

Научная статья

УДК 316.6

Влияние социальных сетей на формирование и развитие расстройств пищевого поведения

Карина Р. Мовсисян

Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация

E-mail: kmovsisian@sfedu.ruORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7617-2808>**Аннотация**

В статье автор рассматривает проблему влияния социальных сетей на возникновение и развитие расстройств пищевого поведения (РПП). Представлен новый взгляд на проблему влияния средств массовой информации на восприятие и оценку образа собственного тела и развитие расстройств пищевого поведения. Во **введении** обосновывается актуальность вопроса, проводится оценка распространенности РПП и формулируется цель исследования. В разделе **«Методы»** представлен «Опросник пищевых предпочтений EAT-26»). Данный опросник включает в себя 26 пунктов о симптомах, характерных для расстройств пищевого поведения. В исследовании используется также авторский опросник, состоящий из 13 вопросов позволяющих оценить степень влияния социальных сетей на развитие расстройств пищевого поведения. **Результаты:** большинство испытуемых выразило желание изменить фигуру, больше половины испытуемых в качестве инструмента для изменения собственных параметров выбирают метод снижения массы тела. Оценку влияния социальных сетей на восприятие собственного тела автор производит исходя из того, что почти половина респондентов активно следят за профилями людей, чьи тела считают идеальными. Сравнение и негативная оценка собственного тела становится фактором мотивации к изменению параметров в большинстве случаев опрошенных. Желание изменить свою фигуру путем коррекции веса является непосредственной угрозой к возникновению расстройств пищевого поведения, поскольку социальные сети предлагают изображения, зачастую далекие от реальности и возможные изменения фигуры могут сопровождаться фрустрацией, что способно усиливать негативную оценку собственного тела. Методика EAT 26 позволила выявить, что среди респондентов почти треть имеют средний показатель расположенности к РПП. В **обсуждении результатов** автор ссылается на других исследователей, изучающих влияние социальных сетей на развитие расстройств пищевого поведения, приходит к выводу о наличии влияния социальных сетей на

формирование и развитие расстройств пищевого поведения, на восприятие образа собственного тела.

Ключевые слова: расстройства пищевого поведения, социальные сети, влияние, образ тела, похудение

Для цитирования

Мовсисян К. Р. (2022). Влияние социальных сетей на формирование и развитие расстройств пищевого поведения, 20(1), 15–28. <https://doi.org/10.21702/ncpb.2022.1.2>

The influence of social networks on the formation and development of eating disorders

Karina R. Movsisyan

Southern Federal University, Rostov-on-Don, Russian Federation

E-mail: kmovsisian@sfedu.ru

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7617-2808>

Abstract

The author considers the problem of the influence of social networks on the emergence and development of eating disorders (EBD). It presents a new perspective on the problem of the influence of mass media on the perception and assessment of one's own body image and the development of eating disorders. The introduction substantiates the relevance of the issue, assesses the prevalence of BPD and formulates the purpose of the study. The Methods section presents the EAT-26 Food Preference Questionnaire. This questionnaire includes 26 items on symptoms characteristic of eating disorders. The study also used the author's questionnaire, which consists of 13 questions to assess the degree of influence of social networks on the development of eating disorders. Results: the majority of the subjects expressed a desire to change their figure, more than half of the subjects chose weight loss as a tool to change their own parameters. The author assesses the influence of social networks on the perception of one's own body on the basis of the fact that almost half of the respondents actively follow the profiles of people whose bodies they consider ideal. Comparison and negative assessment of one's own body becomes a motivating factor to change parameters in most cases of respondents. The desire to change one's figure by correcting weight is a direct threat to the emergence of eating disorders, as social networks offer images that are often far from reality and possible changes in the figure can be accompanied by frustration, which can increase the negative evaluation of one's own body. The EAT 26 methodology revealed that among the respondents, nearly one-third had an average

PFT disposition. In the discussion of the results the author refers to other researchers studying the influence of social networks on the development of eating disorders and concludes that social networks influence the formation and development of eating disorders and the perception of one's own body image.

