

УДК 37.013.42:316.624–057.87]:654.19

**ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЗАСОБІВ  
МАСОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ НА ФОРМУВАННЯ  
ПРОМІЖНИХ ФОРМ АДИКТИВНОЇ  
ПОВЕДІНКИ ЖІНОЧОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

**Сватенков О. В.**

*У статті представлені методика та результати емпіричного дослідження впливу засобів масової комунікації на формування проміжних форм адиктивної поведінки жіночої студентської молоді. На основі емпіричних даних визначено та описано рівні впливу ЗМК на формування харчової поведінки студенток.*

*Ключові слова: засоби масової комунікації, анорексія, булімія, індекс маси тіла.*

*В статье представлены методика и результаты эмпирического исследования влияния средств массовой коммуникации на формирование промежуточных форм адиктивного поведения женской студенческой молодежи. На основе эмпирических данных определены и описаны уровни воздействия СМК на формирование пищевого поведения студенток.*

*Ключевые слова: средства массовой коммуникации, анорексия, булимия, индекс массы тела.*

*The article describes methods and results of empirical research into the influence of mass media on the formation of intermediate forms of addictive behavior in female students. Based on empirical data levels of mass media influence on the formation of food behavior in female students have been determined and described.*

*Key words: mass media, anorexia, bulimia, body mass index.*

---

**Актуальність дослідження.** Засоби масової комунікації (ЗМК) як мезофактор соціалізації особистості здійснюють позитивний вплив на підростаюче покоління: розширюють виховні можливості інших соціальних інститутів, сприяють інтеграції дітей та молоді до світової спільноти, відкривають доступ до інформації та полегшують процеси комунікації у глобальному масштабі.

В той же час, завдяки механізмам ідентифікації та наслідування, тотальній присутності у житті молодої людини, ЗМК здійснюють і негативний вплив. У наукових дослідженнях доведено [1, с. 2], що вони відіграють вирішальну роль у зростанні агресії та кримінальної поведінки серед дітей та молоді; провокують розвиток шкідливих звичок, хімічних залежностей, сприяють розвитку психологічного дискомфорту тощо.

Можна зазначити два аспекти такого впливу. По-перше, ЗМК істотно сприяють засвоєнню людьми різного віку широкого спектра соціальних норм та формуванню у них ціннісних орієнтацій у сфері політики, економіки, здоров'я, права тощо. По-друге, ЗМК фактично є своєрідною системою неформальної освіти та просвіти різних категорій населення. При цьому користувачі ЗМК здобувають досить різнобічні, суперечливі, несистематизовані знання, відомості з різних питань.

Водночас залишається малодослідженим факт впливу ЗМК на формування в молоді проявів проміжних форм адиктивної поведінки, зокрема порушень харчової поведінки.

На даний момент ця проблематика є досить актуальною, оскільки велика кількість людей, зокрема жінок, страждають розладами харчової поведінки. Так, останні десятиліття дослідники схильні називати анорексичним вибухом у популяції [6]. Як свідчать дослідження, проведені в розвинених країнах, не вагому роль у формуванні такої ситуації відіграють ЗМК. Нами було проведене дослідження даної проблеми серед жіночої студентської молоді. Відповідно, **метою статті** є представлення результатів емпіричного дослідження впливу ЗМК на формування харчових адикцій жіночої студентської молоді.

**Виклад основного змісту дослідження.** На нашу думку, впливовість ЗМК на соціалізацію молоді зумовлено такими причинами: 1) молодь звикла до ЗМК з

дитинства: телевізор, журнали, Інтернет – це невід’ємні супутники для сучасної молоді. Тобто вплив ЗМК на спосіб мислення і формування цінностей молодого людини має тривалий і генералізований характер майже від самого народження; 2) внаслідок цього інформація, що надається, сприймається беззаперечно і некритично. Некритичність сприйняття інформації детермінується ще і швидкою інтеріоризацією всього нового молодого людиною до власної системи цінностей; 3) одним із основних механізмів набуття досвіду і формування особистості є наслідування. ЗМК є нескінченним джерелом зразків для наслідування: моделей поведінки, норм, правил, цінностей тощо.

