

Czynniki kulturowe i społeczne predysponujące do zaburzeń odżywiania u młodzieży szkolnej w wybranych miastach województwa śląskiego*

Cultural and social factors predisposing to eating disorders among schoolchildren in selected towns of the Silesian Province

JADWIGA JOŚKO, JOLANTA KAMECKA-KRUPA

Zakład Epidemiologii i Profilaktyki Zdrowia, Górnos Śląska Wyższa Szkoła Pedagogiczna im. Kardynała Augusta Hlonda w Mysłowicach

Cel pracy. Wykazanie wpływu czynników społecznych i kulturowych na postrzeganie obrazu własnego ciała u młodzieży szkolnej oraz roli jaką odgrywa ideał szczupłej sylwetki w powstawaniu różnych zaburzeń odżywiania.

Materiał i metoda. Badaniem (czerwiec 2006) objęto młodzież w wieku 13-20 lat z wybranych szkół województwa śląskiego. Przebadano łącznie 860 uczniów, w tym 540 dziewcząt i 320 chłopców z liceum ogólnokształcącego, profilowanego i gimnazjum. Materiał badawczy uzyskano w oparciu o badania ankietowe, pomiar wysokości i masy ciała badanych osób oraz obliczony indeks masy ciała (BMI).

Wyniki. Większość badanych jest zdania, iż szczupła sylwetka ma istotny wpływ na życie współczesnego człowieka i jest cennym atutem w relacjach zawodowych oraz prywatnych. Wywiera też znaczący wpływ na postrzeganie ich atrakcyjności przez innych ludzi oraz ocenę własnego ciała. Przekonanie to dotyczy przede wszystkim dziewcząt, zwłaszcza w gimnazjum i liceum ogólnokształcącym, które są niezadowolone z własnego wyglądu, uważają się za zbyt grube i stosują różne sposoby obniżania masy ciała, w tym diety ograniczające oraz nadmierne ćwiczenia fizyczne.

Wnioski. Ideał szczupłej sylwetki determinuje zachowanie młodzieży i ma wpływ na prowadzony styl życia, postrzeganie własnej atrakcyjności i wizerunek własnego ciała a także kształtuje samoocenę i poczucie własnej wartości. Niewłaściwe postrzeganie własnej atrakcyjności oraz silna potrzeba kontrolowania własnego wyglądu i masy ciała wśród badanej młodzieży szkolnej może mieć znaczący wpływ na występowanie zachowań nieprawidłowych w stosunku do zaspakajania potrzeby odżywiania.

Słowa kluczowe: ideał szczupłej sylwetki, czynnik ryzyka, zaburzenia odżywiania, anoreksja

Aim. The aim of the paper is to demonstrate the impact of social and cultural factors on one's own body perception among schoolchildren, as well as the role of the ideal of a perfect figure in development of various eating disorders.

Material and methods. The research (June 2006) was conducted in a group of schoolchildren and young people, aged 13 to 20, representing selected schools of the Silesian Province. Altogether, 860 pupils were examined, including 540 girls and 320 boys, from secondary schools of general and specialised education and from a middle school. The research material was obtained on the basis of a questionnaire survey, height and weight measurements of the examined persons and their Body Mass Indices (BMI).

Results. Most of the examined schoolchildren are of the opinion that a slim figure has significant impact on contemporary people's lives and is a valuable asset in their professional and private relationships. It also exerts a significant influence on the perception of their attractiveness by other people and on their assessment of their own bodies. This conviction is shared by schoolgirls in the first place, especially those from the middle school and the secondary school of general education, who are dissatisfied with their appearance, who believe that they are too fat, and apply various means of weight reduction, including restrictive diets and excessive physical exercise.

Conclusions. The ideal of a slim figure determines young people's behavior and has an impact on their lifestyle, the perception of their own attractiveness and the image of their bodies. It also affects their self-assessment and self-esteem. Inadequate perception of one's own attractiveness and a strong need for controlling one's appearance and body mass among the studied schoolchildren may have a significant impact on the occurrence of improper behaviors as regards satisfying the nourishment need.

Key words: ideal of a slim figure, risk factor, eating disorders, anorexia

© Probl Hig Epidemiol 2007, 88(3): 320-326

www.phie.pl

Nadesłano: 27.06.2007

Zakwalifikowano do druku: 28.09.2007

Adres do korespondencji / Address for correspondence

Dr hab. n. med. Jadwiga Joško

Zakład Epidemiologii i Profilaktyki Zdrowia, Górnos Śląska Wyższa Szkoła Pedagogiczna im. Kardynała Augusta Hlonda, ul. Powstańców 19, 41-400 Mysłowice, telefax: (0-32) 225-38-73, e-mail: jjosko@slam.katowice.pl

* Niniejszy artykuł powstał w oparciu o projekt badawczy „Predyspozycje do zaburzeń odżywiania u dzieci i młodzieży szkolnej”, realizowany w Górnos Śląskiej Wyższej Szkole Pedagogicznej w Mysłowicach w latach 2006-2007.