Keywords: eating disorders, social networks, influence, body image, weight loss

For citation

Movsisyan K.R. (2022). The influence of social networks on the formation and development of eating disorders. *Severo-Kavkazskii psikhologicheskii vestnik (North-Caucasian Psychological Bulletin)*, 20(1), 15–28. (in Russ.). <https://doi.org/10.21702/ncpb.2022.1.2>

Введение

В современных условиях Интернет стал неотъемлемой частью нашего существования, теперь он охватывает все сферы жизни. Именно поэтому влияние Интернета на психоэмоциональный фон человека сложно недооценить. Так, в частности, эталоны внешней привлекательности, диктуемые социальными сетями, могут оказывать влияние на восприятие человеком собственного тела. Одним из критериев понятия привлекательности, транслируемым пространством социальных сетей, является понятие стройности.

В стремлении соответствовать современным эталонам люди не всегда руководствуются грамотным подходом, который включает в себя учет особенностей человеческого организма. Часто это бывают агрессивные способы, такие как: диеты с экстремально-сниженной калорийностью рациона, чрезмерные физические нагрузки и прочие физические воздействия. Все это запускает механизмы защиты в организме и, в некоторых случаях, может привести к возникновению расстройств пищевого поведения.

Под пищевым поведением понимается ценностное отношение к пище и ее приему, стереотип питания в обыденных условиях и в ситуации стресса, поведение, ориентированное на образ собственного тела, и деятельность по формированию этого образа (Менделевич, 2007)

Расстройства пищевого поведения – ряд поведенческих синдромов, связанных с нарушениями процесса принятия пищи, ненормальным потреблением пищи. Согласно справочнику психических расстройств DSM-5, самые распространенные и изученные диагнозы расстройств пищевого поведения у взрослых это: нервная анорексия (патологическое желание худеть), булимия (очистительное поведение после еды, чаще всего – вызывание рвоты) и компульсивное переедание, именуемое также приступами обжорства (приступообразное поглощение пищи, в разы превышающее привычные порции). Для других случаев есть категория «неуточненные», когда понятно,

что отношения с едой у человека не складываются, но под три вышеописанных диагноза пищевое поведение не подходит (Лапина, 2017).

«Международная классификация психических болезней» 10-го пересмотра (МКБ-10) рассматривает «Расстройства приема пищи» (F50) в разделе F5 «Поведенческие синдромы, связанные с физиологическими нарушениями и физическими факторами» и включает сюда нервную анорексию и нервную булимию. (Овчаров, Максимова, 1995).

Нервная анорексия представляет собой сознательное ограничение в еде с целью похудения в связи с убежденностью в наличии мнимой или резко переоцениваемой полноты. Это нарушение, которое, в основном, происходит у девушек в возрасте 15–19 лет. Только около 10 % страдающих анорексией – мужчины. (Witztum, Latzer, Stein, 2008).

Булимия – это расстройство пищевого поведения, которое связано с перееданием, а после избавлением от съеденной пищи из организма различными способами. Это может быть искусственно вызванная рвота или прием слабительных средств.

Компульсивное переедание (КП) – это расстройство пищевого поведения, которое связано с избытком потребления пищи сразу после или во время строго ограничивающих диет. Часто люди с приступами обжорства имеют лишний вес или ожирение. После приступа они переживают интенсивное чувство вины, стыда и/или сильного эмоционального дискомфорта – и это может привести их к очередному приступу. (Лапина, 2017)

Существует множество вариантов субклинических проявлений нарушения пищевых паттернов, включая патологический голод, частые «перекусывания», самоограничения в питании и стратегии, компенсирующие переедание. (Малкина-Пых, 2017). Среди других нарушений выделяют эмоциогенное, экстернальное и ограничительное пищевое поведение (Савчикова, 2005).

Проблема девиантного (отклоняющегося) пищевого поведения не нова. С античных времен известны попытки людей избегать приема пищи или вызывать у себя рвоту ради достижения духовного «очищения» или оздоровления. Самая распространенная история болезни включает начало соблюдения диеты с целью улучшения формы тела. Несмотря на увеличивающуюся потерю веса, человек продолжает ограничивать свой прием пищи. Пища и вес тела становятся главной заботой. (Коннер, Армитейдж. 2012)

Кроме того, стиль питания отражает эмоциональные потребности и душевное состояние человека. Ни одна другая биологическая функция в ранние годы жизни не играет столь важной роли в эмоциональном состоянии человека, как питание. Для ребенка ситуация насыщения эквивалентна ситуации «меня любят»; фактически чувство защищенности, связанное с насыщением, основано на этом тождестве (оральная чувствительность) (Александр, 2002).

