(cc) BY

Маханькова Наталья Дмитриевна
студентка
Фёдорова Елена Александровна
канд. психол. наук, преподаватель
Осипова Наталья Николаевна
канд. мед. наук, доцент
ФГБОУ ВО «Смоленский государственный медицинский университет» Минздрава России
г. Смоленск, Смоленская область

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ МУЖЧИН И ЖЕНЩИН С ИЗБЫТОЧНЫМ ВЕСОМ

Аннотация*: на сегодняшний день по данным Всемирной организации здравоохранения более миллиарда людей на планете имеют лишний вес. Факторы, которые приводят к ожирению у одного человека, не обязательно действуют на другого человека. Кроме того, избыточный вес по-разному воздействует на психоэмоциональное состояние мужчин и женщин. В статье представлены исследования психологических особенностей мужчин и женщин, где было установлено, что имеющийся избыточный вес по-разному оказывает влияние на самовосприятие, самооценку и на психоэмоциональное состояние мужчин и женщин. Так, женщинам с избыточным весом чаще присущи такие характеристики как неуверенность в себе, сниженная познавательная и социальная активность, повышенный невротический сверхконтроль, более выраженная озабоченность своей внешностью и, в то же время, характерна большая склонность к ограничительному поведению в сочетании с тенденцией к перееданию за компанию и «заеданию» эмоций в стрессовых ситуациях. У мужчин преобладают черты ипохондричности, что вероятнее всего позволяет им искать причину избыточного веса в наличии соматических и эндокринных заболеваний, а не в переедании, хотя при этом отмечена склонность к перееданию в эмоционально насыщенных ситуациях. Целью данного исследования стало изучение психологических*

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

особенностей женщин и мужчин с избыточным весом. Для исследования использовался клинико-психологический метод (анализ медицинской документации, клиническая беседа, наблюдение), экспериментально-психологический метод, включающий опросник «Самочувствие, активность, настроение» (САН), «Опросник образ собственного тела» (ООСТ), Голландский опросник пищевого поведения (DEBQ) и математико-статистический метод, реализованный с помощью программного пакета Excel 2010, R-statistic. С целью сравнения показателей был использован непараметрический критерий χ^2. Работа проводилась на базе ООО «Доктор Борменталь-Смоленск». В исследовании приняло участие 34 человека, из них 17 женщин (50%) и 17 мужчин (50%). Средний возраст женщин составил 36 лет, средний возраст мужчин составил 38 лет.

***Ключевые слова**: избыточный вес, психологические особенности, женщины, мужчины.*

Результаты исследования. При исследовании самочувствия у мужчин и женщин с избыточным весом было выявлено, что у мужчин в основном отмечалИсь высокие показатели самочувствия по сравнению с женщинами (54% против 12%), в то время как у женщин больше доминировали средние показатели самочувствия в количестве 82% (табл. 1).

При исследовании активности у мужчин и женщин с избыточным весом отмечалось, что у мужчин и женщин преобладали средние значения (76% и 77% соответственно), высокие значения выявлялись у 24% женщин и 23% мужчин, а низких значений не было выявлено ни у мужчин, ни у женщин. Показатели фона настроения у женщин с избыточным весом были несколько сниженные по сравнению с мужчинами с избыточным весом (табл.1). Статистические показатели методики «САН» представлены в таблице 2.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Таблица 1

Показатели методики» «САН» у мужчин и женщин
с избыточным весом, %

	«САН»								
	самочувствие			активность			настроение		
	низкое	среднее	высокое	низкое	среднее	высокое	низкое	среднее	высокое
мужчины	0	46	54	0	77	23	0	62	38
женщины	6	82*	12*	0	76	24	0	59*	41*

Примечание: * – $p < 0,05$;

Таблица 2

Статистические показатели методики «САН» у мужчин и женщин
с избыточным весом

	«САН»					
	Самочувствие		Активность		Настроение	
	м	ж	м	ж	м	ж
Среднее (M)	5,969231	5,041176	5,015385	5,029412	5,661538	5,194118
Стандартная ошибка (m)	0,222568	0,295189	0,257912	0,277299	0,249753	0,320898
Медиана (Me)	6,1	5,4	5	5	5,7	4,7
Мода (Mo)	6,5	5,4	4,1	3,6	4,9	4,6
Дисперсия выборки (S^2)	0,643974	1,481324	0,864744	1,307206	0,810897	1,750588

Таким образом, избыточная масса тела не оказывает существенного влияния на активность, самочувствие и настроение ни у мужчин, ни у женщин.

При исследовании сознательного представления собственного тела по методике «Образа собственного тела» было достоверно установлено, что 69% мужчин удовлетворены своим телом (против 31% неудовлетворенных), 94% женщин выразили неудовлетворённость своим телом, и лишь 6% остались им довольны (табл. 3). Статистические показатели методики «Образ собственного тела» представлены в таблице 4.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Таблица 3

Показатели методики «Образ собственного тела» у мужчин и женщин с избыточным весом, %

	«Образ собственного тела»	
	удовлетворительно	неудовлетворительно
мужчины	69*	31*
женщины	6	94

Примечание: * – $p < 0,05$.

Таблица 4

Статистические показатели методики «Образ собственного тела» у мужчин и женщин с избыточным весом

	«Образ собственного тела»	
	мужчины	женщины
Среднее (M)	5,15	7,64
Стандартная ошибка (m)	0,19	0,32
Медиана (Me)	5	8
Мода (Mo)	5	9
Дисперсия выборки(S^2)	0,47	1,74

Следовательно, избыточная масса тела оказывает большее влияние на восприятие себя у женщин, и в меньшей степени оказывает влияние у мужчин.

При изучении пищевого поведения у мужичин и женщин с избыточной массой тела с помощью методики «Голландский опросник пищевого поведения» отмечалось что 82% женщин склонны к ограничительному стилю пищевого поведения в то время как у мужчин такой стиль поведения выявляется в 54% случаев (табл. 5).

Статистические показатели по методике «Пищевого поведения» по критериям ограничительное, эмоциогенное, экстернальное у мужчин и женщин представлены в таблице 6.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Таблица 5

Показатели методики «Голландский опросник пищевого поведения» у мужчин и женщин с избыточным весом, %

	«Голландский опросник пищевого поведения»								
	ограничительное			эмоциогенное			экстернальное		
	низкое	среднее	высокое	низкое	среднее	высокое	низкое	среднее	высокое
мужчины	46*	0	54*	23*	0	77*	62*	0	38*
женщины	18	0	82	35	0	65	24	0	76

Таблица 6

Статистические показатели методики «Голландский опросник пищевого поведения» у мужчин и женщин с избыточным весом

	«Голландский опросник пищевого поведения»					
	ограничительное		эмоциогенное		экстернальное	
	м	ж	м	ж	м	ж
Среднее (M)	2,3	3,2	2,4	2,6	2,3	3,4
Стандартная ошибка (m)	0,25	0,18	0,21	0,29	0,25	0,25
Медиана (Me)	2,8	3,2	2,4	2,6	2,5	3,5
Мода (Mo)	2,9	3,7	2,4	2,6	1,5	3,7
Дисперсия выборки (S^2)	0,84	0,56	0,59	1,41	0,82	1,03

Таким образом, при исследовании пищевого поведения можно сказать, что женщины больше склонны к ограничительному поведению и, в то же время имеют тенденцию к перееданию за компанию и заеданию эмоций в стрессовых ситуация. Мужчины менее склонны ограничивать себя в приеме пищи, однако при этом также имеют тенденцию переедать не только в компаниях, но и в эмоционально насыщенных ситуациях.

