

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ З ПЕДАГОГІКИ,
ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему

*«Психологічні чинники впливу соціальних
мереж на розлади харчової поведінки
особистості»*

Виконала: здобувачка 2 курсу,
Групи ПС-22м
Спеціальності 053 «Психологія»
Білорибка Ірина Ігорівна
Керівник: Бикова В.О.,
канд. пед. наук, доц.

м. Дніпро
2024

АНОТАЦІЯ

кваліфікаційної роботи

Білорибки Ірини Ігорівни

на тему:

«Психологічні чинники впливу соціальних мереж на розлади харчової поведінки особистості»

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності 053 «Психологія» (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедра інноваційних технологій з педагогіки, психології та соціальної роботи) присвячена проблемі психологічних чинників впливу соціальних мереж на розлади харчової поведінки.

У роботі здійснено теоретичний аналіз проблеми розладів харчової поведінки, їх видів та причин виникнення. Установлено, що сучасні концепції розуміння сутності харчової поведінки досить різноманітні. З'ясовано, що низка наукових підходів до визначення сутності харчової поведінки знаходиться на межі психологічної та медичної наук. З'ясовано, що харчова поведінка особистості віддзеркалює не тільки її вподобання, схильності, цінності та установки в частині споживання їжі, а й культурну, етнічну та релігійну її приналежність, а також відтворює певний психологічний портрет особистості, несучи в собі інформацію про її індивідуальні характеристики. Охарактеризовано основні види порушень харчової поведінки (обмежувальна, емоційна та екстернальна) та основні розлади харчової поведінки (нервова булімія, нервова анорексія, геофагія, бігорексія, сітофобія, орторексія).

Проаналізовано підходи науковців до трактування феномену інтернет-залежності та установлено, що: основними симптомами виникнення інтернет-залежності вважаються психологічні та фізіологічні; основними типами інтернет-залежних осіб дослідники називають такі: інтернет-комунікатори, інтернет-еротомани, інтернет-агресивісти, інтернет-когнітивісти, інтернет-гемблери та інтернет-покупці; основними психологічними особливостями

віртуального середовища, які призводять до зростання інтернет-залежності, вважаються: анонімність, фізична непередставленість, своєрідність міжособистісного сприйняття, нерегламентованість поведінки, зниження психологічного й соціального ризику у процесі спілкування.

Для визначення впливу психологічних чинників у розрізі соціальних мереж на розлади харчової поведінки особистості нами проведене відповідне емпіричне дослідження, метою якого є емпірична перевірка концептуальної гіпотези про наявність певного впливу соціальних мереж на характер харчової поведінки особистості. Для визначення впливу чинників обґрунтовано методичний інструментарій дослідження: для визначення типу харчової поведінки – Голландський опитувальник харчової поведінки (DEBQ); для визначення впливу когнітивного чинника – авторський опитувальник обізнаності особистості щодо здорового харчування; для визначення впливу мотиваційного чинника – Опитувальник А. Реана «Мотивація успіху та страх невдач»; для визначення впливу соціального чинника – Тест на інтернет-залежність Кімберлі Янг; для визначення взаємовпливів та характеру зв'язку – кореляційно-регресійний аналіз.

З урахуванням проведеного аналізу встановлено, що у чоловіків практично немає проблем із впливом чинників соціальних мереж на розлади харчової поведінки. У той же час, такий негативний вплив встановлено у жінок, що підтверджено нами результатами кореляційно-регресійного аналізу. Розроблено тренінгову програму щодо формування адекватної харчової поведінки жінок, які знаходяться під впливом інформації із соціальних мереж.

Ключові слова: харчова поведінка, розлади харчової поведінки, адекватна харчова поведінка, соціальні мережі, інтернет-залежність, вплив соціальних мереж.

ANNOTATION

Master's graduation thesis

Bilorybka Irina Ihorivna

Topic" Psychological Factors of the Social Networks Influence on the Individual's Eating Disorders "

The qualification work of the applicant of the 2nd year, specialty 053 "Psychology" (Alfred Nobel University, Dnipro, department of innovative technologies in pedagogy, psychology and social work) is devoted to the problem of psychological factors of the influence of social networks on eating disorders.

In the work, a theoretical analysis of the problem of eating disorders, their types and causes of occurrence was carried out. It has been established that modern concepts of understanding the essence of eating behavior are quite diverse. It was found that a number of scientific approaches to determining the essence of eating behavior are on the border of psychological and medical sciences. It has been found that the eating behavior of an individual reflects not only his preferences, inclinations, values and attitudes in terms of food consumption, but also his cultural, ethnic and religious affiliation, and also reproduces a certain psychological portrait of the individual, carrying information about his individual characteristics . The main types of eating disorders (restrictive, emotional and external) and the main eating disorders (bulimia nervosa, anorexia nervosa, geophagia, bigorexia, sitophobia, orthorexia) are characterized.

The approaches of scientists to the interpretation of the phenomenon of Internet addiction were analyzed and it was established that: psychological and physiological are considered the main symptoms of Internet addiction; The following are the main types of Internet addicts: Internet communicators, Internet erotomaniacs, Internet aggressors, Internet cognitivists, Internet gamblers, and Internet buyers; the main psychological features of the virtual environment, which lead to the growth of Internet addiction, are considered to be: anonymity, physical non-representation, uniqueness of interpersonal perception, unregulated behavior, reduction of psychological and social risk in the process of communication.

In order to determine the influence of psychological factors in the context of social networks on eating disorders of an individual, we conducted a corresponding empirical study, the purpose of which is to empirically test the conceptual hypothesis about the presence of a certain influence of social networks on the nature of an individual's eating behavior. To determine the impact of the factors, the methodological tools of the study were substantiated: to determine the type of eating behavior - the Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ); to determine the influence of the cognitive factor - the author's questionnaire of the individual's awareness of healthy eating; to determine the influence of a motivational factor - A. Rean's Questionnaire "Motivation for success and fear of failure"; to determine the influence of a social factor - Internet Addiction Test by Kimberly Young; to determine mutual influences and the nature of the relationship - correlation-regression analysis.

Taking into account the conducted analysis, it was established that men have practically no problems with the influence of social network factors on eating disorders. At the same time, such a negative influence was established in women, which was confirmed by the results of correlation-regression analysis. A training program has been developed for the formation of adequate eating behavior of women who are under the influence of information from social networks.

Key words: eating behavior, eating disorders, adequate eating behavior, social networks, Internet addiction, influence of social networks

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА РОЗЛАДИ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ.....	
7	
1.1. Теоретичні засади проблеми формування харчової поведінки особистості	7
1.2. Інтернет, інтернет залежність та соціальні мережі.....	16
1.3. Обґрунтування психологічних чинників впливу соціальних мереж на розлади харчової поведінки особистості.....	25
Висновки до розділу 1	31
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА РОЗЛАДИ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ.....	
34	
2.1. Хід та організація дослідження	34
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження	43
2.3. Психологічні рекомендації щодо зменшення впливу соціальних мереж на розлади харчової поведінки особистості.....	62
Висновки до розділу 2	71
ВИСНОВКИ.....	76
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	83
ДОДАТКИ	91