Распространенность пищевых расстройств остается крайне высокой в 21 веке, и, хотя точное количество заболевших оценить сложно, есть данные, согласно которым от симптомов расстройств пищевого поведения страдают 13,2 % девушек в возрасте до 20-ти лет. Особую роль в качестве условия формирования, распространения, поддержания РПП в «постсовременном» обществе приобретает Интернет, представляющий собой ведущий канал трансляции стандартов красоты и пропаганды различных телесных практик (Цыганкова, Прончихина, 2019).

Актуальность исследования влияния социальных сетей на возникновение расстройств пищевого поведения обусловлена также романтизацией РПП в интернет-пространстве. Так, существуют интернет-сообщества, объединяющие людей, страдающих каким-либо из видов расстройств пищевого поведения. Такие объединения существуют вопреки логической цели помочь избавиться от расстройств. Напротив, РПП в подобных сообществах идеализируются а, непосредственно, сообщества выступают в качестве мотивирующего ресурса. Подобные сообщества позиционируют себя в качестве источников информации о здоровом образе жизни и уходе за собой, являясь часто прямой пропагандой РПП. Один из факторов риска подобных интернет-площадок – объединение людей в мини-группы с целью взаимной поддержки и мотивации. Основная опасность данного явления заключается в том, что часто люди, страдающие РПП, предпочитают не придавать огласке собственное отношение к приему пищи, чаще всего те, кто сталкивается с таким видом заболевания, скрывают это от своих родных и близких (Ильина, 2020), что создает сложности в исследовании расстройств, а также в их коррекции. Объединяясь в группы, таким образом, люди, страдающие РПП, зачастую усиливают степень выраженности пищевых расстройств.

Таким образом, стремление достичь идеала, так или иначе навязываемого социальными сетями, романтизация расстройств пищевого поведения являются серьезными проблемами современности. РПП нередко приводят к осложнениям со стороны различных органов и систем человеческого тела и, в некоторых случаях, к летальному исходу. Согласно данным ВОЗ, 10 200 смертей в год являются результатом расстройств пищевого поведения.

Цель данного исследования состоит в том, чтобы изучить проблему влияния социальных сетей на удовлетворенность образом собственного тела и на формирование и развитие расстройств пищевого поведения

Методы

Для исследования влияния социальных сетей на формирование и развитие расстройств пищевого поведения был использован «Опросник пищевых предпочтений EAT-26» созданный Дэвидом Гарнером. Данная методика

представляет собой широко используемый стандартизированный опросник из 26 пунктов о симптомах, наиболее характерных для расстройств пищевого поведения. Суммарный балл шкалы, превышающий значение 20, позволяет судить о высокой предрасположенности к развитию расстройства пищевого поведения. Для оценки влияния социальных сетей на восприятие образа собственного тела, а также для исследования влияния социальных сетей на возникновение непосредственно, расстройств пищевого поведения, была разработана авторская анкета, состоящая из 13 вопросов.

Анкета:

- 1) Какие из социальных сетей вы используете активнее всего/ использовали до блокировки?
- 2) Сколько времени вы проводите/проводили в данных социальных сетях?
- 3) Довольны ли вы своей фигурой?
- 4) Хотелось бы вам что-то изменить в своей фигуре?
- 5) Что именно вам хотелось бы изменить? (если вы ответили "да" на предыдущий вопрос)
- 6) Подписаны ли вы/активно следите за профилями людей, чей внешний облик, в частности, параметры тела, вы считаете идеальными?
- 7) Есть ли публичные люди, в числе ваших подписок, на которых вы подписались исключительно для получения мотивации к изменению фигуры?
- 8) Ощущали ли вы тревожность или чувство беспокойства после очередного скроллинга ленты социальных сетей?
- 9) Состоите ли вы в тематических сообществах по похудению?
- 10) Сравниваете ли вы свои формы с фигурами людей из пространства социальных сетей?
- 11) Какое чувство/эмоцию вы скорее испытаете при взгляде на идеальные, на ваш взгляд, параметры человека с фото?
- 12) Испытывали ли вы мотивацию к изменению своих пропорций после просмотра социальных сетей?
- 13) Если фигуры других людей в социальных сетях вас мотивируют к изменению своей, то как вы можете оценить данный вид мотивации по длительности

Каждый вопрос входит в один из трех модулей:

1 модуль – вопросы, позволяющие оценить подверженность социальным сетям: 1; 2.

