

УДК 613.12

DOI: 10.35693/2500-1388-2023-8-1-22-28

## Восприятие студентами спортивного вуза образа своего тела и его влияние на наличие дезадаптивного пищевого поведения

Н.Х. Давлетова<sup>1,2</sup>, Е.А. Тафеева<sup>2</sup><sup>1</sup>Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (Казань, Россия)<sup>2</sup>Казанский государственный медицинский университет (Казань, Россия)

### Аннотация

**Цель** – оценить восприятие студентами спортивного вуза образа своего тела и его влияния на наличие дезадаптивного пищевого поведения (ДПП).

**Материал и методы.** Был проведен опрос 768 студентов с использованием опросника образа собственного тела (ООСТ) и шкалы оценки пищевого поведения (ШОПП).

**Результаты.** У 43,2±5,1% спортсменок и 42,9±10,8% спортсменов сложно-координационных видов спорта наблюдалась выраженная степень неудовлетворенности своей внешностью (СНСВ). СНСВ у большинства студентов других видов спорта и неспортсменов (у 50,9±6,7% спортсменов циклических видов спорта, 37,5±6,1% единоборцев (Е), 38,8±4,02% игроков (СИ), 38,2±6,5% юношей-неспортсменов, 40,6±8,7% представительниц Е) оценивалась как «легкая неудовлетворенность» и у 31,6±4,8% представительниц СИ и 31,7±4,2% спортсменок — как «умеренная неудовлетворенность». СНСВ коррелировала с наличием клинических проявлений ДПП ( $r=0,5$ ,  $p<0,001$ ) и с наличием психологических характеристик и стереотипов поведения, свойственных лицам с ДПП ( $r=0,279$ ,  $p<0,001$ ).

**Выводы.** Искаженное восприятие собственного тела влияет на наличие симптомов ДПП у студентов спортивного вуза. ООСТ возможно использовать в качестве скринингового метода для определения группы риска развития ДПП на донозологическом этапе. Ранжирование видов спорта по количеству спортсменок с выраженной СНСВ может быть применено для определения очередности разработки адресных про-

филактических мероприятий с учетом специфики вида спорта, особенностей тренировочного и соревновательного этапов подготовки.

**Ключевые слова:** пищевое поведение, студенты, спортивный вуз, спортсмены, неспортсмены, образ собственного тела, удовлетворенность внешностью.

**Конфликт интересов:** не заявлен.

### Для цитирования:

Давлетова Н.Х., Тафеева Е.А. Восприятие студентами спортивного вуза образа своего тела и его влияние на наличие дезадаптивного пищевого поведения. *Наука и инновации в медицине*. 2023;8(1):22-28. doi: 10.35693/2500-1388-2023-8-1-22-28

### Сведения об авторах

**Давлетова Н.Х.** – канд. мед. наук, доцент, доцент кафедры медико-биологических дисциплин; доцент кафедры общей гигиены. ORCID: 0000-0002-2014-1746

E-mail: davletova0681@mail.ru

**Тафеева Е.А.** – д-р мед. наук, доцент, профессор кафедры общей гигиены.

ORCID: 0000-0002-4161-2463

E-mail: tafeeva@mail.ru

### Автор для переписки

**Давлетова Наиля Ханифовна**

Адрес: Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Деревня Универсиады, 35, г. Казань, Россия, 420010.

E-mail: davletova0681@mail.ru

ООСТ – опросник образа собственного тела; Е – единоборства; ПП – пищевое поведение; ДПП – дезадаптивное пищевое поведение; СНСВ – степень неудовлетворенности своей внешностью; СИ – спортивные игры; СКВС – сложно-координационные виды спорта; ЦВС – циклические виды спорта; ШОПП – шкала оценки пищевого поведения; ю – юноши; д – девушки.

**Рукопись получена:** 20.06.2022

**Рецензия получена:** 19.09.2022

**Решение о публикации принято:** 09.01.2023

## Perception of the body image and its influence on the development of maladaptive eating behaviors in sports university students

Nailya Ch. Davletova<sup>1,2</sup>, Elena A. Tafeeva<sup>2</sup><sup>1</sup>Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism (Kazan, Russia)<sup>2</sup>Kazan State Medical University (Kazan, Russia)

### Abstract

**Aim** – to assess the body image perception and its influence on the development of maladaptive eating behavior (MEB) among students of a sports university.

**Material and methods.** A survey was conducted among 768 students using a self-image questionnaire (SIQ) and an Eating Behavior Assessment Scale (EBAS).

**Results.** 43.2±5.1% of sportswomen and 42.9±10.8% of sportsmen of complex coordination sports had a pronounced degree of appearance dissatisfaction (AD). The AD level was assessed as "slight dissatisfaction"

in most students of other sports and non-athletes (in 50.9±6.7% of athletes of cyclic sports, 37.5±6.1% of wrestlers, 38.8±4.02% of sports games athletes (SGA), 38.2 ± 6.5% of male non-athletes, 40.6 ± 8.7% of female wrestlers). In 31.6±4.8% of the female SGA and in 31.7±4.2% women non-athletes we observed "moderate dissatisfaction". The AD level correlated with the presence of clinical manifestations of MEB ( $r=0.5$ ,  $p<0.001$ ) and with the presence of psychological traits and behavioral stereotypes characteristic of people with MEB ( $r=0.279$ ,  $p<0.001$ ).

