

Заключение. Процесс симуляции в физической культуре является комплексным явлением, которое оказывает весомое влияние на личностное развитие студентов. Анализируя механизмы симуляции через основную концепцию Ж.П. Бодрийяра, можно констатировать, что подмена активного проживания ощущений их пассивными составляющими в пространстве физической культуры может привести к утрате подлинного содержания и смысла осуществления занятий по физкультуре. Преодоление и предотвращение последствий симуляции требует комплексного подхода, включающего анализ её механизмов и активное внедрение практик, ориентированных на подлинное проживание и активное развитие.

1. Бодрийяр, Ж. Симулякры и симуляции / Ж. Бодрийяр ; [пер. с фр. А. Качалова]. – Москва : Издательский дом «ПОСТУМ», 2015. – 240 с.

2. Дубовицкая, Д. А. Значение процесса виртуализации в современном пространстве культуры: науч. ст. / Д. А. Дубовицкая // Социально-экономические явления и процессы. 2012. – №11. – С. 372–377.

3. Филимонова, С.И. «Черная дыра» в пространстве физической культуры и спорта: науч. ст. С.И. Филимонова // БЕРЕГИНЯ.777.СОВА. – 2011. – №2 (9). – С. 221–228.

СОЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ РАССТРОЙСТВ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ СРЕДИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Матвеева Е.И.,

*студентка 3 курса Смоленского государственного университета спорта,
г. Смоленск, Российская Федерация*

Научный руководитель – Живуцкая И.А., канд. пед. наук

Ключевые слова. Расстройство пищевого поведения, молодёжь, пищевые привычки, социальное окружение, культура питания.

Keywords. Eating disorder, youth, eating habits, social environment, and food culture.

На сегодняшний день в современных гуманитарных исследованиях сложилось представление о том, что нарушения пищевого поведения – это мультифакторные заболевания, которые возникают в итоге взаимодействия генетических, социокультурных и психологических факторов [1; 2; 3; 4; 6].

Обращение к работам российских исследователей (М.С. Матусевич, 2013.) позволило установить, что одной из причин развития расстройств пищевого поведения (РПП) в молодежной среде может стать активная, почти агрессивная пропаганда норм здорового образа жизни [5].

По замечанию М.Ю. Дурневой (2015), ближний круг играет важную роль в формировании расстройств пищевого поведения молодежи: родители оказывают большое влияние на формирование пищевых привычек детей как через собственные пищевые установки, так и посредством контроля над питанием ребёнка [2].

М.А. Попова (2017) и Г.А. Чеджемов (2017) указали, что важнейшей причиной широкого распространения расстройств приёма пищи является огромное влияние социума на сознание индивида, на его внутренние установки [6]. В.А. Ильина, (2020) указала, что существуют интернет-сообщества, в которых РПП идеализируются. Сами сообщества позиционируют себя в качестве источников информации о здоровом образе жизни и уходе за собой, при этом часто являясь прямой пропагандой РПП [3]. С.В. Кульпин, Г.А. Савчук, О.А. Якимова (2020) отметили, что тему здорового образа жизни освещает множество блогеров, стараясь придать ей широкую огласку, чтобы как можно больше людей стали «приверженцами правильного питания» [4]. Н.Л. Волкова (2023), изучая влияние социума на формирование РПП подростков, отметила значительную роль социального окружения, особенно сверстников, в формировании самооценки, восприятия тела и пищевых привычек [1].

Необходимо отметить, что в современных исследованиях много внимания уделено факторам, оказывающим влияние на РПП, но одновременно мало изучено мнение самой молодежи о расстройствах пищевого поведения. Редко затрагивается вопрос об информированности молодежи о данном явлении, о том, как часто они сталкиваются с данной девиацией

лично, считают ли они расстройства пищевого поведения актуальной социальной проблемой, насколько распространены элементы нарушений пищевого поведения в их жизни.