2 модуль – вопросы, позволяющие оценить восприятие образа тела испытуемых: 3; 4; 5; 9.

3 модуль – вопросы, позволяющие оценить влияние социальных сетей на восприятие образа тела испытуемых: 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13.

В исследовании приняли участие 51 девушек возрастной категории от 17 до 30 лет.

Результаты

Автор предполагает, что существует взаимосвязь между использованием социальных сетей и риском возникновения расстройств пищевого поведения. Также, автор высказывает предположение о том, что большинство испытуемых будут иметь недовольство состоянием собственного тела и желание внести изменения в параметры своей внешности, что также может быть связано с влиянием социальных сетей.

Лидирующими социальными сетями по результатам исследования являются Instagram 56,8 % (29 испытуемых) и Вконтакте 47 % (24 испытуемых).

62,7 % (32) испытуемых отмечают, что используют данные социальные сети более 3х часов в день, что увеличивает вероятность подверженности влиянию, оказанному социальными сетями.

При рассмотрении вопроса «Довольны ли вы образом собственного тела?» автор выяснил, что 57 % (29) респондентов лишь частично довольны собственной фигурой, в то время как 23 % (12) отметили неудовлетворенность своим телом (рис. 1).

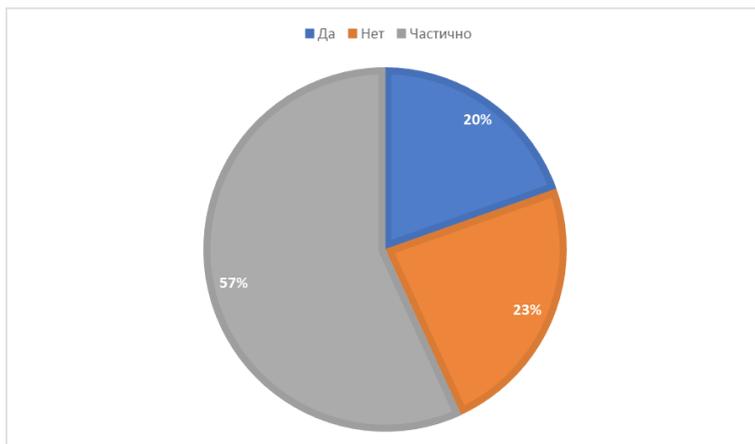


Рисунок 1. Процентное соотношение уровня удовлетворенности собственным телом

При ответе на вопрос «Стремитесь ли вы изменить собственную фигуру?», 96,1 (49) испытуемых выразили желание изменить собственную фигуру (рис. 2), так, 59 % (30) испытуемых отмечают желание похудеть, 24 % (12) – набрать

мышечную массу, 7,8 % (4) – набрать вес.

Для достижения удовлетворенности, испытуемые отметили такие методы, как снижение массы тела (59 %), набор мышечной массы (24 %) и повышение массы тела (7,8 %).

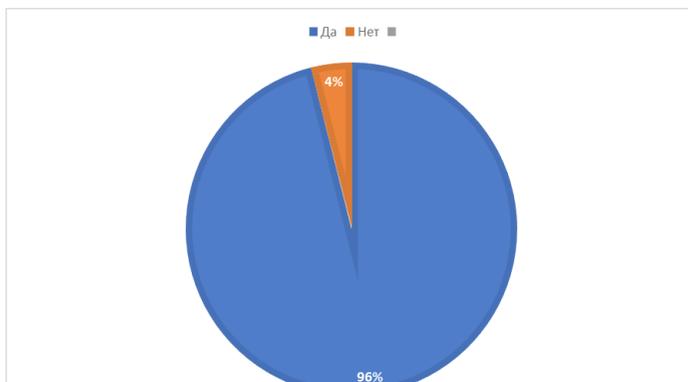


Рисунок 2. Процентное соотношение стремления к изменению образа собственного тела

Вопрос «Подписаны ли вы на профили людей, чьи пропорции тела считаете идеальными?» позволяет судить, что 47,1 % (24) респондентов подписаны, активно следят за профилями людей, чьи тела считают идеальными. Также 29,4 % (15) сравнивают собственную фигуру с фигурами людей из пространства социальных сетей, 49 % (25) отметили, что делают это иногда (рис 3).