**Conclusion.** A distorted perception of one's own body, namely dissatisfaction with one's appearance, was related with the presence of

the MEB symptoms in the students of the sports university. The self-image questionnaire (SIQ) can be used as a screening method to determine the risk group for developing MEB at the prenosological stage. The ranking of sports by the number of athletes with pronounced appearance dissatisfaction can be used to determine the order of development of targeted preventive measures, taking into account the specifics of the sport, the characteristics of the training process and competitive stages.

**Keywords:** eating behavior, students, Sports University, athletes, non-athletes, body image, appearance appreciation.

**Conflict of interest:** nothing to disclose.

#### Citation

Davletova NCh, Tafeeva EA. Perception of the body image and its influence on the development of maladaptive eating behaviors in sports university students. *Science and Innovations in Medicine*. 2023;8(1):22-28. doi: 10.35693/2500-1388-2023-8-1-22-28

#### Information about authors

**Nailya Ch. Davletova** – PhD, Associate professor at the Department of biomedical sciences; Associate professor at the Department of general hygiene. ORCID: 0000-0002-2014-1746 E-mail: davletova0681@mail.ru

**Elena A. Tafeeva** – PhD, Professor at the Department of general hygiene. ORCID: 0000-0002-4161-2463 E-mail: tafeeva@mail.ru

#### Corresponding Author

**Nailya Ch. Davletova**

Address: Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism, 35 Universiade Village, Kazan, Russia, 420010.

E-mail: davletova0681@mail.ru

Received: 20.06.2022

Revision Received: 19.09.2022

Accepted: 09.01.2023

## ■ ВВЕДЕНИЕ

В исследованиях российских и зарубежных авторов большое внимание уделяется изучению восприятия образа своего тела и его влиянию на разные аспекты жизни человека, в том числе на состояние здоровья, выражаемое в понятии пищевого статуса и обусловленное особенностями его пищевого поведения [1–6].

Понятие «образ своего тела» объединяет в себе мысли, чувства и действия, возникающие в отношении своего тела и внешнего вида, формируемые при сравнении своей внешности с принятым в обществе «идеалом». А степень несоответствия собственной внешности «идеалу» отражает степень неудовлетворенности ею [7–11]. Поэтому при рассмотрении вопросов, связанных с образом своего тела, необходимо учитывать как степень удовлетворенности своей внешностью, так и восприятие формы и размеров отдельных частей и своего тела в целом [7, 12].

Восприятие образа собственного тела может оказывать существенное влияние не только на отношение к себе и окружающим, но и на характер межличностных отношений, поведение, качество жизни и здоровье индивида [13]. Особо четко это прослеживается на примере негативного влияния искаженного восприятия образа своего тела на пищевое поведение, приводя к развитию нервной анорексии и нервной булимии [14–17].

Актуальность подобного рода исследований в студенческой среде не вызывает сомнений ввиду особенностей быта, образа жизни и уязвимости в социальном плане данной категории лиц. Особый исследовательский интерес представляет изучение субъективного восприятия образа собственного тела и его влияние на пищевое поведение у студентов спортивного вуза в силу высокой значимости вопросов питания в сфере физической культуры и спорта, с одной стороны, и преобладанием среди обучающихся лиц с объективными показателями «идеального» телосложения – с другой. Изучение восприятия студентами спортивного вуза собственного тела через оценку неудовлетворенности внешностью позволит определить особенности его влияния на пищевое поведение, от которого во многом зависит не только состояние здоровья, но и успешность обучения в спортивном вузе и прогресс спортивных результатов.

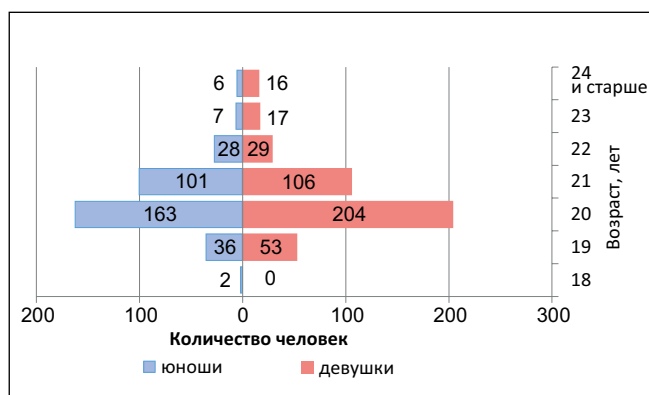
## ■ ЦЕЛЬ

Оценить восприятие образа своего тела и его влияние на наличие дезадаптивного пищевого поведения у студентов спортивного вуза.