Wstęp

Wiek dorastania uważany jest za okres wyjątkowo trudny i określa się go jako fazę normatywnego kryzysu, spowodowanego przemianami biologicznymi, psychologicznymi i społecznymi [1]. Przemiany te mogą stanowić czynnik wyzwalający różne objawy zaburzeń psychopatologicznych w postaci nieprawidłowych zjawisk psychicznych i zachowań [2].

Problemy, z jakimi aktualnie boryka się młodzież w wieku dorastania (13-18 lat), przestają mieć jednak charakter uniwersalny i stale się nasilają. Prowadzone obserwacje i badania nad populacją młodzieży szkolnej w różnych krajach wskazują, że obok już znanych problemów zdrowotnych, pojawiają się nowe zagrożenia dla zdrowia i nowe problemy zdrowotne, które stają się znamienne dla tej populacji i występują w większości krajów tzw. cywilizacji zachodniej. Dotyczy to zwłaszcza wzrostu zachowań zagrażających zdrowiu, takich jak nieprawidłowe odżywianie [3,4].

Zaburzenia w zaspakajaniu potrzeby odżywiania mogą ujawnić się w każdym wieku, jednak najczęściej mają swój początek właśnie w okresie adolescencji, zwłaszcza wśród dziewcząt [1,2]. Zaburzenia emocjonalne (lęki), afektywne (depresja), zaburzenia więzi emocjonalnej ze znaczącymi osobami (rodzice) oraz zaburzenia poznawcze, takie jak zaburzenia obrazu własnego ciała sprawiają, że dojrzewanie jest okresem szczególnym dla kształtowania się wyobrażeń o własnym ciele i postrzegania swojej własnej sylwetki przez nastolatki. Choć ujawnianie się, obraz i przebieg zaburzeń zachowania zależny jest w dużej mierze od indywidualnych cech człowieka, to większość z nich rozwija się pod wpływem różnych czynników wyzwalających, dlatego należy rozpatrywać je w kontekście warunków środowiskowych (rodzina, szkoła, grupa rówieśnicza, społeczeństwo) [2].

Zaburzenia odżywiania wśród dorastającej młodzieży nie rozwijają się w kulturowej próżni. W ciągu ostatnich 30 lat XX wieku wylansowany został pogląd, że tylko szczupła sylwetka jest godna pożądanego i zapewnia życiowy sukces [5,6,7]. W masmediach pokazywane są przeważnie młode i smukłe modelki, reklamujące różne produkty. W prasie kobiecej stale ukazują się artykuły zachwalające diety odchudzające, często nieprawidłowe a czasem nawet wręcz niebezpieczne, jeżeli chodzi o proporcje składników odżywczych. Przekaz medialny jest więc jednoznaczny: należy być szczupłą a jeżeli tak nie jest, należy schudnąć. Zwolennik wpływu czynników socjo-kulturowych na powstawanie zaburzeń odżywiania – M. Seligmann – stwierdził, że termin „zaburzenia odżywiania” należy zastąpić terminem „zaburzenia odchudzania się” [8].

Szczupła sylwetka staje się dzisiaj największym marzeniem nastolatek i by ją osiągnąć, podejmują różne działania, które mają im ją zapewnić. Do najczęstszych sposobów redukcji własnej masy ciała w takich krajach, jak USA, Australia, Wielka Brytania i inne kraje zachodnie, należą [7]:

- unikanie spożywania podstawowych posiłków (78%), w tym śniadań (48%)
- ćwiczenia ruchowe (75%)
- stosowanie diety ograniczającej (55%)
- spożywanie pokarmów niskokalorycznych (40%)
- unikanie sytuacji, podczas których proponowane jest zjedzenie jakiegoś pokarmu (25%), w tym unikanie posiłków z rodziną (10%)
- udawanie choroby, by nie zjadać posiłku (21%)
- picie wody przed posiłkami (18%)
- głodówki (10-15%)
- palenie papierosów (14%)
- prowokowanie wymiotów (8%)
- stosowanie leków przeczyszczających (5%)
- stosowanie leków moczopędnych (3%).

Wygląd odbiegający od obowiązującego ideału szczupłej sylwetki jest dla nastolatek źródłem frustracji, wewnętrznych konfliktów a nawet depresji [9]. Hiszpańskie badania wykazały, że nawet pokazywanie zdjęć perfekcyjnie wyglądających modelek budziło w badanych dziewczętach uczucie przygnębienia, złości, wstydu i braku satysfakcji z własnego wyglądu [10].