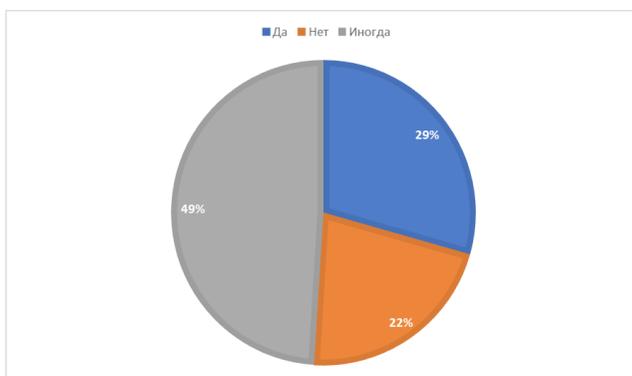


Рисунок 3. Процентное соотношение сравнения собственного тела с образами в пространстве соц. сетей

15 опрошенных отметили, что испытывают восхищение/восторг при взгляде на «идеальные» параметры с фотографии, 37 % (19) регулярно испытывают мотивацию к изменению собственных пропорций при просмотре социальных сетей, 49 % (25) отмечают, что испытывают мотивацию иногда (рис. 4). Однако лишь 12,5 % (6) респондентов оценивают данный вид мотивации как долгосрочную мотивацию, в то время как 87,5 % отмечают краткосрочный вид мотивации.

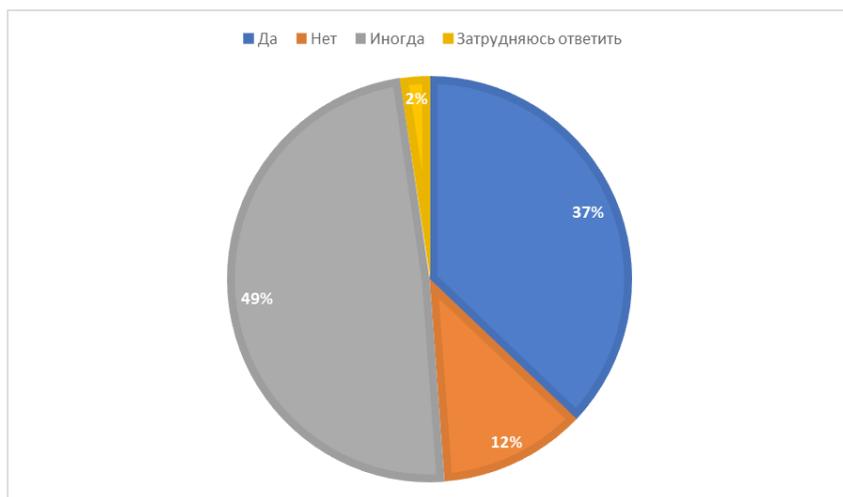


Рисунок 4. Процентное соотношение степени мотивации к изменению собственного тела

Методика EAT 26 позволила выявить следующие показатели:

Среди респондентов, 29,4 % (15) имеют средний показатель расположенности к возникновению РПП (суммарный балл превышает значение 10), 7,8 % (4) - высокий уровень риска (суммарный балл превышает значение 20).

Для обнаружения связей между исследуемыми параметрами был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена (непараметрический метод). В результате были получены значимые корреляции, наиболее значимой из которых оказалась связь между шкалой опросника и вопросом «Я особенно воздерживаюсь от еды, содержащей много углеводов». Таким образом, можно судить о влиянии социальных сетей на стремление осуществлять контроль над потребляемой пищей (табл. 1).

Таблица 1			
Результаты корреляционного анализа			
Корреляция	Сила связи	Уровень значимости	Интерпретация
Баллы опросника и контроль над соблюдением диеты	,412*	$P \leq 0,05$	статистически значимая умеренная положительная связь

Обсуждение результатов

СМИ и, в частности, Интернет, играют значительную роль в распространении информационно-телесной изоляции, в самоуничтожении и самобичевании, в перманентном сравнении образа собственного тела с телами людей с изображениями на площадках интернет-пространства и других СМИ.