При анализе результатов методики «Невротические черты личности» было выявлено, что у женщин с избыточной массой тела чаще отмечались повышенные показатели неуверенности в себе по сравнению с мужчинами (76% против 61%), повышенные показатели познавательной и социальной пассивности

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

(76% против 54%), повышенные показатели невротического сверхконтроля (59% против 46%). В то время как у мужчин отмечались повышенные показатели по шкале ипохондричность (85% против 76% случаев). Полученные данные свидетельствуют о том, что женщинам с избыточной массой тела чаще свойственны неуверенность в себе, пониженная самооценка, невысокие возможности самостоятельно принимать решения и осуществлять широкие социальные контакты. Мужчинам с избыточной массой тела чаще свойственны черты ипохондричности, а показатели аффективной неустойчивости, интровертированности и социальной неадаптивности располагались на низком уровне как у мужчин, так и у женщин, что свидетельствует о способности контролировать свои эмоциональные проявления, коммуникабельности и способности адаптироваться в социуме (таб. 7).

Таблица 7

Показатели методики «Невротические черты личности» у мужчин и женщин с избыточным весом, %

	мужчины			женщины		
	низкое	среднее	высокое	низкое	среднее	высокое
еуверенность в себе	31*	61*	8*	12	76	12
познавательная и социальная пассивность	0	54*	6*	0	76	24
невротический сверхконтроль поведения	54*	46*	0	41	59	0
аффективная неустойчивость	100*	0	0	94	6	0
интровертированная направленность личности	100	0	0	94	6	0
ипохондричность	15	85	0	21	76	0
социальная неадаптивность	100	0	0	100	0	0

Примечание: * – $p < 0,05$.

Таким образом, при исследовании невротических черт личности было выявлено, что избыточный вес у мужчин и у женщин существенно не влияет на принятие

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

решений, осуществление социальных контактов и не способствует нарушению социальной адаптации. Однако женщинам с избыточной массой тела чаще присущи такие характеристики как неуверенность в себе, снижение познавательной и социальной активности и характерен превышенный невротический сверхконтроль, в то время как у мужчин с избыточной массой тела преобладают черты ипохондричности – что вероятнее всего позволяет им искать причину избыточного веса в наличии соматических и эндокринных заболеваний, а не в переедании.

В итоге, по результатам проведённого исследования можно сделать следующие выводы:

– у женщин с избыточным весом более выражена озабоченность своей внешностью, и, избыточная масса тела существенно влияет на их восприятие себя по сравнению с мужчинами, у которых озабоченность своим телом выражена в меньшей степени;

– женщины с избыточным весом больше склонны к ограничительному поведению и, в то же время имеют тенденцию к перееданию за компанию и «заеданию» эмоций в стрессовых ситуация;

– мужчины с избыточным весом менее склонны ограничивать себя в приеме пищи однако склонны к перееданию в эмоционально насыщенных ситуациях;

– женщинам с избыточным весом чаще присущи такие характеристики как неуверенность в себе, сниженная познавательная и социальная активность, повышенный невротический сверхконтроль, в то время как у мужчин с избыточны весом преобладают черты ипохондричности, что вероятнее всего позволяет им искать причину избыточного веса в наличии соматических и эндокринных заболеваний, а не в переедании.

Список литературы

1. Ворохобина Н.В. Ожирение / Под редакцией А.Ю. Барановского, Н.В. Ворохобиной. – М.: Диалект, 2013. – 240 с.

2. Дэниел Г. Бессесен Избыточный вес и ожирение. Профилактика, диагностика и лечение / Дэниел Г. Бессесен, Роберт Кушнер. – М.: Бином, 2016. – 240 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3. Егоров М.Н. Ожирение / М.Н. Егоров, Л.М. Левитский. – М.: Медицина, 2015. – 306 с.

4. Рассел Д. Ожирение: Моногр. / Д. Рассел. – М.: Книга по Требованию, 2012. – 575 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)