W latach 1994-1998 nastąpiło wiele niekorzystnych zmian w samopoczuciu psychicznym polskiej młodzieży. Zwiększył się odsetek niezadowolonych ze swego życia, odczuwających samotność, brak wiary w siebie, zgłaszających różne dolegliwości bólowe i nieprawidłowe stany emocjonalne. U znacznego odsetka młodzieży występują prawie codziennie lub częściej niż 1 raz w tygodniu różnorodne dolegliwości i niekorzystne stany emocjonalne. Samopoczucie psychiczne jest zdecydowanie gorsze u dziewcząt niż u chłopców oraz u młodzieży 15-19 letniej niż 11-13 letniej. Dane te wskazują, że co 5-6 nastolatek ma problemy natury psychicznej, w których rozwiązaniu potrzebne mu jest wsparcie społeczne i pomoc profesjonalna. Według danych szacunkowych ok. 15-20% młodzieży szkolnej wymaga opieki psychologiczno-psychiatrycznej. Warto także podkreślić, że odsetek młodzieży odczuwającej często zdenerwowanie i przyjmującej leki z tego powodu, jest w Polsce największy wśród 29 krajów Europy (np. 4 razy większy niż w Danii) [3].

Wiele z zachowań ryzykownych z fazy eksperymentowania utrwała się, najczęściej w wieku 17-19 lat i decyduje o stylu życia i zdrowiu ludzi dorosłych. Skutki niedostatków zachowań prozdrowotnych oraz zachowań ryzykownych dla zdrowia pojawiają

się zwykle dopiero po wielu latach, dlatego młodzi ludzie często nie dostrzegają związku między swoim zachowaniem a zdrowiem i są mało podatni na oddziaływania edukacyjne i programy profilaktyczne [3].

Cel pracy

Wykazanie wpływu czynników społecznych i kulturowych na postrzeganie obrazu własnego ciała u młodzieży szkolnej oraz roli jaką odgrywa ideał szczupłej sylwetki w powstawaniu różnych zaburzeń odżywiania.

Materiał i metody

Badania przeprowadzono w czerwcu 2006 r. w wybranych szkołach województwa śląskiego w Chorzowie i Mysłowicach wśród młodzieży szkolnej gimnazjów, liceum ogólnokształcącego i liceum profilowanego.

Badaniem objętych zostało łącznie 860 uczniów, w wieku 13-20 lat, w tym 540 dziewcząt i 320 chłopców. W liceum ogólnokształcącym było to 180 dziewcząt i 120 chłopców, w liceum profilowanym – 180 dziewcząt i 30 chłopców, w gimnazjach – 180 dziewcząt i 170 chłopców. Każda badana osoba została zważona i zmierzona, po czym każdy indywidualnie wypełniał kwestionariusz ankiety (własnego autorstwa, po przedniej walidacji).

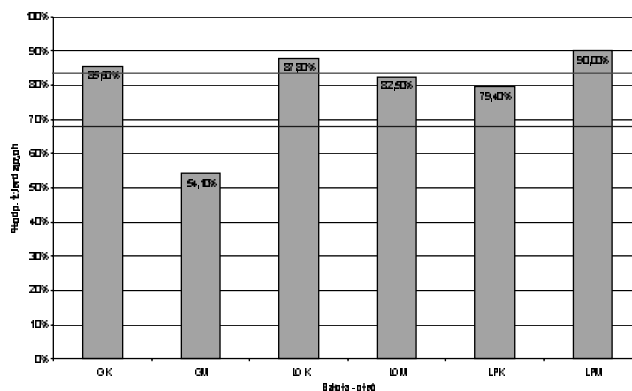
Wyniki

Ponad 84% badanych dziewcząt i około 68% badanych chłopców uważa, że szczupła sylwetka jest atutem w dzisiejszych czasach, gdyż daje satysfakcję oraz pomaga w znalezieniu partnera, pracy i osiągnięciu życiowego sukcesu. W liceum ogólnokształcącym uważa tak 87% dziewcząt i 82,5% chłopców, w gimnazjum 85,6% dziewcząt i 54,1% chłopców; w liceum profilowanym – 79,4% dziewcząt oraz 68,1% chłopców. Łącznie przekonanych jest o tym 78,2% badanych (ryc. 1).

Około 60% badanych dziewcząt i około 35% chłopców uważa, że niedowaga jest lepsza od nadwagi. Najwięcej odpowiedzi twierdzących podały dziewczęta: w liceum ogólnokształcącym – 65%, w gimnazjum – 58,9% a w liceum profilowanym – 56,7%.

Wśród badanych chłopców uważa tak 33,8%, z czego najwięcej twierdzących odpowiedzi podali chłopcy w liceum ogólnokształcącym – 45,8%, następnie w liceum profilowanym – 37,7%.

Przekonanie, że niedowaga jest lepsza od nadwagi w największym stopniu dotyczy dziewcząt z niedowagą w liceum ogólnokształcącym, gdyż sądzi tak 73% uczennic (ryc. 2).