По мнению большинства авторов, интернализация социального стандарта худого тела увеличивает риск расстройств пищевого поведения и депрессии. (Белогай, 2018).

Естественная красота перестала быть привлекательной для современного общества. На рекламных материалах в большинстве своем размещают изображения женщин с «обработанными» программами фигурой и чертами лица. В том числе, казалось бы, пропаганда здорового образа жизни, но и она диктует определенный канон красоты тела. (Фищук, Мармыш, 2020)

В официальном докладе Американской психологической ассоциации 2007 года доказывается, что постоянный поток сообщений из СМИ о том, что такое идеальное, привлекательное, сексуальное тело и как оно связано со счастьем с самого раннего возраста приводит девушек к негативному восприятию образа собственного тела.

Образ собственного тела (ОСТ) отражает систему «внутреннего» представления человека о собственной внешности, связанную с самовосприятием и предпочтениями, включает мысли, убеждения, верования и поведенческие реакции (Скугаревский, 2007).

Существует исследование, посвященное непосредственно влиянию социальных сетей на формирование расстройств пищевого поведения «Do you “like” my photo? Facebook use maintains eating disorder risk» (Mabe, Forney, Keel, 2016), которое ставило цель выявить взаимосвязь между использованием социальной сети Facebook и возникновением расстройств приема пищи.

В исследовании 1 960 женщин заполнили анкеты с самоотчетами об использовании Facebook и расстройствах пищевого поведения. В исследовании 284 женщины были случайным образом выбраны для использования Facebook или альтернативного интернет-сайта в течение 20 минут.

Согласно перекрестному опросу, более частое использование Facebook было связано с более частым расстройством пищевого поведения. Использование социальной сети было связано с сохранением беспокойства о весе/форме и состоянием беспокойства по сравнению с альтернативной активностью в Интернете.

Исследователи пришли к выводу, что использование Facebook может способствовать расстройству пищевого поведения, сохраняя риск пищевой патологии. Таким образом, таргетинг на использование Facebook может быть полезен в программах вмешательства и профилактики.

Исследователи также констатируют, что социальные сети оказывают все большее влияние на образ тела, особенно когда подростки и юноши публикуют и просматривают фотографии себя и других в социальных сетях (Cohen, Newton-John, Slater, 2017).

Проведенное автором исследование также подтвердило гипотезу о влиянии социальных сетей на возникновение расстройств пищевого поведения и восприятие образа собственного тела. В результате корреляционного анализа данных между баллами, полученными по опроснику, направленному на определение значимости социальных сетей и баллами, характеризующими наличие стремления к контролю над потребляемой пищей с целью исключения набора веса, обнаружена статистически значимая умеренная положительная связь. Таким образом, можно сделать вывод, о наличии взаимосвязи между подверженностью социальными сетями и риском развития расстройств пищевого поведения.

Исследование показало, что большинство респондентов (47,1 %) подписаны и активно следят за профилями людей, чей внешний облик считают идеальным и 29,4 % сравнивают собственную фигуру с фигурами людей из пространства социальных сетей, 49 % отметили, что делают это иногда. Это подтверждает гипотезу о влиянии социальных сетей на степень удовлетворенности образом собственного тела.

Среди респондентов 15 человек (29,4 %) имеют средний показатель расположенности к возникновению РПП (суммарный балл превышает значение 10), 4 человека (7,8 %) – высокий уровень риска (суммарный балл превышает значение 20).

Исходя из полученных данных, рекомендацией может выступить работа по направлению принятия индивидом себя и образа собственного тела в условиях наличия фактора влияния на возникновение неудовлетворенности

или РПП. Перспективы дальнейшего исследования автор связывает с более детальным изучением влияния социальных сетей на возникновение неудовлетворенности собственным телом и, как следствие, развитие расстройств пищевого поведения.

Литература

Александр, Дж., Сангстер, К. (2002). Расстройства пищевого поведения. Как страдающим и их близким понять друг друга. Москва: Диалектика.

Белогай, К. Н. (2018). Социокультурная модель становления образа тела. Москва: Известия.

Ильина, В. А. (2020). Идеализация расстройства пищевого поведения в виртуальном пространстве. Скиф. Вопросы студенческой науки. Серия: социологические науки, (4), 95-99.

Коннер, М., Армитейдж, К. Дж. (2012). Социальная психология пищи. СПб: Гуманитарный центр.

