 0,05$) показатели дезадаптивного пищевого поведения по сравнению с девушками, занимающимися танцами и хореографией, то есть именно в этой группе, по сравнению с другими, выше дефицит уверенности в отношении распознавания чувства голода и насыщения. В группе девушек, занимающихся танцами

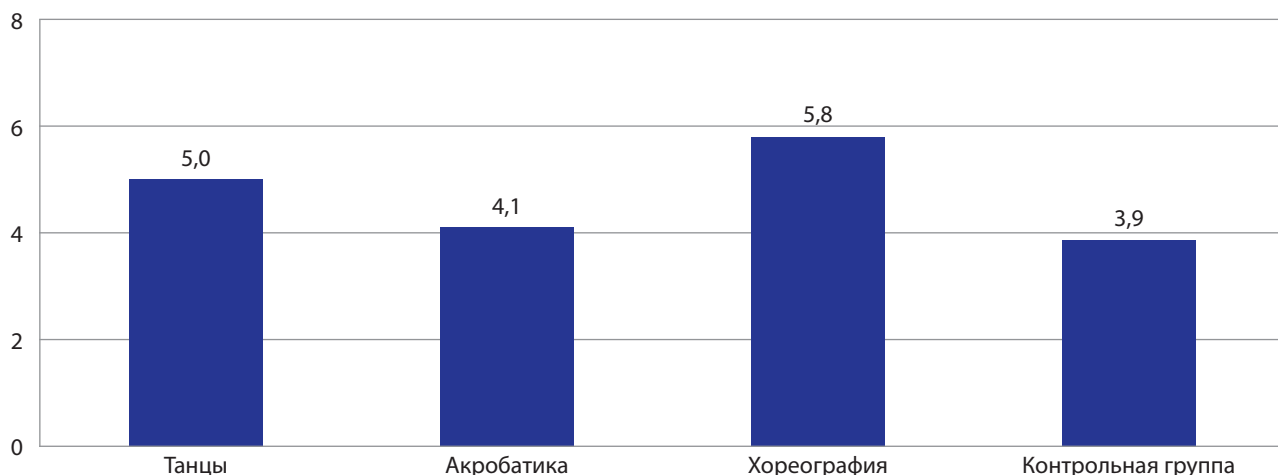


Рисунок 1 – Показатели шкалы ШОПП «Неудовлетворенность телом» у девушек, занимающихся сложнокоординированными видами спорта и контрольной группе, где * – уровень значимости $p < 0,05$.

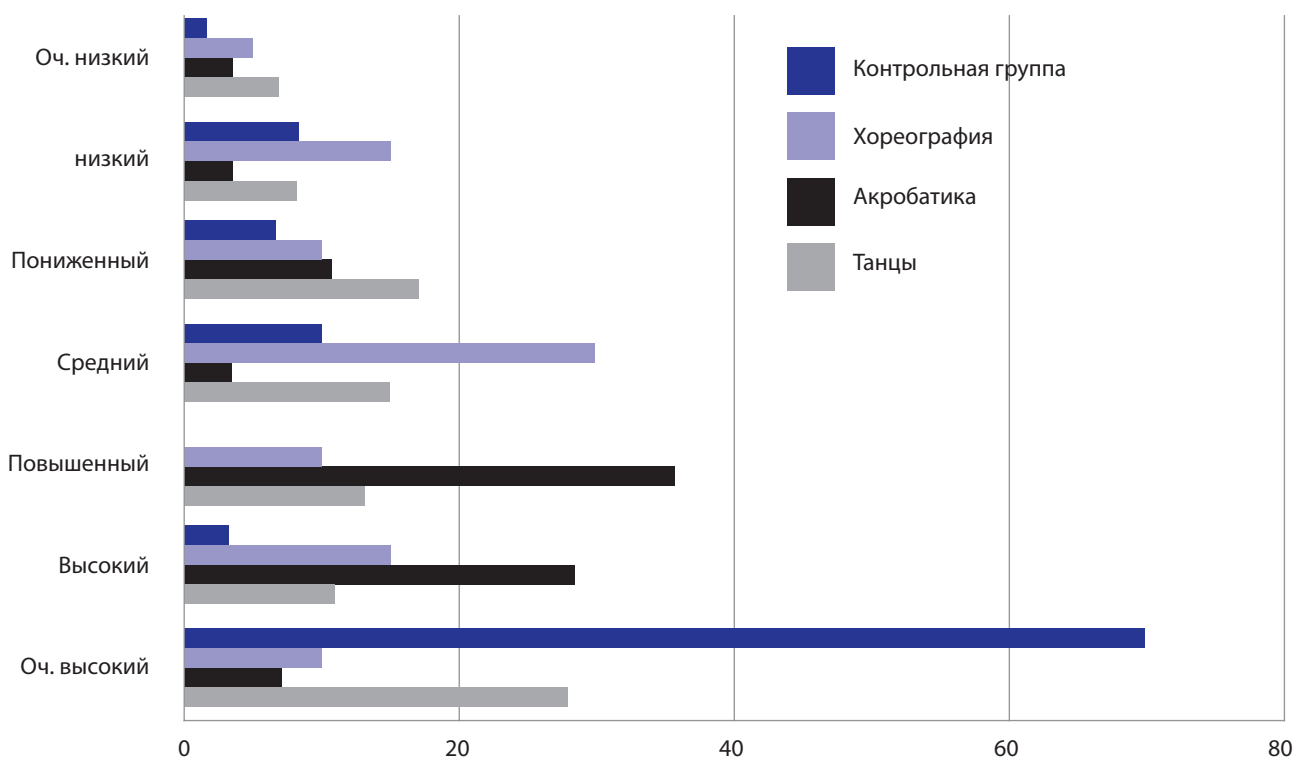


Рисунок 2 – Частота встречаемости признака – уровень удовлетворенности сегментом тела (лицо) в сравниваемых выборках (уровень значимости различий в распределении частот – $p < 0,05$, χ^2 - критерий Пирсона).

показатель по этой шкале минимален и статистически отличается как от других экспериментальных групп, так и от контрольной группы ($p < 0,05$).

По шкале ШОПП «Неудовлетворенность телом» (восприятие определенных частей тела как чрезмерно толстых) все экспериментальные группы между собой различались ($p < 0,05$). Наибольший показатель выявлен в группе девушек, занимающихся хореографией, и по убыванию – в группах спортсменок, занимающихся танцами и спортивной акробатикой. Также обнаружены во всех экспериментальных группах статистически значимые различия по этой шкале по сравнению с контрольной группой ($p < 0,05$) (Рисунок 1).

Получены более высокие показатели у девушек, занимающихся спортивной акробатикой по сравнению с контрольной группой по шкале ШОПП «Недоверие в межличностных отношениях», что показывает большее влияние отстраненности от контактов с окружающими на дезадаптивное пищевое поведение у спортсменок данной группы.

Для исследования оценки степени неудовлетворенности внешностью как составного компонента образа тела нами была использована методика ООСТ. Скрининговое исследование позволило выявить статистически значимо более низкий уровень

неудовлетворенности внешностью у девушек, занимающихся спортом по сравнению со не спортсменками. Также анализ общей неудовлетворенности собственным телом, проведенный путем суммирования баллов, полученных при оценке степени неудовлетворенности различными частями тела по ШУСТ, показал пониженный уровень неудовлетворенности собственным телом у девушек, занимающихся спортивной акробатикой в отличие от контрольной группы ($p < 0,05$). Об общей тенденции более высокого уровня удовлетворенности образом тела у спортсменок по сравнению с не спортсменками свидетельствуют исследования Ю.Г. Кривошеиной (2013) [1].

Из экспериментальной группы были отобраны девушки с высоким уровнем неудовлетворенности телом (18 человек) и проведено сравнительное исследование рисков нарушения пищевого поведения (EAT – 26). В результате установлено, что в этой группе девушек спортсменок статистически значимо выше риски расстройств пищевого поведения ($p < 0,05$).

Согласно методике ШУСТ анализ степени неудовлетворенности/удовлетворенности сегментами тела проводился по 22 показателям. Исследование степени неудовлетворенности/удовлетворенности



сегментами тела у девушек, занимающихся танцами, по сравнению с контрольной группой выявило статистически значимо более высокую степень неудовлетворенности такими частями тела как: лицо, зубы, живот, ягодицы; и более высокую степень удовлетворенности глазами, ушами, челюстью, руками ($p < 0,05$). У девушек, занимающихся спортивной акробатикой, установлена более высокая степень неудовлетворенности частями тела: лицо, зубы, челюсть, шея, ноги ($p < 0,05$). Спортсменки, занимающиеся хореографией, показали большую неудовлетворенность следующими частями тела: лицо, нос, зубы, кожа, и большую удовлетворенность ушами ($p < 0,05$). Обращает на себя внимание тот факт, что во всех экспериментальных группах девушки в большей степени не удовлетворены лицом (Рисунок 2).