Ryc. 1. Przekonanie, że szczupła sylwetka to atut w dzisiejszych czasach, gdyż daje dużo satysfakcji, pomaga w zdobyciu uznania, dobrej pracy i partnera

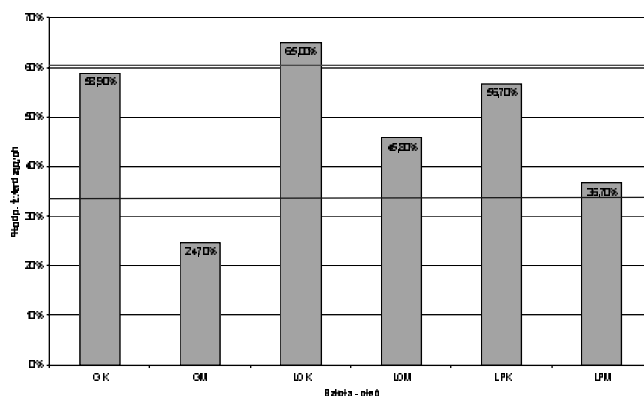
Fig. 1. Conviction that slim figure is an asset in today's world, since it gives a lot of satisfaction, helps in gaining recognition, good job position and a partner

Legenda do wszystkich rycin

GK – dziewczęta w gimnazjum, GM – chłopcy w gimnazjum, LOK – dziewczęta w liceum ogólnokształcącym, LOM – chłopcy w liceum ogólnokształcącym, LPK – dziewczęta w liceum profilowanym, LPM – chłopcy w liceum profilowanym; czerwona kreska oznacza wartość średnią dla odpowiedzi na TAK u dziewcząt, niebieska kreska oznacza wartość średnią dla odpowiedzi na TAK u chłopców.

Legend for all the figures

GK – girls in a middle school; GM – boys in a middle school; LOK – girls in a specialized secondary school; LPM – boys in a specialized secondary school; red line indicates mean value for the answer YES for the girls, blue line indicates mean value for the answer YES for the boys.

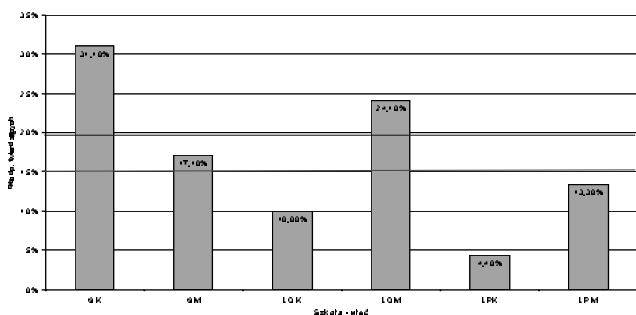


Ryc. 2. Przekonanie, że niedowaga jest lepsza od nadwagi – w zależności od płci i szkoły osób badanych

Fig. 2. Conviction that underweight is better than overweight – in relation to gender and type of school of the studied subjects

Wśród badanych uczniów 16,7% uważa, że lubiane są tylko szczupłe osoby, z czego odpowiedzi twierdzących podało 15,1% dziewcząt oraz 19,4% chłopców. Najwięcej twierdzących odpowiedzi udzieliły dziewczęta w gimnazjum – 31,1% oraz chłopcy w liceum ogólnokształcącym – 24,1%. Najmniej od-

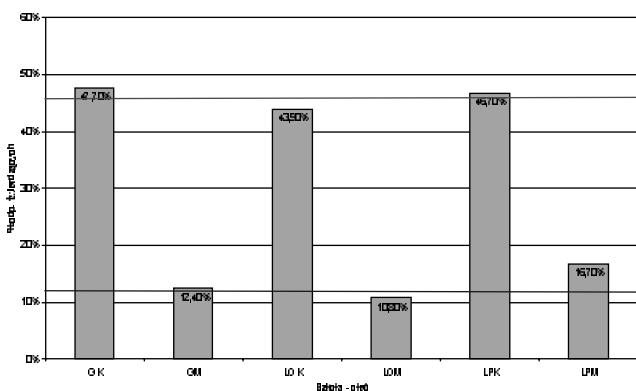
powiedzi twierdzących podały uczennice liceum profilowanego – 4,4%. Przekonanie, że lubiane są tylko szczupłe osoby w największym stopniu dotyczy dziewcząt z niedowagą w gimnazjum, gdyż uważa tak 30% badanych (ryc. 3).