Таким чином, будучи спрямованим на молодь, здійснюючи постійний тривалий вплив, популяризує конкретні зразки поведінки ЗМК як прямо, так і опосередковано, впливають на соціалізацію молоді, певною мірою формуючи її погляди на всі сфери життя. А тому, завдяки своїй поширеності і доступності, ЗМК значною мірою впливають на визначення репертуарів життєвих сценаріїв та поведінкових стилів молодих людей, в тому числі й формування уявлення молодого покоління про ідеальні параметри людського (особливо жіночого) тіла.

Одним із найбільш популярних засобів досягнення зазначених параметрів є регуляція харчової поведінки. Під харчовою поведінкою розуміється ціннісне ставлення до їжі та її прийому, стереотипи харчування в буденних умовах і в умовах стресу, поведінка, орієнтована на образ власного тіла, і діяльність із формування цього образу [4, с. 120]. Інакше кажучи, харчова поведінка містить у собі установки, форми поведінки, звички й емоції, що стосуються їжі, які індивідуальні для кожної людини.

Відповідно до Міжнародної класифікації хвороб (МКХ) 10-го перегляду (2007), основними порушеннями харчової поведінки вважаються: нервова анорексія й нервова булімія, а також переїдання, яке поєднується із психологічними порушеннями. Загальними для них є такі параметри, як: заклопотаність контролюванням ваги власного тіла, перекручування образу свого тіла, зміна цінності харчування в ієрархії цінностей [3].

Саме вплив ЗМК на формування зазначених вище проміжних форм адиктивної поведінки і був предметом нашого дослідження. Воно поділялося на три послідовні етапи, кожен з яких мав чітко окреслені завдання. В основу дослідження було покладено розуміння впливу ЗМК на формування харчової поведінки жіночої студентської молоді як єдності трьох компонентів: поведінкового, емоційного та когнітивного.

*Поведінковий компонент* відображає вплив ЗМК на дотримання дієт; формування раціону харчування; догляд за власною фігурою тощо. *Емоційний компонент* відображає вплив ЗМК на ставлення до власної фігури, фігури моделей; емоції при зриві під час дієти, при порівнянні себе з моделями; ставлення до інформації про дієти. *Когнітивний компонент*, в свою чергу, відображає вплив ЗМК на основні джерела отримання інформації про дієти; взірць жіночої краси; формування раціону харчування тощо.

Відповідно до зазначених положень, для визначення рівнів впливу ЗМК на формування харчової поведінки жіночої студентської молоді нами були розроблені критерії та показники.

*Конативно-діяльнісний критерій* дозволив нам оцінити рівень впливу ЗМК на формування харчової поведінки жіночої студентської молоді. Його показниками було визначено: дотримання дієт; порівняння себе з моделями зі сторінок ЗМК; формування раціону харчування; пошук інформації про дієти в ЗМК; слідування за власною фігурою, яке спонукається зображенням моделей в ЗМК.

*Емоційно-чуттєвий критерій* дозволив оцінити рівень впливу ЗМК на формування харчової поведінки жіночої студентської молоді. Нами були визначені наступні показники даного критерію: задоволеність власною фігурою; самопочуття при зриві під час дотримання дієти; самопочуття при спогляданні зображень подіумних моделей; відчуття при порівнянні себе з моделями; ставлення до інформації про дієти в ЗМК.

*Когнітивно-ціннісний критерій* дозволив оцінити рівень впливу ЗМК на формування харчової поведінки жіночої студентської молоді. Нами були визначені на-

ступні показники даного критерію: джерела отримання інформації про дієти; взірць жіночої краси; уявлення про корисність / шкідливість продуктів для фігури; уявлення про здоровий раціон харчування, стандарти жіночого тіла.

Методика нашого дослідження включала декілька етапів.

Перший етап – підготовчий. Передбачає збір інформації про досліджуване явище та підбір оптимальних методів для проведення дослідження; планування експериментальної частини. На даному етапі нами було вивчено основні теоретичні положення даної проблематики: поняття ЗМК, соціалізації студентської молоді, вплив ЗМК на студентську молодь, поняття проміжних форм адикцій – та розроблено анкету для визначення рівня впливу ЗМК на формування харчової поведінки студентської жіночої молоді і підібрано інші методи діагностики явища, що вивчається.