Указанное проблемное поле позволило сформулировать цель и задачи исследования. Цель – изучение социальных аспектов расстройств пищевого поведения среди молодежи. Задачи: проанализировать отечественные и зарубежные работы по теме; установить социокультурные факторы, оказывающие влияние на расстройства пищевого поведения молодежи; выявить социальную специфику расстройств пищевого поведения современной молодежи, опираясь на данные собственного социологического исследования.

Материал и методы. В рамках реализации указанной цели, в марте 2025 г., проведен социологический опрос студентов следующих учебных заведений: «Смоленский государственный университет спорта», «ОГУ имени И.С. Тургенева», «Евпаторийский медицинский колледж», «Смоленская академия градостроительства и архитектуры», «РНИМУ имени Н.И. Пирогова», «Ульяновский техникум питания и торговли», «Северо-Кавказская государственная академия», «Университет науки и технологии «МИСИС», «Оренбургский Государственный Университет», «Крымский федеральный университет имени В. И. Вернадского», «Смоленский государственный университет», «Сальский аграрно-технический колледж», «Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева».

Результаты и их обсуждение. Общее число опрошенных составило 63 человека (N=63) в возрасте от 18 до 25 лет, из них 21 (33,3 %) юноша и 42 девушки (66,7 %). В соответствии с полученными данными выявлена высокая информированность современной молодежи о таком явлении как «расстройство пищевого поведения». На вопрос «Знаете ли Вы что такое расстройство пищевого поведения?» большинство респондентов (96,8 %) ответили утвердительно. Отвечая на вопрос о том, насколько, по мнению студентов, распространены расстройства пищевого поведения среди современной молодежи, 17,5 % указали, что «очень распространено», 23,8 % – «не очень распространено». 58,7 % – «распространено». На вопрос «Сталкивались ли Вы с расстройством пищевого поведения» 63,4% респондентов ответили утвердительно, из них 34,9% столкнулись с данной проблемой лично, у 20,6 % от РПП страдали знакомые, у 7,9 % с данным расстройством столкнулись близкие родственники. Необходимо отметить, что 65,1 % опрошенных студентов ответили, что расстройства пищевого поведения не касались их лично. Тем не менее, на вопрос «Как часто Вы переедаете?» лишь 19 % опрошенных ответили «никогда», в то время как остальные 81% в той или иной степени переедают, из них «очень редко» – 27 %, «несколько раз в месяц» – 28,6 %, «несколько раз в неделю» – 20,6 %, «каждый день» – 4,8 %.

Результаты ответа на вопрос «Как часто Вы совершаете незапланированные покупки вредных продуктов, чтобы побаловать себя?» показали, что респонденты «никогда» так не поступающие отсутствуют, при этом совершают подобные покупки «часто» – 36,5 %, «очень часто» – 19 %, «иногда» – 27 % и «редко» – 17,5 %. При этом свыше половины респондентов (50,8%) предпринимают в свою сторону санкции в случае нарушения норм питания. Стоит отметить, что на вопрос «Как часто Вы отказываетесь от еды из-за того, что беспокоитесь о своём весе?» отрицательно ответили лишь 42,9 %, остальные 57,1 % отказываются от пищи, чтобы поддержать свой вес, из них «редко» – 15,9 %, иногда – 17,5 %, «часто» – 14,3 %, «очень часто» – 9,3 %. Что примечательно, достаточно большой процент опрошенных беспокоится о своем весе, но при этом на вопрос «Как часто Вы взвешиваетесь» лишь 33,4 % ответили, что регулярно следят за своим весом, однако из них лишь 15,9 % взвешивается в рамках нормы, больше, чем раз в 2 дня взвешиваются – 12,7 %, а несколько раз в день – 4,8 %.

СМИ выступает наиболее популярным ответом среди предпосылок к развитию РПП у молодых студентов – 76,2 %, вторым по популярности стал ответ «нездоровые пищевые привычки в семье» – 61,9 %, и третьим «неблагоприятная психологическая обстановка в семье» – 60,3 %.