Применив метод корреляционного анализа по Спирмену, были обнаружены статистически значимые прямые взаимосвязи между степенью неудовлетворенностью собственным телом (ООСТ) и рисками расстройств пищевого поведения у девушек, которые занимаются танцами ($r = 0,411$, $p < 0,05$). Также в группе занимающихся танцами выявлены статистически значимые прямые взаимосвязи между степенью неудовлетворенностью собственным телом и увлеченностью диетами ($r = 0,488$, $p < 0,05$). Таким образом, чем выше степень неудовлетворенности телом, тем выше риски расстройств пищевого поведения, увлеченностью диетами.

Обнаружены статистически значимые обратные взаимосвязи степени удовлетворенности телом (ШУСТ) с рисками расстройств пищевого поведения (общий показатель EAT – 26) ($r = -0,441$, $p < 0,05$), и с показателем по шкале EAT – 26 «Увлеченность диетами» ($r = -0,441$, $p < 0,05$) у девушек, занимающихся хореографией. Следовательно, чем выше удовлетворенность сегментами тела, тем ниже риск развития расстройств пищевого поведения и ниже риски дезадаптивного пищевого поведения – увлеченностью диетами. В группе не спортсменок высокая удовлетворенность телом коррелирует с низкими рисками расстройств пищевого поведения ($r = -0,455$, $p < 0,05$), и с показателем шкалы «Оральный контроль» ($r = -0,291$, $p < 0,05$).

Обсуждение результатов исследования. В исследовании мы получили более высокую распространенность рисков расстройств пищевого поведения у девушек, занимающихся сложнокоординированными видами спорта, по сравнению с не спортсменками. Причем девушки, занимающиеся акробатикой, имеют высокий дефицит уверенности в

отношении распознавания чувства голода и насыщения по сравнению со спортсменками других групп и большую отстраненность от контактов с окружающими по сравнению с не спортсменками. Для всех экспериментальных групп характерно восприятие определенных частей тела как чрезмерно толстых, при этом максимальный показатель определялся в группе хореографии. Очевидно, что спортивная деятельность отражается на специфике пищевого поведения. В связи с повышенным вниманием к физическому состоянию девушки, занимающиеся эстетическими видами спорта, относятся к группе повышенного риска возникновения нарушений пищевого поведения [3, 7] и выявленные особенности пищевого поведения при разных видах спорта должны учитываться специалистами.

Необходимо отметить, несмотря на более высокий уровень удовлетворенности образом тела у спортсменок в нашем исследовании, риски нарушения пищевого поведения в экспериментальных группах значимо выше. Кроме этого, в экспериментальных группах выявлено больше взаимосвязей между неудовлетворенностью/удовлетворенностью телом и рисками расстройств пищевого поведения, чем в контрольной группе. Причем, выявлены разные шкалы EAT – 26, коррелирующие с восприятием тела: у девушек, занимающихся танцами и хореографией – «Увлеченность диетами», у не спортсменок – «Оральный контроль». Обращает на себя внимание и тот факт, что девушки экспериментальной группы с высоким уровнем неудовлетворенности телом показали более высокие риски расстройств пищевого поведения.

Показано, что неудовлетворенность телом тесно связана с развитием клинически развернутых нарушений пищевого поведения [5, 6] и в основе ее формирования лежит взаимосвязь между межличностными и внутриличностными факторами [2, 3, 8]. По данным P. Kong, L.M.Harris (2015) до 60 % спортсменов сообщают о давлении на них со стороны тренеров относительно форм тела [4]. Поскольку отношение к телу развивается в результате интернализации прямых и опосредованных социальных оценок, необходимо учитывать роль тренера как значимого лица в формировании самовосприятия собственного тела во время тренировочного процесса у девушек, занимающихся сложнокоординированными видами спорта.

Заключение. Результаты данного исследования могут быть использованы при разработке системы профилактических и коррекционных мер по профилактике нарушений пищевого поведения,



нарушений восприятия собственного тела у девушек подросткового возраста, занимающихся танцами, акробатикой и хореографией.