Зазначені вище теоретичні положення були реалізовані нами на наступному етапі дослідницької роботи, а саме при складанні анкети, питання якої дозволили виявити впливовість ЗМК на свідомість та поведінку респондентів. Окрім того, даний етап включав проведення: контент-аналізу популярних журналів для жінок; методики на визначення індексу маси тіла Кетеле серед 110 студенток НДУ ім. М. Гоголя; застосування коефіцієнту рангової кореляції Ч. Спірмена для виявлення зв'язку між рівнем впливу ЗМК та індексом маси тіла.

На третьому, завершальному, етапі нами було проведено аналіз результатів та сформульовано висновки.

В результаті проведення контент-аналізу 51-го примірника популярних серед жіночої студентської аудиторії журналів "Cosmopolitan", "Лиза" та "Отдохни" було виявлено значну поширеність матеріалів, що стосуються дієт, способів схуднення та зображень дівчат модельної зовнішності. Аналізуючи отримані дані, можна зробити висновок про те, що вищезазначені друковані видання уникають зображень товстих дівчат / жінок та активно використовують зображення худорлявих. Також тема дієт та різноманітних способів схуднення є дуже актуальною, разом з тим публікацій про здорове харчування в 5 разів менше, а статей стосовно негативних наслідків дотримання дієт взагалі 1 на 12 примірників (враховуючи той факт, що в кожному примірникові журналу як мінімум 3–5 публікацій, що стосуються різноманітних способів схуднення). Можна зробити висновок про те, що інформація про дієти та способи схуднення є поширеною та легкодоступною для молодих дівчат, які сприймають таку інформацію за достовірну, беззаперечно та некритично ставлячись до неї, слідує всім порадам, що надаються. Така ситуація є досить загрозовою для здоров'я дівчат, які, прагнучи виглядати, як моделі зі сторінок журналів, знущуються зі свого організму, виснажуючи його дієтами, інформацію про які отримують в ЗМК. Як наслідок такої поведінки в деяких випадках існує загроза виникнення в них проміжних форм адиктивної поведінки.

За результатами проведеного анкетування, нами було визначено та охарактеризовано рівні впливу ЗМК на формування проміжних форм адиктивної поведінки жіночої студентської молоді (див. табл. 1).

Відповідно до отриманих результатів, 26 респонденток нами було віднесено до низького рівня впливу ЗМК на формування харчової поведінки, до середнього – 55 осіб та 29 осіб – до високого. Також, за даними анкетування, нами було визначено ІМТ кожного респондента. Аналізуючи дані досліджуваних за ІМТ, варто зазначити, що 2 % з них мають надлишкову вагу тіла, 63 % – відповідну до зросту, 35 % – дефіцит маси тіла. Вивчивши взаємозв'язок між рівнем впливу ЗМК на формування харчової поведінки та ІМТ, ми отримали коефіцієнт кореляції  $r_s = -0,22$ , що, для вибірки у 110 осіб, свідчить про тісний взаємозв'язок між даними змінними з тенденцією, при якій ріст однієї змінної супроводжується зменшення іншої. Дана тенденція свідчить про те, що чим вищим є рівень впливу ЗМК на формування харчової поведінки, тим нижчим буде ІМТ, що є фактором ризику формування проміжних форм адиктивної поведінки.

Окрім того, варто зазначити, що серед 26,4 % респондентів, яких нами було віднесено до високого рівня впливу ЗМК, 66 % мають дефіцит маси тіла. Дана ситуація свідчить про те, що дані особи є групою ризику, адже існує велика ймовірність виникнення у цих респондентів проміжних форм адиктивної поведінки.