Лапина, Ю. (2017). Тело, еда, секс, тревога, что беспокоит современную женщину: Исследование клинического психолога. СПб: АИФ.

Малкина-Пых, И. Г. (2017). Терапия пищевого поведения: справочник практического психолога. Москва: Эксмо.

Менделевич, В. Д. (2007). Руководство по аддиктологии. СПб: Речь.

Овчаров, В. К., Максимова, М. В. (1995). Международная статистическая классификация болезней и проблем, связанных со здоровьем: МКБ-10. Москва: Медицина.

Савчикова, Ю. Л. (2005). Психологические особенности женщин с проблемами веса. Диссертация.

Скугаревский, О. А. (2007). Нарушения пищевого поведения. Монография.

Фищук, Ю. С., Мармыш, Н. П. (2020). Восприятие образа своего тела у женщин с расстройствами пищевого поведения. Вестник образовательного консорциума среднерусский университет. Серия: гуманитарные науки, (1), 75-78.

Цыганкова П.В., Прончихина Е.Ю. (2019). Особенности эмоционального реагирования на посты группы «Типичная анорексичка» социальной сети «ВКонтакте» у девушек с различными типами телесности. Вестник Российского государственного педагогического университета. Серия: Психология (2), 77-96.

Cohena, R., Newton-Johna T., Slaterb A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body Image*. 23(3) 183–187. doi: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.002>

Mabe, A. G., Forney, K. J., Keel, P.K. (2016). Do you "like" my photo? Facebook use maintains eating disorder risk. *Journal Randomized Controlled Trial*. 47(2), 96-112. doi: <https://doi.org/10.1002/eat.22254>

Witztum, E., Latzer, Y., Stein, D. (2008). Anorexia Nervosa and Bulimia Nervosa as Idioms of Distress from the Historical Background to Current Formulations. *International Journal of Child and Adolescent Health*, 5(1), 284 – 294.

References

Alexander, J., Sangster, K. (2002). *Eating disorders. How sufferers and their loved ones understand each other*. Moscow: Dialectics.

Belogay, K. H. (2018). *Sociocultural model of body image formation*. Moscow: Izvestia.

Cohena, R., Newton-Johna T., Slaterb A. (2017). The relationship between Facebook and Instagram appearance-focused activities and body image concerns in young women. *Body Image*. 23(3) 183–187. doi: <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.10.002>

Conner, M., Armitage, K. J. (2012). *The social psychology of food*. SPB: Humanities Center.

Ilina, V. A. (2020). Eating disorder idealization in virtual space. *Skiff. Voprosy student's science. Series: sociological sciences*, (4), 95-99.

Fischuk, Y. S., Marmysh, N. P. (2020). Perception of their body image in women with eating disorders. *Bulletin of the Educational Consortium of the Middle Russian University. Series: humanities*, (1), 75-78.

Lapina, Y. (2017). *Body, food, sex, anxiety, what worries the modern woman: A study by a clinical psychologist*. SPB: AIF.

Mabe, A. G., Forney, K. J., Keel, P.K. (2016). Do you "like" my photo? Facebook use maintains eating disorder risk. *Journal Randomized Controlled Trial*. 47(2), 96-112. doi: <https://doi.org/10.1002/eat.22254>

Malkina-Pykh, I. G. (2017). *Eating behavior therapy: a handbook of practical psychologist*. Moscow: Eksmo.

Mendelevich, V. Д. (2007). *Handbook of addictology*. St. Petersburg: Rech.

Ovcharov, V. K., Maximova. M. B. (1995). *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems: ICD-10*. Moscow: Medicine.

Savchikova, Y. L. (2005). *Psychological features of women with weight problems*. Dissertation.

Skugarevsky, O. A. (2007). *Eating disorders*. Monograph.

Tsygankova, P.V., Pronchikhina, E.Y. (2019). Features of emotional reactions to the posts of the group "Typical anorexic" social network "VKontakte" in girls with different types of corporeality. *Bulletin of the Russian State Pedagogical University. Series: Psychology* (2), 77-96.

Witztum, E., Latzer, Y., Stein, D. (2008). Anorexia Nervosa and Bulimia Nervosa as Idioms of Distress from the Historical Background to Current Formulations. *International Journal of Child and Adolescent Health*, 5(1), 284–294.

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов