

повышения боеспособности африканских армий представляется необходимым условием трансформации французской стратегии, но об эффективности этого направления говорить пока сложно. Учитывая большой конфликтный потенциал в самих государствах Сахеля, слабость государственного управления и коррумпированность африканских режимов, многие инициативы Франции могут потерпеть неудачу из-за сохранения первопричин кризиса. Сложности в преодолении кризиса также обусловлены усугубляющейся гуманитарной катастрофой, решение которой должно выйти на первый план в политике стабилизации региона.

Список литературы

1. Сидоров А.С. Франция в Сахеле: текущие проблемы и возможное развитие военного конфликта // АПЕ. 2018. №4; [Электронный ресурс]. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/frantsiya-v-sahele-tekuschie-problemy-i-vozmozhnoe-razvitiye-voennogo-konflikta> (дата обращения: 2.12.2021).
2. Ministère de la Défense de la France. Dossier de Presse – Opération Barkhane – transformation [Электронный ресурс] URL: <https://www.defense.gouv.fr/operations/afrique/bande-sahelo-saharienne/operation-barkhane/dossier-de-referance/operation-barkhane> (дата обращения: 2.12.2021)
3. Laville C. Les dépenses militaires et l'aide au développement au Sahel : quel équilibre? 2016. [Электронный ресурс] URL: <https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02358904> (дата обращения: 5.12.2021)
4. Fin de Barkhane : les opérations extérieures, un coût humain et financier pour la France, 11.06.2021 [Электронный ресурс] URL: https://www.lexpress.fr/actualite/societe/fin-de-barkhane-les-operations-exterieures-un-cout-humain-et-financier-pour-la-france_2152663.html (дата обращения: 5.12.2021)
5. Unprecedented terrorist violence' in West Africa, Sahel region 8.01.2020 [Электронный ресурс] URL: <https://news.un.org/en/story/2020/01/1054981> (дата обращения: 7.12.2021)
6. IFOP pour Le Point Les Français et l'intervention militaire au Mali, 8 ans après le déclenchement de l'opération Serval, Janvier 2021 [Электронный ресурс] URL: <https://www.ifop.com/publication/les-francais-et-lintervention-militaire-au-mali-8-ans-apres-le-declenchement-de-loperation-serval/> (дата обращения: 8.12.2021)
7. Vergès V., Châtelot C. Sahel: «On a confié à l'armée française une mission impossible», 12.01.2020 [Электронный ресурс]. URL: https://www.lemonde.fr/afrique/article/2020/01/12/sahel-on-a-confie-a-l-armee-francaise-une-mission-impossible_6025619_3212.html (дата обращения: 8.12.2021)
8. Propos liminaires du Président de la République à l'occasion de la conférence de presse Conjointe à l'issue du sommet du G5 Sahel, 9.07.2021 [Электронный ресурс] URL: <https://www.elysee.fr/emmanuel-macron/2021/07/09/conference-de-presse-a-lissue-du-sommet-du-g5-sahel> (дата обращения: 8.12.2021)
9. Rich D. Fin de l'opération Barkhane : quelle stratégie pour les forces françaises au Sahel? 14.10.2021 [Электронный ресурс]. URL: <https://www.france24.com/fr/afrique/20211014-fin-de-l-operation-barkhane-quelle-strategie-pour-les-forces-francaises-au-sahel> (дата обращения: 8.12.2021)
10. Доклад Генерального секретаря о деятельности Отделения ООН для Западной Африки и Сахеля от 28.06. 2021 [Электронный ресурс]. URL: <https://undocs.org/ru/S/2021/612> (дата обращения: 8.12.2021)
11. Lamarche A. It's Time to Change How We're Supporting the Countries of the Sahel, 12.10.2021 [Электронный ресурс]. URL: <https://www.refugeesinternational.org/reports/2020/10/8/its-time-to-change-how-were-supporting-the-sahel> (дата обращения: 8.12.2021)
12. Sahel: Ce qui doit changer pour une nouvelle approche centrée sur les besoins des populations – Recommandations de la Coalition citoyenne pour le Sahel, Avril 2021 [Электронный ресурс]. URL: <https://reliefweb.int/report/niger/sahel-ce-qui-doit-changer-pour-une-nouvelle-approche-centr-e-sur-les-besoins-des> (дата обращения: 9.12.2021)

Психологические науки

СВЯЗЬ НАРУШЕНИЯ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ СО СТРЕССОМ У СТУДЕНТОВ

Бурцева Е.А., Караваева А.П.

ФГБОУ ВО «Пермский государственный медицинский университет имени академика Е.А. Вагнера» Минздрава РФ, Пермь,
e-mail: burtseva20@yandex.ru,
anast.karavaeva2016@yandex.ru

В статье изучается взаимосвязь нарушения пищевого поведения и стресса у студентов в возрастной группе 18-25 лет. Выборку составили 139 студентов, преобладающую часть которых составили девушки (89%). В качестве опросников использовались опросник ЕАТ-26 и экспресс-диагностика состояния стресса (К. Шрайнер). Из результатов двух опросников видно, что у 71% с суммой баллов более 20 по опроснику ЕАТ-26 отмечается 5 и более баллов по экспресс-диагностике состояния стресса. Данные результаты подтверждают гипотезу о связи стресса и нарушения пищевого поведения.

Основной возрастной группой данного исследования являются студенты в возрасте 20-24 лет (65,1% опрошенных). Именно эти временные рамки соответствуют стадии ранней

зрелости психосоциального развития по Эриксону. В этот период жизни потребностями молодых людей становятся самоактуализация и самоуважение, ориентированность на выбор профессии и создание семьи. Также в период ранней зрелости возрастает частота тревожных состояний, неврозов, депрессий [1].

Стремление устранить эмоциональный дискомфорт приводит к приему психоактивных веществ, что влечет за собой различные формы зависимостей, в том числе, к пищевой зависимости [2].

В данной статье мы бы хотели уделить внимание нарушению пищевого поведения и связи его со стрессом, так как данная тема является менее изученной, по сравнению с другими формами аддикций.

Расстройства приема пищи – это поведенческие нарушения, характеризующиеся ненормальным потреблением пищи, что негативно влияет на физическое и психическое здоровье. Основными клиническими проявлениями нарушения пищевого поведения являются нервная анорексия, нервная булимия. Уровень смертности людей с анорексией самый высокий из всех психиатрических заболеваний и в 12 раз выше, чем у людей без пищевых нарушений [3].

Одной из психологических функций пищевого поведения, по мнению Ю.И. Савенкова, является разрядка психоэмоционального напряжения [4].

Среди типов пищевого поведения выделяют экстернальное, ограничительное и эмоциогенное. При последнем типе пищевого поведения стимулом к приему пищи является эмоциональный дискомфорт, другими словами, происходит «заедание» стресса [5].

Выделяют несколько возможных условий развития психогенного пищевого нарушения, например, психологические особенности, микросоциальные условия жизни, существование «идеалов» красоты, психические заболевания. В связи с чем, мы сформулировали гипотезу: стресс является условием развития нарушения пищевого поведения у студентов.

Цель исследования: определить распространенность нарушения пищевого поведения среди студентов ВУЗов и обозначить связь с уровнем стресса обучающихся.

Методы и материал исследования

Было проведено анкетирование с участием 139 студентов высших учебных заведений города Перми в возрасте от 18 до 25 лет, среди которых 89% составили девушки и 11% – юноши. В качестве опросников использовались следующие методики: ЕАТ-26 (тест отношения к приему пищи) и экспресс-диагностика состояния стресса, разработанная К. Шрайнером.

Опросник ЕАТ-26 считается наиболее широкоиспользуемым для измерения симптомов нарушения пищевого поведения и может быть использован в качестве эффективного скрининга в рамках процесса исследований. Экспресс-диагностика состояния стресса (К. Шрайнер) выявляет уровень стрессоустойчивости.

Результаты исследования

Интерпретацию результатов ЕАТ-26 проводили в соответствии со следующими критериями: 0-20 баллов – низкий показатель; 21-40 – пониженный показатель; 41-60 – средний показатель; 61-80 – повышенный показатель. В результате анализа данных получили, что 17% студентов ВУЗов относятся к группе риска по наличию расстройства пищевого поведения и нуждаются в консультации специалиста в области психического здоровья (табл. 1). Причём 100% респондентов с выявленными нарушениями являются девушки.

Таблица 1

Распространенность расстройства пищевого поведения по результатам опросника ЕАТ-26

Сумма баллов	Распространённость, % (n человек)
0-20 баллов	83 (115)
21-40 баллов	14 (19)
41-60 баллов	3 (5)

Интерпретацию результатов экспресс-диагностики состояния стресса проводили в соответствии со следующими критериями: 0-4 – умение регулировать свои эмоции и справляться со стрессовыми ситуациями; 5-7 баллов – средний уровень стресса; 8-9 баллов – переутомление и истощение, не умение владеть собой, тенденция терять самоконтроль в стрессовых ситуациях. По результатам анализа данных среди студентов ВУЗов стрессовым ситуациям подвержены 41%, из которых 91% – девушки. Причём 5% из всех респондентов имеют признаки переутомления и истощения. Однако больше половины учащихся (59%) умеют вести себя сдержанно в стрессовой ситуации и регулировать свои эмоции (табл. 2).

Таблица 2

Результаты экспресс-диагностики состояния стресса студентов ВУЗов

Баллы	Распространённость, % (n человек)
0-4 баллов	59 (82)
5-7 баллов	36 (50)
8-9 баллов	5 (7)

Сравнивая результаты уровня способности справляться со стрессом и наличия нарушений пищевого поведения, можно отметить, что у 71% с суммой баллов более 20 по опроснику ЕАТ-26 отмечается 5 и более баллов по экспресс-диагностике состояния стресса, разработанной К. Шрайнером. Данные результаты подтверждают нашу гипотезу.

Выводы

- 1) Распространенность расстройства пищевого поведения среди обучающихся в ВУЗах составила 17%.
- 2) Неспособность студентов справляться со стрессовыми ситуациями является условием для развития нарушений пищевого поведения, но не является единственным.
- 3) Больше половины студентов ВУЗов умеют регулировать свои эмоции и ведут себя сдержанно в стрессовой ситуации.

Список литературы

1. Кризисные состояния. Арт-Пресс. Днепропетровск, 1998. 156 с.
2. Малкина-Пых И.Г. Терапия пищевого поведения: справочник практического психолога. М.: Эксмо, 2007. 1040 с.
3. Захарова Л.И. Нервная анорексия: распространенность, критерии диагностики и психосоматические соотношения (обзор) // Научные результаты биомедицинских исследований. 2019. Т. 5. № 1. С. 108-121.
4. Савенков Ю.И. Избыточный вес угроза здоровью. Барнаул: Алт. Кн. Изд-во, 1985. 72 с.
5. Савчикова Ю.Л. Психологические особенности женщин с проблемами веса: дисс. ... канд. псих. Наук. СПбГУ, Санкт-Петербург, 2005.