Таблиця 1

**Характеристика рівнів впливу ЗМК  
на формування харчової поведінки жіночої студентської молоді**

	Поведінковий компонент	Когнітивний компонент	Емоційний компонент
Низький рівень (15–25)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Не дотримувалася дієт</li> <li>Не порівнює себе з моделями у ЗМК</li> <li>Не формує раціон харчування, спираючися на поради в ЗМК</li> <li>Не шукає інформації про дієти в ЗМК</li> <li>Зображення моделей в ЗМК не спонукає слідувати за своєю фігурою</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Якщо дотримувалася дієти, то інформацію про неї отримувала від дієтолога</li> <li>Інколи інформацію про дієти дізнається із ЗМК</li> <li>Моделі із ЗМК не є взірцем жіночої краси</li> <li>Не формує уявлення про здоровий раціон харчування, корисність / шкідливість певних продуктів харчування для фігури та здоров'я на основі публікацій в ЗМК</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Задоволена власною фігурою</li> <li>Не відчуває жодних емоцій, коли бачить зображення моделей в ЗМК</li> <li>До інформації про дієти в ЗМК ставиться нейтрально, не цікавиться нею</li> </ul>
Середній рівень (26–35)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Дотримувалася дієт</li> <li>Не порівнювала себе з моделями в ЗМК</li> <li>Інколи формує раціон харчування, спираючися на поради в ЗМК</li> <li>Інколи шукає інформацію про дієти в ЗМК</li> <li>Інколи зображення моделей в ЗМК не спонукає слідувати за своєю фігурою</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Якщо дотримувалася дієти, то інформацію про неї отримувала в ЗМК</li> <li>Інколи моделі із ЗМК не є взірцем жіночої краси</li> <li>Інколи формує уявлення про здоровий раціон харчування, корисність / шкідливість певних продуктів харчування для фігури та здоров'я на основі публікацій у ЗМК</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Задоволена власною фігурою</li> <li>Якщо дотримувалася дієти, то, коли зривалася, відчувала невдоволеність собою</li> <li>Відчуває цікавість, коли бачить моделей в ЗМК</li> <li>Позитивно ставиться до інформації про дієти в ЗМК</li> </ul>
Високий рівень (36–45)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Дотримувалася дієти</li> <li>Порівнювала себе з моделями в ЗМК в період дотримання дієти</li> <li>Формує свій раціон харчування, спираючися на поради в ЗМК</li> <li>Шукає інформацію про дієти в ЗМК</li> <li>Зображення моделей в ЗМК спонукає пильно слідувати за своєю фігурою</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Інформацію про дієти переважно отримує із ЗМК</li> <li>Моделі в ЗМК є взірцем жіночої краси</li> <li>Формує уявлення про здоровий раціон харчування, корисність / шкідливість певних продуктів харчування для фігури та здоров'я на основі публікацій у ЗМК</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Не задоволена власною фігурою, бо не схожа на моделей у ЗМК</li> <li>Якщо дотримувалася дієти, то при зриві відчувала пригніченість</li> <li>Відчуває заздрість, захоплення, коли бачить в ЗМК сучасних моделей</li> <li>Відчуває дискомфорт, коли порівнює себе з моделями в ЗМК</li> <li>Позитивно ставиться до інформації про дієти в ЗМК</li> </ul>

**Висновок.** Таким чином, за результатами проведеного нами емпіричного дослідження впливу ЗМК на формування харчової поведінки жіночої студентської молоді, можемо констатувати, що: по-перше, ЗМК мають високий рівень впливу на формування харчової поведінки більш ніж на 26 % студенток, з яких 66 % мають дефіцит маси тіла і входять до групи ризику виникнення проміжних форм адитивної поведінки; По-друге, встановлено взаємозалежність між рівнем впливу та індексом маси тіла, причому чим вищий рівень впливу ЗМК, тим нижчий індекс ІМТ. Такі результати свідчать про значний вплив ЗМК на формування проміжних форм адитивної поведінки жіночої студентської молоді.

#### Література

1. Бебик В. К проблеме коммуникации и ее функции в обществе / В. Бебик // Персонал. – 2004. – № 3. – С. 27–33.
2. Бондарчук О. І. Психологія девіантної поведінки : курс лекцій / О. І. Бондарчук. – К. : МАУП, 2006.
3. Международная классификация болезней (10-й пересмотр): классификация психических и поведенческих расстройств. – СПб. : Адис, 2007. – 300 с.
4. Менделевич В. Д. Новые проблемы психологии и психопатологии девиантного поведения в период социальных перемен / В. Д. Менделевич // Психиатрия и общество : сб. науч. работ, посвященный 80-летию ГНЦ ССП им. В. П. Сербского. – М. : ГЭОТАР-МЕД, 2001. – С. 144–151.
5. Менделевич В. Д. Психология девиантного поведения / В. Д. Менделевич. – СПб. : Речь, 2005. – 445 с.
6. Чайка В. К. Нервная анорексия у девочек и девушек / В. К. Чайка, Л. А. Матыцина, И. В. Бабенко-Сорококуд. – Донецк : Лидер, 2004. – 32 с.