

Матеріали XV

студентської
конференції

ПЕРШИЙ КРОК У НАУКУ



18 травня 2024р.

Міністерство освіти і науки України
Сумський державний університет
Наукове товариство студентів, аспірантів,
докторантів і молодих вчених СумДУ

ПЕРШИЙ КРОК У НАУКУ

Матеріали
XV студентської конференції
(Суми, 18 травня 2024 року)

Суми
Сумський державний університет
2024

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВПЛИВ ВІЙНИ НА ХАРЧОВУ ПОВЕДІНКУ МОЛОДІ

Герашенко К.С., Стрілець М.Ю., *студентки*; ННМІ СумДУ, гр.
МЦ.м-306

З початком повномасштабної війни в Україні 2022 році, кожен українець переживає великий стрес для психіки та організму в цілому. Стрес, в свою чергу, безпосередньо, загострює психічні проблеми населення, і розлади харчової поведінки не є виключенням. Найвразливішою категорією є підлітки та молодь. Саме в цьому віці люди особливо вразливі до впливу військових подій на харчову поведінку. Адже і за мирних часів стрес, тривожність та розлади харчування їм добре знайомі. А під час війни вони починають загострюватися, тривожність щодо майбутнього, погіршення сну, страх втрати близьких і це має вплив на їхню харчову поведінку. У деяких може втрачатися апетит, що призводить до втрати ваги та загального виснаження організму в цілому. Інші, навпаки, починають шукати порятунку у їжі, тобто «заїдають» свої емоції. Це може приводити до переїдання або до вибору нездорових продуктів, які в свою чергу починають впливати на загальне здоров'я та на масу тіла. Особливо, якщо раніше людина мала проблеми із харчуванням, вагою або прийняттям себе, то такий спосіб харчування підвищує ризик до виникнення розладів харчової поведінки. Таким чином, в умовах сьогодення, питання харчової поведінки молоді має бути на особливо високому рівні, так як від цього залежить становлення психічного та фізичного здоров'я особистості.

Метою нашого дослідження є вивчення впливу війни на харчову поведінку і якість життя студентів-медиків. Для реалізації мети були використані такі методи дослідження – аналіз науково-методичної літератури, анкетування, педагогічний експеримент, методи математично-статистичної обробки отриманих даних. Опитування ми провели серед студентів навчально-наукового медичного інституту віком 18-20 років. Загальна кількість опитуваних студентів – 39. Серед опитуваних переважають респонденти жіночої статі, що може впливати на споживання та уподобання харчових продуктів.

За результатами анкетування було виявлено, що половина респондентів не мала впливу новин про війну на їхнє споживання їжі.

Але є значний відсоток тих, хто почав їсти менше - 31,6% та тих, хто почав їсти більше -18,4% внаслідок воєнних подій.

Значна кількість респондентів, а саме 55,3% не помітили значущих змін у доступі до продуктів харчування, але понад 40% відзначили зменшення можливості отримання свіжих продуктів. Щодо усвідомленості походження продуктів, то половина респондентів підвищила увагу до походження продуктів через війну, в той час, як інша половина залишила свою увагу незмінною.

Щодо якості продуктів та вплив війни, то зазначена більшість респондентів не помітила змін у якості продуктів, але більш ніж 20% відчули погіршення якості через воєнні події. Понад 30% респондентів визнали зміни у своїх харчових звичках через обставини війни. Більш як 65% респондентів вважають, що воєнні події не впливають на їхні можливості отримання продуктів. Половина респондентів не звертає більше уваги на дієтологічні аспекти через війну.

Що стосується шляхів поліпшення харчової ситуації студентів, то респонденти вказали на необхідність збільшення гуманітарної допомоги, розвитку міського сільського господарства та освіти щодо здорового харчування в умовах обмежень. Студенти-медики також вказали на відсутність значущих змін у своєму харчуванні, хоча деякі відзначили загострення розладів харчової поведінки та зменшення споживання їжі внаслідок стресу.

Отже, аналіз опитування серед студентів медичного інституту вказує передусім на те, що повномасштабна війна в Україні з 2022 року впливає на харчову поведінку молоді, яка проявляється зменшенням доступності свіжих харчових продуктів, емоційним стресом та тривожністю, які в свою чергу викликають зміни в кількості споживаної їжі. Також спостерігається підвищена увага до походження продуктів та деяке погіршення якості їжі. Важливим в вирішенні цієї проблеми є виявлення необхідності підтримки психічного здоров'я та забезпечення доступу до якісних харчових продуктів в умовах війни. Оскільки саме рівень психологічного благополуччя матиме вплив на формування освіченої, творчої особистості.

Керівник: Бесєдіна А.А., к.п.н., доцент