## ■ МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании, которое проводилось на базе Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (Поволжский ГУФКСИТ), приняли участие 768 студентов (343 юноши и 425 девушек). Средний возраст опрошенных студентов составил  $20,54 \pm 1,29$  года. Распределение по возрасту и полу представлено на рисунке 1. Респонденты были однородны по социальному и семейному положению, проживали в кампусе Поволжского ГУФКСИТ. Перед проведением обследования все принявшие участие в нем студенты подписали информированное согласие на участие в исследовании в соответствии с требованиями Хельсинкской декларации 1975 года (в пересмотре 1983 г.).

Для сравнительной характеристики все студенты были разделены на десять групп, полученные сочетанием факторов «спортивная деятельность / вид спорта» и «пол». В группу студентов-неспорсменов вошли юноши и девушки, уровень физической активности которых ограничен уроками физической культуры в рамках образовательной программы вуза. В группу студентов-спортсменов вошли представители



**Рисунок 1.** Распределение опрошенных студентов спортивного вуза по возрасту и полу.

**Figure 1.** Distribution of the sports university students participating in the survey by age and gender.

	Всего обследованных, чел.	Студенты-спортсмены, чел.				Неспортсмены, чел.
		ЦВС	СКВС	Е	СИ	
Всего	767	138	116	96	242	175
Юноши	342	55	21	64	147	55
Девушки	425	83	95	32	95	120

**Таблица 1.** Количество студентов, принявших участие в исследовании

**Table 1.** The number of the students involved in the study

21 вида спорта, которые были разделены на спортсменов ЦВС – циклических видов спорта (легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, гребля), СКВС – сложно-координационных видов спорта (акробатика, фигурное катание, художественная гимнастика, рок-н-рол, синхронное плавание), Е – единоборцев (борьба, бокс, тхэквондо, фехтование), СИ – представителей спортивных игр (бадминтон, баскетбол, волейбол, настольный теннис, регби, теннис, футбол, хоккей с шайбой, хоккей на траве). Распределение студентов, принявших участие в исследовании, по полу и принадлежности к тому или иному виду спортивной деятельности представлено в **таблице 1**.

Восприятие студентами спортивного вуза образа собственного тела было проведено через определение степени неудовлетворенности своей внешностью при помощи опросника образа собственного тела (ООСТ), разработанного О.А. Скугаревским и С.В. Сивухой [15]. Методика состоит из 16 утверждений, отражающих общую оценку тела и отдельных его частей (масса, форма), чувства и эмоции, возникающие по отношению к своему телу, убеждения в отношении своего тела и внешности, а также особенности поведения (нежелание взвешиваться, смотреть на себя в зеркало и т.д.). Надежность теста по коэффициенту альфа Кронбаха равен 0,88 [15].

Для выявления дезадаптивного пищевого поведения (ПП) у студентов спортивного вуза была использована «Шкала оценки пищевого поведения» (ШОПП) [18]. Каждое из 51 утверждения опросника респонденты оценивали по шестибальной шкале. После перевода сырых баллов в стеновые результаты оценивались по 7 субшкалам: 1) «стремление к худобе», 2) «булимия», 3) «неудовлетворенность телом», 4) «неэффективность», 5) «перфекционизм», 6) «недоверие в межличностных отношениях», 7) «интероцептивная некомпетентность». По субшкалам 1, 2, 3 оценивалось наличие клинических проявлений нарушений ПП, а по субшкалам 4, 5, 6, 7 – психологические характеристики и стереотипы поведения, свойственные для лиц с дезадаптивным ПП. Надежность теста по показателям альфа Кронбаха для отдельных субшкал находилась в пределах от 0,58 до 0,86 [18].

Для упрощения сбора полученных данных анкетирование по вышеуказанным методикам проводилось при помощи заполнения гугл-форм (опросник отношения к своему телу: [https://docs.google.com/forms/d/1DSD\\_vepRXZOH08jLD6Tx7ghLdBKzQuwvdNicy4TbKJU/edit](https://docs.google.com/forms/d/1DSD_vepRXZOH08jLD6Tx7ghLdBKzQuwvdNicy4TbKJU/edit); «Шкала оценки пищевого поведения»: [https://docs.google.com/forms/d/1J9hOGwbnlTtTORXhm8O9QDzqXKiimi\\_WRmUtPKB6C\\_E/edit](https://docs.google.com/forms/d/1J9hOGwbnlTtTORXhm8O9QDzqXKiimi_WRmUtPKB6C_E/edit)).

Статистическая обработка данных производилась посредством программы IBM SPSS v19. Все данные были проверены на нормальность распределения с помощью критерия Колмогорова – Смирнова. Количественные признаки, имеющие нормальное распределение, представлены в виде среднего арифметического и ошибки среднего ( $M \pm SE$ ). Были вычислены относительные показатели на 100 опрошенных и средней ошибки относительного показателя  $P \pm p$ . Для оценки различий были использованы таблицы сопряженности с оценкой различий по хи-квадрат Пирсона ( $-2$ ). Для определения корреляции между степенью неудовлетворенности своим телом и наличием клинических симптомов, психологических характеристик и стереотипов поведения, свойственных лицам с дезадаптивным ПП, рассчитывался коэффициент корреляции Пирсона. При оценке силы связи коэффициентов корреляции применялась шкала Чеддока. За критический уровень значимости принимали  $p < 0,05$ .

## ■ РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

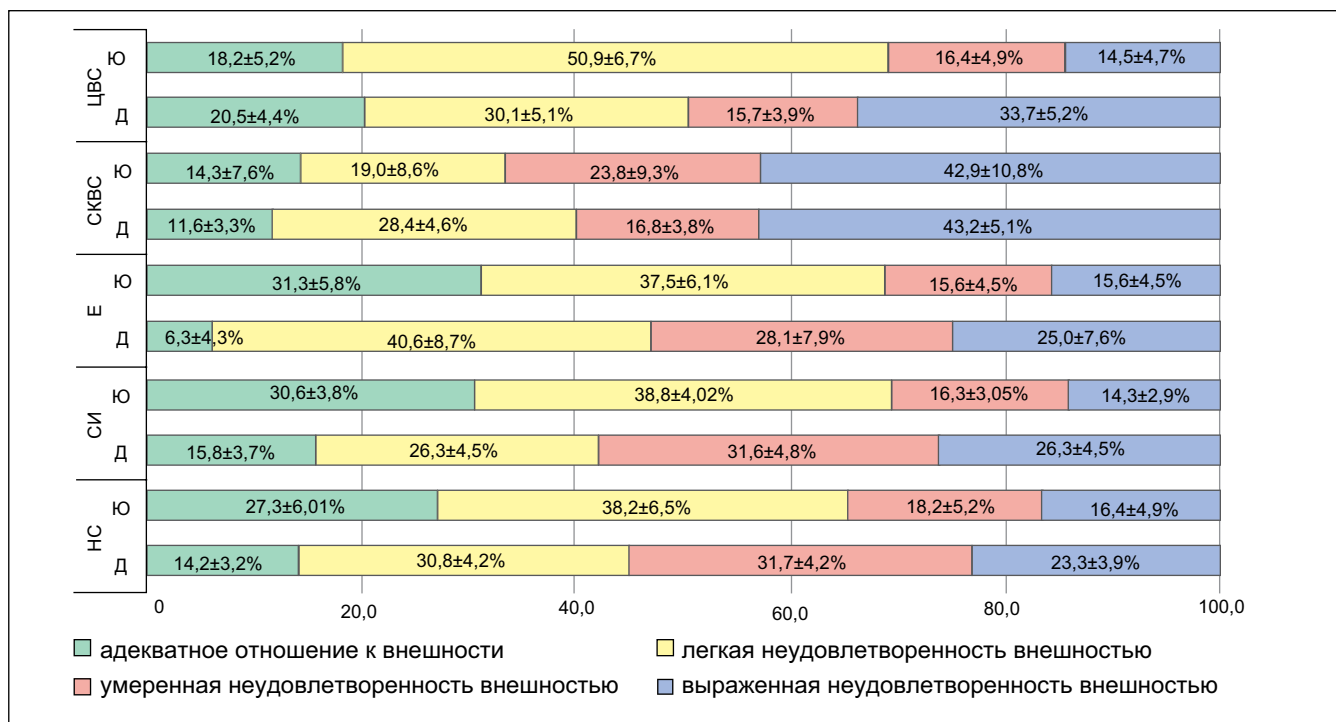
На отношение к образу своего тела влияет множество факторов, начиная от мнения окружающих, СМИ, социальных сетей, оказывающих воздействие на убеждения и самооценку, заканчивая особенностями пищевого поведения [4, 13, 19–21]. Неудовлетворенность образом собственного тела может сказаться на адекватности заключений об идеальной массе тела и привести к возникновению расстройств пищевого поведения (нервной анорексии или нервной булимии) [7, 22].

Результаты исследования восприятия образа своего тела через определение степени удовлетворенности своей внешностью (по общей оценке массы и формы тела, чувств и эмоций по отношению к своему телу и особенностям поведения) студентами спортивного вуза представлены на **рисунке 2**.

Как и следовало ожидать, студентов с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью было статистически больше среди девушек, чем среди юношей ( $30,6 \pm 2,21\%$  и  $16,6 \pm 2,01\%$  соответственно,  $-2 = 39,97$ ,  $p < 0,001$ ).

Наибольшее количество студентов, крайне неудовлетворенных своим внешним видом, наблюдалось среди девушек и юношей СКВС ( $43,2 \pm 5,1\%$  и  $42,9 \pm 10,8\%$  соответственно), причем статистически значимых гендерных различий не было выявлено ( $-2 = 1,13$ ,  $p > 0,05$ ). Наименьшее количество студентов с выраженной степенью неудовлетворенности внешностью наблюдалось среди юношей ЦВС ( $14,5 \pm 4,7\%$ ) и СИ ( $14,3 \pm 2,9\%$ ). Количество неспортсменов с выраженной степенью неудовлетворенности внешностью среди юношей составило  $16,4 \pm 4,9\%$ , среди девушек –  $23,3 \pm 3,9\%$ .

Число студентов с умеренной неудовлетворенностью своей внешностью среди юношей колебалось от  $23,8 \pm 9,3\%$  у представителей СКВС до  $15,6 \pm 4,5\%$  у единоборцев, а среди девушек – от



**Рисунок 2.** Распределение студентов спортивного вуза по уровню неудовлетворенности своей внешностью.  
**Figure 2.** Distribution of students of a sports university by the level of appearance dissatisfaction.

31,7±4,2% у спортсменок до 15,7±3,9% у представительниц ЦВС.

Легкая неудовлетворенность своим телом была выявлена у юношей: ЦВС (50,9±6,7%), Е (37,5±6,1%), СИ (38,8±4,02%) и спортсменов (38,2±6,5%); у девушек: ЦВС (30,1±5,1%), Е (40,6±8,7%) и спортсменок (30,8±4,2%).

Под адекватным отношением к своей внешности подразумевалась положительная реакция на образ собственного тела, реалистичная оценка своего отражения в зеркале и отсутствие склонности к беспокойству о собственном весе. Такое отношение к собственному телу чаще наблюдалось среди юношей-единоборцев (31,3±5,8%), представителей СИ (30,6±3,8%), спортсменов (27,3±6,01%) и среди девушек ЦВС (20,5±4,4%).

Исходя из полученных результатов исследования, было проведено ранжирование видов спорта по количеству спортсменов с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью (таблица 2).

Как видно из таблицы 2, в сложно-координационных видах спорта как среди юношей, так и среди девушек чаще встречаются спортсмены с выраженной

Ранг	Юноши спортсмены	Девушки спортсменки
I	СКВС	СКВС
II	Е	ЦВС
III	ЦВС	СИ
IV	СИ	Е

**Таблица 2.** Ранжирование видов спорта по количеству спортсменов с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью

**Table 2.** Ranking of sports by the number of athletes with pronounced dissatisfaction with their appearance

неудовлетворенностью своей внешностью. На втором месте все виды единоборств у юношей и ЦВС у девушек. Стоит отметить, что игровые виды спорта по численности юношей-спортсменов с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью оказались на четвертом месте, а на последнем месте по количеству девушек, крайне неудовлетворенных своей внешностью, – единоборства.

Субъективное искажение образа своего тела и неудовлетворенность своей внешностью могут рассматриваться как предикторы появления нарушений пищевого поведения. Распределение лиц с отклонениями по «Шкале оценки пищевого поведения» среди студентов с разным уровнем неудовлетворенности своей внешностью представлено в таблице 3.

Полученные результаты опросника ШОПП позволяют утверждать, что стремление к худобе, которое выражается в чрезмерном беспокойстве о весе и систематических попытках похудеть, чаще наблюдалось у юношей и девушек с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью (63,6±10,26% и 75,3±4,68% соответственно).

По субшкале «булимия», под которой понимается побуждение к наличию эпизодов переедания и «очищения», больше всего отклонений было выявлено у девушек с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью (64,6±5,04%), а у юношей – с выраженной и легкой степенью неудовлетворенности (37,9±5,97% и 31,8±5,73% соответственно). Меньше всего отклонений по этой субшкале наблюдалось у юношей и девушек, адекватно воспринимающих образ своего тела.

Сравнение результатов оценивания студентами своей внешности в целом по общей массе и форме

Наименование субшкалы по ШОПП	Степень неудовлетворенности своей внешностью							
	Адекватное восприятие		Легкая степень		Умеренная степень		Выраженная степень	
	ю	д	ю	д	ю	д	ю	д
Стремление к худобе	0	1,2±1,18	13,6±7,31	5,9±2,56	22,7±8,93	17,6±4,13	63,6±10,26	75,3±4,68
Булимия	4,5±2,55*	3,1±1,83*	31,8±5,73*	13,5±3,6*	25,8±5,39*	18,8±4,12*	37,9±5,97*	64,6±5,04*
Неудовлетворенность телом	7,1±4,84*	1,6±2,59*	17,9±7,24*	3,2±2,24*	14,3±6,62*	14,5±4,47*	60,7±9,23*	80,6±5,02*
Неэффективность	4,3±2,99*	0*	21,7±6,08*	8,4±3,04*	19,6±5,85*	15,7±3,99*	54,3±7,34*	75,9±4,69*
Перфекционизм	25,0±4,33*	5,1±2,48*	38,0±4,85*	20,3±4,53*	15,0±3,57*	19,9±4,49*	22,0±4,14*	55,7±5,59*
Недоверие в межличностных отношениях	21,4±4,47	11,3±2,84	29,8±4,99	21,8±3,71	13,1±3,68	17,7±3,43	35,7±5,23	49,2±4,49
Интероцептивная некомпетентность	5,9±3,3	1,2±1,17	23,5±5,94	15,1±3,86	17,6±5,33	20,9±4,38	52,9±6,99	62,8±5,21

Примечание: \* – статистически значимые различия,  $p < 0,05$ .

**Таблица 3.** Распределение лиц с отклонениями по ШОПП среди студентов с разным уровнем неудовлетворенности своей внешностью,  $P \pm p$

**Table 3.** Distribution of persons with deviations according to EBS among students with different levels of appearance dissatisfaction,  $P \pm p$

тела, чувств и эмоций по отношению к своему телу (опросник ООСТ) с результатами их оценки отдельных частей своего тела (субшкала «неудовлетворенность телом» ШОПП) показало, что лишь 7,1±4,84% юношей и 1,6±2,59% девушек при адекватном отношении к своей внешности в целом все же считают отдельные части своего тела (бедра, грудь, ягодицы) чрезмерно толстыми.

Отклонения по субшкале «неэффективность», характеризующей отсутствие ощущения безопасности, одиночество, неспособность контролировать собственную жизнь, были выявлены у 54,3±7,34% юношей и 75,9±4,69% девушек с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью ( $-2=27,83$ ,  $p < 0,001$ ).

Наличие неадекватно завышенных ожиданий в отношении высоких достижений и неспособность прощать себе недостатки оценивались по результатам субшкалы «перфекционизм». Так, среди юношей такими психологическими характеристиками чаще обладали студенты с адекватным отношением и с легкой степенью неудовлетворенности (25,0±4,33% и 38,0±4,85% соответственно), а среди девушек – с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью (55,7±5,59%).

По субшкале «недоверие в межличностных отношениях», под которой понимается чувство отстраненности от контактов с окружающими, отклонения чаще выявлялись у юношей и девушек с выраженной неудовлетворенностью (35,7±5,23% и 49,2±4,49% соответственно) и с легкой степенью неудовлетворенности своей внешностью (29,8±4,99% и 21,8±3,71% соответственно). Стоит отметить, что среди студентов с отклонениями по данной субшкале 21,4±4,47% юношей адекватно воспринимали свою внешность.

Дефицит уверенности в отношении распознавания чувства голода и насыщения, который в ШОПП представлен субшкалой «интероцептивная некомпетентность», был выявлен в большинстве случаев у юношей и девушек с выраженной степенью

неудовлетворенности своей внешностью (52,9±6,99% и 62,8±5,21% соответственно).

При проведении корреляционного анализа обнаружена заметная прямая взаимосвязь между степенью неудовлетворенности своей внешностью и наличием клинических проявлений нарушений ПП ( $r=0,5$ ,  $p < 0,001$ ), а также умеренная взаимосвязь неудовлетворенности своей внешностью с наличием психологических характеристик и стереотипов поведения, свойственных лицам с дезадаптивным ПП ( $r=0,279$ ,  $p < 0,001$ ).

## ■ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ результатов проведенного исследования показал, что студенты спортивного вуза по-разному воспринимают образ своего тела. Несмотря на то что среди опрошенных студентов большинство в легкой и умеренной степени не удовлетворено своей внешностью, проблема неудовлетворенности своим телом чаще встречается среди спортсменов, особенно в СКВС, чем среди неспортсменов. Возможно, это связано с особым вниманием, которое уделяют студенты, занимающиеся спортом, показателям веса, динамике изменения обхватных размеров отдельных частей тела как определяющих спортивный результат. Искажение восприятия образа своего тела может привести к появлению чувства вины при увеличении веса и деструктивному поведению в виде истощающих тренировок, ограничений в приеме пищи, применению лекарственных средств и пищевых добавок, способствующих снижению массы тела, формированию стойкого ограничительного стереотипа поведения.

На основе ранжирования были выделены виды спорта (СКВС (девушки и юноши), Е (юноши) и ЦВС (девушки)), где чаще встречаются спортсмены с выраженной степенью неудовлетворенности образом собственного тела. Стоит отметить, что в индивидуальных видах спорта количество лиц с выраженной степенью неудовлетворенности своей внешностью выше, чем среди командных видов. Так, СИ по численности юношей с выраженной неудовлетворенностью своим телом занимают IV, а у девушек – III место.

Сравнение полученных результатов настоящего исследования с данными публикаций других авторов свидетельствует о наличии влияния восприятия образа собственного тела, определяемого через степень неудовлетворенности своей внешностью, на пищевое

поведение человека [2, 3, 14, 23, 24]. В то же время неудовлетворенность своим телом является фактором риска развития дезадаптивного ПП и представляет собой основной психопатологический признак его возникновения [25]. Этим объясняется наличие прямых корреляционных взаимосвязей между степенью неудовлетворенности своим телом и наличием клинических симптомов, психологических характеристик и стереотипов поведения, свойственных для лиц с нарушением ПП.

## ■ ВЫВОДЫ

Результаты проведенного исследования позволили изучить особенности восприятия образа своего тела студентами спортивного вуза через анализ неудовлетворенности своей внешностью и оценить его влияние на наличие дезадаптивного пищевого поведения. Степень неудовлетворенности своей внешностью у большинства студентов-спортсменов и неспортсменов оценивалась как «легкая неудовлетворенность» (у 50,9±6,7% спортсменов ЦВС, 37,5±6,1% единоборцев, 38,8±4,02% игроков, 38,2±6,5% юношей-неспортсменов, 40,6±8,7% представительниц Е) и «умеренная неудовлетворенность» (у 31,6±4,8% представительниц СИ и 31,7±4,2% неспортсменок). Наибольшее количество студентов с выраженной степенью неудовлетворенности своим телом было выявлено среди юношей и девушек СКВС (42,9±10,8% и 43,2±5,1% соответственно) и спортсменок ЦВС (33,7±5,2%). Количество студентов с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью как среди спортсменов, так и среди неспортсменов было статистически больше среди девушек, чем среди юношей.

Неудовлетворенность студентов своей внешностью, субъективное восприятие тела и отдельных его частей как чрезмерно толстых, а у спортсменов еще

и акцент на вышеперечисленном как на возможной причине отсутствия прогресса в спортивных результатах, могут привести к ограничительному пищевому стереотипу поведения, что в свою очередь может спровоцировать появление клинических симптомов нервной анорексии или нервной булимии.

Результаты исследования свидетельствуют о наличии связи между уровнем неудовлетворенности своей внешностью и признаками дезадаптивного пищевого поведения. Вероятность появления психологических характеристик и стереотипов поведения, свойственных лицам с дезадаптивным ПП, а затем и клинических симптомов нарушения пищевого поведения у студентов становилось выше при увеличении степени неудовлетворенности своим телом.

По количеству спортсменов с выраженной неудовлетворенностью своей внешностью, а следовательно, с высокой вероятностью наличия признаков дезадаптивного ПП преобладают сложно-координационные виды спорта.

Таким образом, опросник образа собственного тела для оценки восприятия студентами спортивного вуза образа собственного тела через определение степени неудовлетворенности своей внешностью можно использовать для определения группы риска развития дезадаптивного ПП на донологическом этапе. Ранжирование видов спорта по количеству спортсменов с выраженной степенью неудовлетворенности своей внешностью может быть применено для определения очередности разработки адресных профилактических мероприятий с учетом специфики вида спорта, особенностей тренировочного и соревновательного этапов подготовки. ■

**Конфликт интересов:** все авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов, требующего раскрытия в данной статье.

## ЛИТЕРАТУРА / REFERENCES

- Ozhigova LN, Klempert SV. *Satisfaction with one's own body and attitude to health in young girls*. In: Education and science in modern realities: materials. Cheboksary, 2021:134-139. (In Russ.). [Ожигова Л.Н., Клемперт С.В. Удовлетворенность собственным телом и отношение к здоровью у молодых девушек. *Образование и наука в современных реалиях*. Чебоксары, 2021:134-139]. doi: 10.21661/r-553936
- Petrova EA, Babich EG, Kuksov AS, Tihonova VI. Psychological features of eating behavior of young people in conditions of self-isolation. *Problems of social hygiene, public health and the history of medicine*. 2021;5:1071-1076. (In Russ.). [Петрова Е.А., Бабиц Е.Г., Куксов А.С., Тихонова В.И. Психологические особенности пищевого поведения молодежи в условиях самоизоляции. *Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины*. 2021;5:1071-1076].
- Udalova EA. Features of body image and eating behavior in men and women of adolescence. *News of higher educational institutions. Ural region*. 2018;3:99-114. (In Russ.). [Удалова Е.А. Особенности образа тела и пищевого поведения у мужчин и женщин юношеского возраста. *Известия высших учебных заведений. Уральский регион*. 2018;3:99-114].
- Filatova OV, Polovinkin SS, Chervova IV, et al. Estimation of psychological features, body composition and status of actual nutrition of women with eating behavior disorders. *Obesity and metabolism*. 2018;15(3):28-32. (In Russ.). [Филатова О.В., Половинкин С.С.,

Червова И.В., и др. Оценка психологических особенностей, состава тела и статуса фактического питания женщин с нарушениями пищевого поведения. *Ожирение и метаболизм*. 2018;15(3):28-32]. <https://doi.org/10.14341/omet9314>

5. Al-Jumayan AA, Al-Eid NA, AlShamlan NA, AlOmar RS. Prevalence and associated factors of eating disorders in patrons of sport centers in Saudi Arabia. *J Family Community Med*. 2021;28(2):94-102. doi: 10.4103/jfcm.jfcm\_113\_21

6. Walker DC, White EK, Srinivasan VJ. A meta-analysis of the relationships between body checking, body image avoidance, body image dissatisfaction, mood, and disordered eating. *Int J Eat Disord*. 2018;51(8):745-770. doi: 10.1002/eat.22867

7. Baturina NV, Zacepina OA. The influence of the social network Instagram on body image perception in young women. *Society: sociology, psychology, pedagogy*. 2021;7(87):51-67. (In Russ.). [Батурина Н.В., Зацепина О.А. Влияние социальной сети Instagram на восприятие образа тела у молодых женщин. *Общество: социология, психология, педагогика*. 2021;7(87):51-67].

8. Bessonova TI, Paron'janc IV. Body image in young women. *Humanitarian and pedagogical education*. 2020;2(6):77-84. (In Russ.). [Бессонова Т.И., Пароньянц И.В. Образ тела у женщин молодого возраста. *Гуманитарно-педагогическое образование*. 2020;2(6):77-84].