Литература

1. Кривошеина, Ю.Г. Изучение восприятия образа тела у спортсменов/ Ю.Г. Кривошеина // Перспективные инновации в науке, образовании, производстве и транспорте: материалы Междунар. науч.-практ. конф. 17–26 декабря 2013 г. – Одесса, 2013. URL: https://www.sworld.com.ua/konfer_33/268.pdf.

2. Factors Dancers Associate with their Body Dissatisfaction / A.G. Dantas, D.A. Alonso, P.A. Sánchez-Miguel, C. Del Río Sánchez // *Body Image*– 2018. – Vol. 25 – P. 40– 47.

3. Francisco, R. Aesthetic sports as high-risk contexts for eating disorders--young elite dancers and gymnasts perspectives / R. Francisco, M. Alarcão, I. Narciso // *The Spanish Journal Of Psychology* – 2012. – Vol. 15(1) – P. 265–74.

4. Kong, P. The sporting body: body image and eating disorder symptomatology among female athletes from leanness focused and nonleanness focused sports / P. Kong, L.M. Harris // *The Journal Of Psychology* Jan-Apr– 2015. – Vol. 149(1–2) – P. 141–60.

5. McLean, S.A. Body Image in the Context of Eating Disorders / S.A. McLean, S.J. Paxton // *The Psychiatric Clinics Of North America*– 2019. – Vol. 42(1)– P. 145–156.

6. Shriver, L.H. Prevalence of Disordered Eating and Its Association With Emotion Regulation in Female College Athletes / L.H. Shriver, G. Wollenberg, G.E. Gates // *International Journal Of Sport Nutrition And Exercise Metabolism*– 2016. – Vol. 26(3). – P. 240–248.

7. Social Physique Anxiety and Disturbed Eating Attitudes and Behaviors in Adolescents: Moderating Effects of Sport, Sport-Related Characteristics, and Gender / M-C. Lanfranchi, C. Maïano, A.J.S. Morin, C. Maïano // *International Society of Behavioral Medicine*– 2015. – Vol. 22 – P. 149–160.

8. Sport type and interpersonal and intrapersonal predictors of body dissatisfaction in high school female sport participants / T.M. Karr, D. Davidson, F.B. Bryant,

G. Balague, A.M. Bohnert // *Body Image*– 2013. – Vol. 10(2) – P. 210–219.

Literature

1. Krivosheina, Yu.G. Study of body image perception in athletes / Yu.G. Krivosheina // *Promising innovations in science, education, production and transport: proceedings of the International scientific-practical conference*. 17–26 December 2013 г. – Odessa, 2013. URL: https://www.sworld.com.ua/konfer_33/268.pdf.

2. Factors Dancers Associate with their Body Dissatisfaction / A.G. Dantas, D.A. Alonso, P.A. Sánchez-Miguel, C. Del Río Sánchez // *Body Image*– 2018. – Vol. 25 – P. 40– 47.

3. Francisco, R. Aesthetic sports as high-risk contexts for eating disorders--young elite dancers and gymnasts perspectives / R. Francisco, M. Alarcão, I. Narciso // *The Spanish Journal Of Psychology* – 2012. – Vol. 15(1) – P. 265–74.

4. Kong, P. The sporting body: body image and eating disorder symptomatology among female athletes from leanness focused and nonleanness focused sports / P. Kong, L.M. Harris // *The Journal Of Psychology* Jan-Apr– 2015. – Vol. 149(1–2) – P. 141–60.

5. McLean, S.A. Body Image in the Context of Eating Disorders / S.A. McLean, S.J. Paxton // *The Psychiatric Clinics Of North America*– 2019. – Vol. 42(1)– P. 145–156.

6. Shriver, L.H. Prevalence of Disordered Eating and Its Association With Emotion Regulation in Female College Athletes / L.H. Shriver, G. Wollenberg, G.E. Gates // *International Journal Of Sport Nutrition And Exercise Metabolism*– 2016. – Vol. 26(3). – P. 240–248.

7. Social Physique Anxiety and Disturbed Eating Attitudes and Behaviors in Adolescents: Moderating Effects of Sport, Sport-Related Characteristics, and Gender / M-C. Lanfranchi, C. Maïano, A.J.S. Morin, C. Maïano // *International Society of Behavioral Medicine*– 2015. – Vol. 22 – P. 149–160.

8. Sport type and interpersonal and intrapersonal predictors of body dissatisfaction in high school female sport participants / T.M. Karr, D. Davidson, F.B. Bryant, G. Balague, A.M. Bohnert // *Body Image*– 2013. – Vol. 10(2) – P. 210–219.