Ryc. 3. Przekonanie, że lubiane są tylko szczupłe osoby – w zależności od płci i rodzaju szkoły

Fig. 3. Conviction that only slim people are popular – in relation to gender and type of school

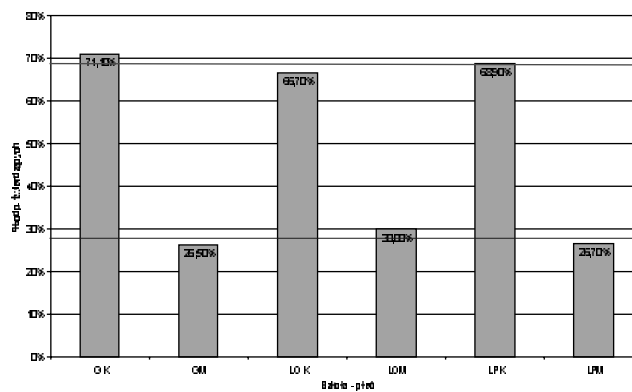
Około 45% badanych dziewcząt oraz 12% chłopców jest przekonana, że jest za gruba. W gimnazjum uważa tak 47,7% dziewcząt, w liceum profilowanym – 46,7% w liceum ogólnokształcącym – 43,9%. Wśród chłopców najbardziej przekonanych jest o tym 16,7% uczniów liceum profilowanego, potem gimnazjaliści - 12,4% i uczniowie liceum ogólnokształcącego – 10,8% (ryc. 4). Przekonanie, że jest zbyt gruba ma 90,9% dziewcząt z nadwagą w liceum ogólnokształcącym oraz 75% dziewcząt z nadwagą w liceum profilowanym. Wśród chłopców z nadwagą myśli tak 41,2% uczniów gimnazjum oraz 33,3% chłopców w liceum profilowanym. Z osób z niedowagą, przekonanie, że jest zbyt grubą ma 32,5% dziewcząt w gimnazjum.



Ryc. 4. Przekonanie, że jest się zbyt grubym – w zależności od płci i szkoły

Fig. 4. Conviction that the subject is too fat – in relationship to gender and type of school

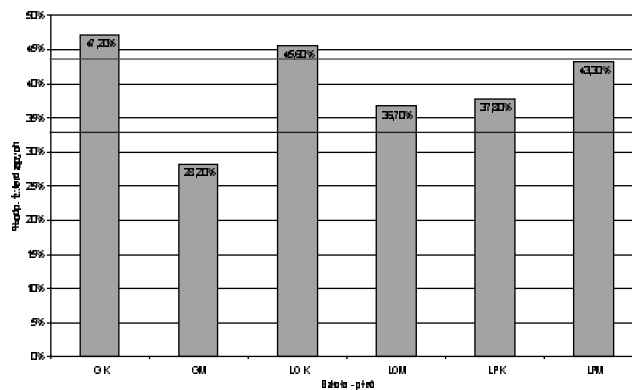
Przekonanie, że inni są szczuplejsi i zgrabniejsi ma prawie 70% badanych dziewcząt oraz prawie 30% chłopców. Wśród dziewcząt takiego zdania jest najwięcej uczennic gimnazjum – 71,1%, potem dziewcząt z liceum profilowanego – 68,9% oraz 66,7% dziewcząt w liceum ogólnokształcącym. Z chłopców takiego zdania najwięcej jest uczniów liceum ogólnokształcącego – 30,0% (ryc. 5). Przekonanie, że inni są zgrabniejsi i szczuplejsi, ma najwięcej dziewcząt z nadwagą w liceum profilowanym a wśród osób z niedowagą przekonanych o tym jest najwięcej dziewcząt z niedowagą w gimnazjum – 54,5%.



Ryc. 5. Przekonanie, że inni są zgrabniejsi i szczuplejsi – w zależności od płci i szkoły

Fig. 5. Conviction that other people are more fit and slimmer – in relation to gender and type of school

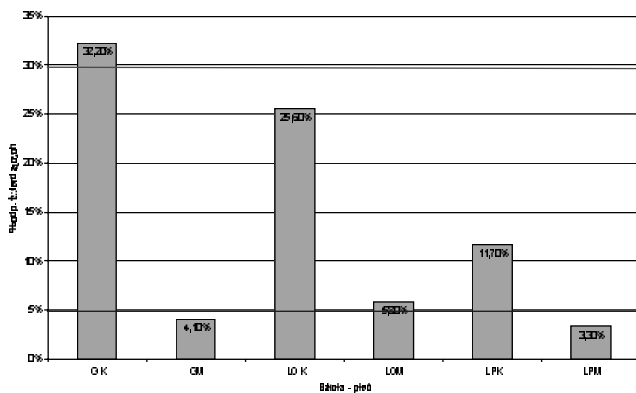
Prawie 45% badanych dziewcząt oraz około 35% chłopców jest przekonana, że własna masa ciała ma wpływ na sposób postępowania oraz prowadzony styl życia. Wśród dziewcząt uważa tak 47,2% gimnazjalistek, 45,6% uczennic liceum ogólnokształcącego oraz 37,8% dziewcząt w liceum profilowanym (ryc. 6).



Ryc. 6. Przekonanie, że masa ciała ma wpływ na sposób postępowania i styl życia – w zależności od płci i szkoły

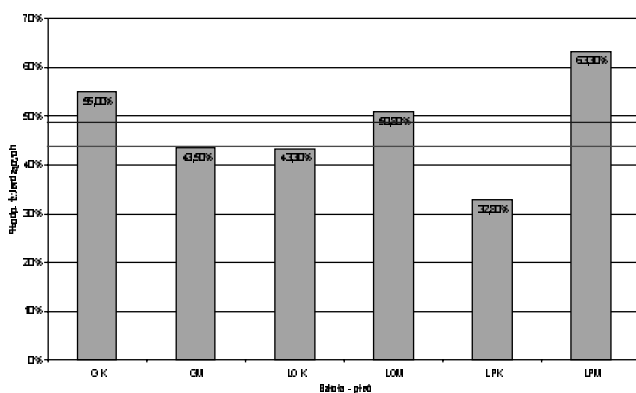
Fig. 6. Conviction that body mass influences behavior and lifestyle – in relation to gender and type of school

Do ograniczania pokarmów i stosowania różnych diet odchudzających przyznaje się około 30% badanych dziewcząt oraz około 5% badanych chłopców. Najliczniejszą grupę stanowią dziewczęta w gimnazjum, gdyż przyznaje się do tego 32,2% badanych dziewcząt w tej szkole. Na drugim miejscu są dziewczęta w liceum ogólnokształcącym – 25,6%, potem w liceum profilowanym – 11,7% (ryc. 7). Najwięcej osób stosujących różne diety odchudzające jest wśród dziewcząt z nadwagą w liceum profilowanym – 63,6%, potem wśród dziewcząt z nadwagą w liceum ogólnokształcącym – 50,0% a wśród osób z niedowagą najwięcej osób stosuje diety wśród dziewcząt w gimnazjum – 22,1% oraz dziewcząt w liceum ogólnokształcącym – 19,2%.



Ryc. 7. Stosowanie diet odchudzających – w zależności od płci i szkoły
Fig. 7. Applying weight reduction diet – according to gender and type of school

Dla utrzymania zgrabnej sylwetki nadmierne ćwiczenia fizyczne uprawia prawie 50% badanych chłopców oraz około 45% dziewcząt. Prócz intensywnego uprawiania sportu na siłowni i basenie, ćwiczy także w domu 63,0% chłopców w liceum profilowanym, 50,8% chłopców w liceum ogólnokształcącym oraz 55,0% dziewcząt w gimnazjum (ryc. 8).



Ryc. 8. Nadmierne ćwiczenia fizyczne dla utrzymania zgrabnej sylwetki – w zależności od płci i szkoły

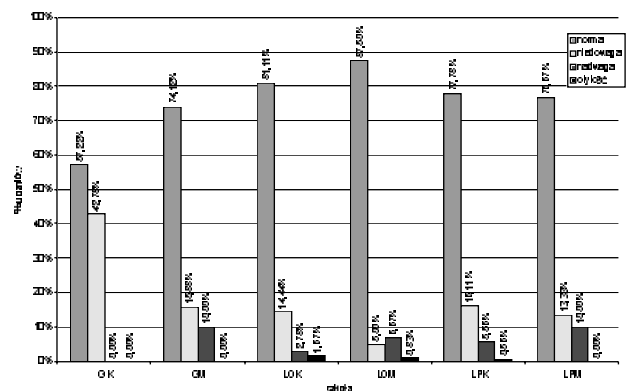
Fig.8. Excessive physical training in order to gain a slim figure – in relation to gender and type of school

Większość badanych uczniów (74,8%) ma masę ciała normalną, 19,6% – ma niedowagę, 5% – nadwagę, a tylko u 0,6% badanych występuje otyłość. W gimnazjum wśród badanych dziewcząt w ogóle nie występuje nadwaga i otyłość; wśród chłopców nie było osób z otyłością.

Najwięcej osób z niedowagą było wśród uczniów gimnazjum, gdyż wystąpiła ona u 42,8% dziewcząt oraz u 15,9% chłopców. W liceum profilowanym niedowagę miało 16,1% dziewcząt oraz 13,3% badanych chłopców. W liceum ogólnokształcącym z niedowagą było 14,4% badanych dziewcząt oraz 5,0% chłopców.

Nadwaga występowała najczęściej u chłopców w liceum profilowanym – 10,0% oraz wśród chłopców w gimnazjum – również 10,0%. Wśród chłopców w liceum ogólnokształcącym nadwagę miało 6,7% uczniów. Wśród badanych dziewcząt nadwagę miało 5,6% uczennic w liceum profilowanym oraz 2,8% dziewcząt w liceum ogólnokształcącym. Interesującym jest fakt, że nadwaga w ogóle nie występowała wśród dziewcząt w gimnazjum.

Otyłość stanowiła niewielką liczbę w grupie badanych, gdyż miało ją tylko 1,67% dziewcząt w liceum ogólnokształcącym oraz 0,6% dziewcząt w liceum profilowanym a także 0,8% chłopców w liceum ogólnokształcącym. Nie było w ogóle przypadków otyłości w gimnazjum. Porównując otrzymane wyniki w poszczególnych szkołach oraz w zależności od płci, można stwierdzić, że grupą wśród której niedowaga występuje najczęściej są dziewczęta w gimnazjum, potem w liceum profilowanym; a najmniejszy odsetek niedowagi występuje u badanych dziewcząt w liceum ogólnokształcącym (ryc. 9).



Ryc. 9. Kategoria masy ciała badanych (BMI) – w zależności od płci i szkoły

Fig. 9. Categorization of BMI of the study group – in relation to gender and the type of school

Dyskusja

W ciągu ostatnich lat prowadzonych było wiele badań mających wykazać stosunek młodych ludzi do własnego wyglądu i zaspakajania potrzeby odżywiania. Dowiodły one, że dorastające dziewczęta są bardziej niezadowolone ze swojego wyglądu niż chłopcy a niezadowolenie to wzrasta wraz z wiekiem i tym bardziej, im większa jest presja otoczenia. Przekłada się to na styl życia nastolatków, które na wiele sposobów starają się zmniejszać swoją masę ciała. Badania wśród szwedzkich nastolatków wykazały, że 94% badanych dziewcząt stosuje dietę a 79% chce schudnąć [10]. Wśród australijskich nastolatków 40% uważa że jest za gruba, dlatego wprowadza różne diety oraz unika jedzenia podstawowych posiłków i stosuje wiele sposobów zbijania wagi [7]. W USA w latach 90-tych 60% dziewcząt uważało, że ma nadwagę a 75% chciało schudnąć [7]. Inne badania nastolatków amerykańskich wykazały, że około 62% dziewcząt i 29% chłopców próbowało się odchudzać [11].

Badania w naszym kraju wskazują, że stale się zwiększa liczba osób ze stwierdzonymi zaburzeniami odżywiania (np. w Klinice Psychiatrii Dzieci i Młodzieży Collegium Medium w Krakowie stanowią one około 45% ogółu pacjentów) [1] oraz niezadowolonych z własnego wyglądu, zwłaszcza dziewcząt i młodych kobiet [10]. Wśród 13% polskich nastolatków występują trzy lub więcej, a u 24% co najmniej dwa zachowania ryzykowne a wśród nich stosowanie, zwłaszcza przez dziewczęta, diet odchudzających, często niedoborowych (w 1998 r. wśród 15-latek stosowało ją 21% dziewcząt, a 26% uważało, że powinno ją stosować) [3].

Dane te znajdują potwierdzenie w wynikach naszych badań, gdyż lansowany ideał szczupłej sylwetki determinuje zachowanie młodzieży i ma wpływ na prowadzony styl życia. Większość młodzieży szkolnej (około 80%) jest zdania, iż szczupła sylwetka ma istotny wpływ na życie współczesnego człowieka i jest cennym atutem w relacjach zawodowych oraz prywatnych. Prawie połowa badanych dziewcząt uważa, że jest za gruba (45%) i stosuje różne sposoby „zbijania wagi”, w tym diety ograniczające (około 30%) oraz nadmierne ćwiczenia fizyczne (około 45%).

Przekonanie o tym, że niedowaga jest lepsza od nadwagi i że lubiane są tylko osoby szczupłe, w większości mają dziewczęta, zwłaszcza w gimnazjum. Świadczy to o tym, że to właśnie ta grupa w największym stopniu znajduje się pod presją czynników ryzyka, jakimi są wymagania szczupłości i atrakcyjności wobec kobiet [3, 5] oraz reklamy [12, 13, 14] i presji rówieśników. Jednocześnie wśród tej grupy dziewcząt występuje najwięcej osób z niedowagą, stosujących diety i nadmierne ćwiczenia fizyczne, co potwier-

dza założenie, że zaburzenia w postrzeganiu własnej sylwetki i stosowanie różnych form zbijania wagi dotyczą osób w coraz młodszym wieku, głównie w wieku 13-14 lat [10].

Podkreślana w piśmiennictwie silna presja w postaci negatywnych odczuć wobec osób z nadwagą i otyłych, prowadząca do częstszego stosowania diety i ćwiczeń fizycznych przez osoby z wyższym BMI [10, 15], znajduje również potwierdzenie w otrzymanych wynikach, gdyż najwięcej osób niezadowolonych z własnego wyglądu było wśród osób z nadwagą, przekonanych, że masa ciała ma decydujący wpływ na ich życie.

Znacząca większość odpowiedzi twierdzących wśród uczennic liceum ogólnokształcącego niż profilowanego, wskazuje na potwierdzenie opinii w piśmiennictwie o tym, że na zaburzenia odżywiania bardziej podatne są osoby o dużej potrzebie osiągnięć i rywalizacji [5, 7, 12].

Wnioski

1. Młodzież szkolna jest pod silną presją różnych czynników sprzyjających występowaniu zaburzeń odżywiania, wśród których dużą rolę odgrywają czynniki społeczne i kulturowe wpływające na postrzeganie własnej atrakcyjności oraz wizerunku własnego ciała, kształtujących samoocenę i poczucie własnej wartości.
2. Szczupła sylwetka jest szczególnie pożądanym atutem dla dziewcząt, zwłaszcza w liceum ogólnokształcącym, gdzie panuje silna rywalizacja o oceny i sukcesy szkolne.
3. Przekonanie, że szczupła sylwetka to atut w dzisiejszych czasach, gdyż daje dużo satysfakcji, pomaga w zdobyciu uznania oraz że niedowaga jest lepsza od nadwagi, ma wpływ na prowadzony styl życia młodzieży szkolnej i jest charakterystyczne zwłaszcza dla uczennic w gimnazjum, co wskazuje na to, że dziewczęta w wieku gimnazjalnym szczególnie łatwo poddają się presji rówieśników, reklamy i panującym stereotypom.
4. Niewłaściwe postrzeganie własnej atrakcyjności oraz silna potrzeba kontrolowania własnego wyglądu i masy ciała wśród młodzieży szkolnej, może mieć znaczący wpływ na występowanie zachowań nieprawidłowych w stosunku do zaspakajania potrzeby odżywiania.
5. Konieczne i celowe jest wprowadzanie wśród młodzieży szkolnej programów profilaktycznych, ukierunkowanych na przekazywanie wiedzy o prawidłowym odżywianiu się oraz skutkach niewłaściwego odchudzania się i stosowania diet ograniczających a także kształcących takie umiejętności, jak asertywność, podnoszenie samooceny i budowanie poczucia własnej wartości.

Piśmiennictwo / References

1. Józefik B (red.). Anoreksja i bulimia psychiczna. Rozumienie i leczenie zaburzeń odżywiania się. Wyd UJ Kraków 1999.
2. Bomba J, Orwid M. Zaburzenia zdrowia psychicznego w okresie młodzieńczym. Collegium Medicum UJ Kraków 2004.
3. Wojnarowska B. Młodzież a zdrowie. Promocja zdrowia dzieci i młodzieży w Europie. Edukacja zdrowotna w szkole. Polski Zespół ds. Projektu Szkoła Promująca Zdrowie, Konferencja Szkół Promujących Zdrowie, Katowice 2003.
4. Pilecki M. Zaburzenia psychiczne oraz patologia społeczna wśród młodzieży krakowskiej. Collegium Medicum UJ Kraków 2004.
5. Apfeldorfer G. Anoreksja, bulimia, otyłość. Wyd. Książnica, Katowice 1999.
6. Ziółkowska B. Ekspresja syndromu gotowości anorektycznej u dziewcząt w stadium adolescencji. Wyd Fundacji Humaniora Poznań 2001.
7. Abraham S, Llewelyn-Jones D. Bulimia i anoreksja. Zaburzenia odżywiania. Prószyński i S-ka Warszawa 2001.
8. Seligman M. Co możesz zmienić, a czego nie możesz. Poradnik skutecznego samodoskonalenia. Media Rodzina Poznań 1994.
9. Ziółkowska B. Anoreksja od A do Z. Wyd Nauk Scholar Warszawa 2005.
10. Radziwiłowicz W, Sumiła A. Psychopatologia okresu dorastania. Wybrane zagadnienia. Oficyna Wydawnicza IMPULS, Kraków 2006.
11. Dixon-Works D, Nenstiel RQ, Aliabadi Z. Common Eating Disorders: A Primer for Primary Care Providers – Board Review. Clin Rev 2003; 13(9): 882-896.
12. Jabłow M. Anoreksja, bulimia, otyłość. Gdańskie Wyd. Psychologiczne, Gdańsk 2000.
13. Starzomska M. Anoreksja. Trudne pytania. Oficyna Wydawnicza IMPULS, Kraków 2006.
14. McCabe MP, Riccardelli LA. Parent, peer and media influence on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls. Adolescence 2001; 36(142): 225-240.
15. Stice E. Clinical implications of psychological research on bulimia nervosa and binge-eating disorder. J Clin Psychol 1999; 55(6): 675-683.
16. Martinez-Gonzales MA, Gual P, Lahortiga F, Alonso Y, Irala-Estevez J, Cervera S. Parental factors, mass media influence, and onset of eating disorders in a prospective population. Pediatrics 2003; 111(2): 315-320.