В совокупности полученные данные приводят к тому, что многие опрошенные не полностью удовлетворены своим телом. Так, полностью довольны своим внешним видом лишь 27 % респондентов, остальные 73 % признают, что имеют недостатки, из них

14,3 % полностью недовольны внешностью. Около трети опрошенных (31,7 %) пользуются диетами. На вопрос «Есть ли у Вас опыт применения препаратов для изменения массы тела?» 17,5 % респондентов ответили утвердительно, из них 60 % указали, что используют различные БАДы, 20 % принимали Орлистат, 20 % – гейнеры и слабительные.

Результаты опроса показали, что современные молодые люди обладают высокой информированностью о «расстройстве пищевого поведения». Более половины респондентов сталкивались с проблемой лично, либо в ближайшем окружении. Особенно ярко выражена проблема с импульсивной покупкой вредных продуктов, что впоследствии приводит к компульсивному перееданию. Влияние семьи на формирование РПП играет почти столь же большую роль, как и воздействие СМИ. Но если средства массовой информации распространяют высокие стандарты телесной красоты, то семья выступает как источник нездоровых пищевых привычек.

Заключение. Установлено, что основными социокультурными факторами, способствующими формированию расстройств пищевого поведения молодёжи, являются: нездоровые пищевые привычки в семье и социальном окружении, агрессивное интернет-пространство. Выявлено, что большинство респондентов имеют склонность к формированию расстройств пищевого поведения, несмотря на отрицание прямого влияния вредных пищевых привычек на свою личность. В современном обществе до сих пор присутствует пропаганда «идеального» тела, сравнение с которым заставляет респондентов чувствовать себя некрасивыми или даже неполноценными людьми, также у молодёжи слабо развита здоровая культура питания. Очевидна необходимость в разработке комплекса практических мер, направленных на совершенствование первичной профилактики расстройств пищевого поведения среди населения.

1. Волкова, Н. Л. Влияние ближайшего социального окружения на пищевое поведение и образ тела подростков: обзор / Н. Л. Волкова // Молодой ученый, 2023. – № 20 (467). – С.400–403.

2. Дурнева, М. Ю. Формирование пищевого поведения: путь от младенчества до подростка. Обзор зарубежных исследований / М. Ю. Дурнева // Клиническая и специальная психология. – 2015. – Т. 4. – №3. – С.3–5.

3. Ильина, В. А. Идеализация расстройства пищевого поведения в виртуальном пространстве. / В. А. Ильина // Скиф. Вопросы студенческой науки. Серия: социологические науки. – 2020 (4) – С. 95–99.

4. Кульпин, С. В. Зачем молодёжь создает контент о здоровом образе жизни: факторный анализ тематических блогов / С. В. Кульпин, Г. А. Савчук, О. А. Якимова // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. – 2020. – № 2 (156). – С. 168–190.

5. Матусевич, М. С. Особенности формирования пищевых нарушений у подростков / М. С. Матусевич // Молодой ученый. – 2013. – Т. 12. – С. 814–817.

6. Попова, М. А. Влияние общественного мнения на формирование комфортности личности / М. А. Попова, Г. А. Чеджемов // Известия ИСУ СГЭУ. – 2017. – №1 (15). – С. 96.

ИЕРАРХИЯ МОТИВОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИТНЕСОМ У ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

Матькова В.Г.,

аспирант ВГУ имени П.М. Машерова,

г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Новицкий П.И., канд. пед. наук, доцент

Ключевые слова. Занятия фитнесом, зрелый возраст, мотив, мотивация, потребность, фитнес-центр.

Keywords. Fitness classes, mature age, motive, motivation, need, fitness center.

В современной психологии мотив рассматривается, как свойство субъекта поведения, эмоциональное состояние, являющееся устойчивым и побуждающим к совершению определенных действий. Потребность – это осознаваемое человеком желание (или даже нужда) в приобретении либо удалении чего-то, испытываемое на уровне разума и/или эмоций. Потребность становится мотивом, когда заставляет человека действовать, а ее удовлетворение снимает психическое напряжение [1; 2].