9. Tolkunova DA, Ponomareva TYu. Features of the body image in people with different body types. *Actual problems of the humanities*

- and natural sciences. 2012;10:277-282. (In Russ.). [Толкунова Д.А., Пономарева Т.Ю. Особенности образа тела у людей с разным типом телосложения. *Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук*. 2012;10:277-282].
10. Hrupova AN. Students' ideas about the ideal of their own body. *Bulletin of the Moscow State Regional University. Series: Psychological sciences*. 2019;2:54-64. (In Russ.). [Хрупова А.Н. Представления студентов об идеале собственного тела. *Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки*. 2019;2:54-64].
11. Laker V, Waller G. Does comparison of self with others influence body image among adult women? An experimental study in naturalistic settings. *Eat Weight Disord*. 2022;27(2):597-604. doi: 10.1007/s40519-021-01196-3
12. Kopylova AM. Features of self-attitude and attitude to their appearance among students. *News of higher educational institutions. Ural region*. 2020;3:56-67 (In Russ.). [Копылова А.М. Особенности самооотношения и отношения к своей внешности у студентов. *Известия высших учебных заведений. Уральский регион*. 2020;3:56-67].
13. Kamneva KYu. *A study of body image in today's youth*. In: Modern Science: Problems, Ideas, Trends. 2020:561-568. (In Russ.). [Камнева К.Ю. *Исследование образа тела у современной молодежи*. В кн.: Современная наука: проблемы, идеи, тенденции. 2020:561-568].
14. Blinova EG, Akimova IS, Bogunova OS, et al. Features of eating behavior and body image perception of girls and boys. *Modern problems of science and education*. 2015;2(1):61. (In Russ.). [Блинова Е.Г., Акимова И.С., Богунова О.С., и др. Особенности пищевого поведения и восприятия образа тела девушек и юношей. *Современные проблемы науки и образования*. 2015;2(1):61].
15. Skugarevskij OA. Body image: developing an assessment tool. *Psychological journal*. 2006;2:40-48. (In Russ.). [Скугаревский О.А. Образ собственного тела: разработка инструмента для оценки. *Психологический журнал*. 2006;2:40-48].
16. Shelispanskaya EV. *Risks of eating disorders in girls involved in aesthetic sports*. In: Modern technologies in physical education and sports. 2020:175-180. (In Russ.). [Шелиспанская Э.В. *Риски нарушений пищевого поведения у девушек, занимающихся эстетическими видами спорта*. В кн.: Современные технологии в физическом воспитании и спорте. 2020:175-180].
17. Cella S, Cipriano A, Iannaccone M, Cotrufo P. Identifying Predictors Associated with the Severity of Eating Concerns in Females with Eating Disorders. *Res Psychother*. 2017;20(1):199. doi: 10.4081/ripppo.2017.199
18. Skugarevskij OA, Kopylov AV, Skugarevskaya MM, et al. *Method of prenosophological diagnosis of maladaptive eating behavior: instructions for use*. Minsk, 2013. (In Russ.). [Скугаревский О.А., Копылов А.В., Скугаревская М.М., и др. *Метод донозологической диагностики дезадаптивного пищевого поведения: инструкция по применению*. Минск, 2013].
19. Barysheva NA. Features of self-attitude and body satisfaction in girls. *Society: sociology, psychology, pedagogy*. 2020;9:87-92. (In Russ.). [Барышева Н.А. Особенности самооотношения и удовлетворенности телом у девушек. *Общество: социология, психология, педагогика*. 2020;9:87-92].
20. Belogaj KN. Relationship between eating behavior and body image parameters determined by environmental predictors in girls during adolescence. *News of the Irkutsk State University. Series: Psychology*. 2018;26:14-29 (In Russ.). [Белогай К.Н. Взаимосвязь пищевого поведения и параметров образа тела, обусловленных средовыми предикторами, у девушек в период юности. *Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология*. 2018;26:14-29].
21. Alwosaifer AM, Alawadh SA, Abdel Wahab MM, et al. Eating disorders and associated risk factors among Imam Abdulrahman bin Faisal university preparatory year female students in Kingdom of Saudi Arabia. *Saudi Med J*. 2018;39(9):910-921. doi: 10.15537/smj.2018.9.23314
22. Fishhuk YuS, Marmysh NP. Body image perception in women with eating disorders. *Bulletin of the educational consortium Central Russian University. Series: Humanities*. 2020;15:75-78. (In Russ.). [Фищук Ю.С., Мармыш Н.П. Восприятие образа своего тела у женщин с расстройствами пищевого поведения. *Вестник образовательного консорциума Среднерусский университет. Серия: Гуманитарные науки*. 2020;15:75-78].
23. Ebrahim M, Alkazemi D, Zafar TA, Kubow S. Disordered eating attitudes correlate with body dissatisfaction among Kuwaiti male college students. *J Eat Disord*. 2019;7:37. doi: 10.1186/s40337-019-0265-z
24. Zamani Sani SH, Fathirezaie Z, Gerber M, et al. Self-Esteem and Symptoms of Eating-Disordered Behavior Among Female Adolescents. *Psychol Rep*. 2021;124(4):1515-1538. doi: 10.1177/0033294120948226
25. McLean SA, Paxton SJ. Body Image in the Context of Eating Disorders. *Psychiatr Clin North Am*. 2019;42(1):145-156. doi: 10.1016/j.psc.2018.10.006