

дян країни і повинна включати безперервний професійний розвиток для забезпечення високої компетентності кадрів системи охорони здоров'я.

Література:

1. Dan E. Benor. A New Paradigm Is Needed for Medical Education in the Mid-Twenty-First Century and Beyond: Are We Ready? 2014. Vol. 5 (3):e0018. 10 p. doi:10. 5041/RMMJ. 10152.
2. Oxford Textbook of Global Public Health / Ed. by Roger Detels, Martin Gulliford, QuarraishaAbdool Karim, ChorhChuan Tan. Oxford : Oxford University Press, 2015. 1717 p.
3. Bin Su. EnhancementofOnlineEducationtotheTeachingParadigm: TakingAcademicMedicalPostgraduateCultivationasanExample. Frontiersin Medicine2022. Vol. 2. Article 807469. 6 p. doi. org/10. 3389/fmed. 2022. 807469.

ОСОБЛИВОСТІ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ФОРМИ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Лепканіч А. О., Миронюк І. С.

ДВНЗ «Ужгородський національний університет», м. Ужгород

Вступ. Харчова поведінка - це сукупність звичок людини, пов'язаних із прийомом їжі – смакові переваги, режим прийому їжі, тощо. Щоденний раціон, способи вживання відрізняються у кожної людини й несуть певні коди стилів харчової поведінки сім'ї. Це так звана культура харчування, яка формується з раннього дитинства і супроводжує людину впродовж її життя [1, с. 152]. В той же час, дослідники питань формування харчової поведінки вказують, що найбільш уразливими в плані виникнення стійких порушень харчової поведінки є особи підліткового віку (старшокласники та студенти молодших курсів навчання). Адже, ризик розвитку харчових порушень особистості в цьому віці пов'язаний із низькою опірністю та критичністю щодо впливів соціального оточення, ЗМІ, проблемами й труднощами в соціальній адаптації [2, с. 188]. Науковці роблять акцент, що після 40 років ймовірність виникнення даного виду порушень практично відсутня. Тоді як основну групу ризику становлять дівчата і молоді жінки у віці від 15–25 років [3, с. 67]. Навіть за відсутності таких важких проявів розладів харчової поведінки як нервова анорексія або нервова булімія, постійне переїдання може призводити до появи надлишкової ваги, яка є фактором розвитку низки важких патологій із групи хронічних неінфекційних захворювань: цукровий діабет, серцево-судинні захворювання, онкологія, та інші [4, с. 21].

Отже, у підлітковому віці тривалі періоди вимушеної зміни режиму харчування і загалом харчової поведінки можуть призводити до виникнення стійких змін моделі харчування в майбутньому.

Мета дослідження: виявити основні моделі харчування студентської молоді в періоди очного (традиційного) та вимушеного дистанційного навчання (в періоди карантинних обмежень).

Матеріали та методи. Для досягнення поставленої мети було проведено соціологічне дослідження серед студентської молоді усіх курсів навчання Ужгородського національного університету. Використано анонімне он-лайн опитування через корпоративні електронні адреси анкетою, сформованою за допомо-

гою Google-сервісу. Дослідження відбулося в першій половині 2022 року, опитувальник містив питання щодо особливостей харчування в період дистанційного та очного навчання респондентів. Опрацювання результатів анкетування проводилося за допомогою методів статистичного аналізу.

Результати дослідження. У процесі дослідження загалом отримано 187 заповнених опитувальників. Переважна більшість респондентів це студенти молодших курсів навчання (120 осіб (73,6 % респондентів)) та здобувачі освіти жіночої статі – 121 особа (74,2 % опитаних). Загалом зміни в режимі харчування при переході на дистанційну форму навчання відмітили 111 респондентів (68 % опитаних). Щодо режиму харчування ми визначали, що опитані харчуються здебільшого 3–4 рази на день (60 % всіх опитаних), з яких 52 особи (27,8 % опитаних) снідають щодня, та 50 осіб (26,7 %) снідають в залежності від своєї зайнятості, 11 осіб (5,8 %) снідають далеко не завжди. Значна частина респондентів відмічають збільшення добових обсягів спожитої їжі, кількість таких респондентів складає 41 % опитаних (67 респондентів). Щодо частоти вживання «швидкої їжі» значна частка респондентів (33,2 % опитаних – 62 особи) вказали, що при очному навчанні вживають більше їжі фаст-фуд. Серед представників даної групи відмітили своє харчування фаст-фудом менше разу на тиждень 21,4 % опитаних, раз на тиждень – 8 % опитаних, 2–3 рази на тиждень 3,7 % опитаних. Загалом, серед опитаних у групі студентської молоді, яка не відмітила змін у харчуванні в залежності від виду навчання, кількість респондентів, які вживають фаст-фуд складає 56,1 % всіх опитаних (105 осіб). Серед них вживають фаст-фуд менше разу на тиждень 30,4 % (57 осіб), 2–3 рази на тиждень – 11,7 % (22 осіб) та раз на тиждень 14 % (26 осіб).

Висновок. У результаті проведеного дослідження можна сказати, що харчування студентської молоді переважно коливається від 3 до 4 разів на день не залежно від форми організації навчального процесу. Опитані відмічають збільшення частоти вживання їжі фаст-фуд в період очного навчання (33,2 % всіх опитаних респондентів). Загалом 20,5 % всіх опитаних вказали що вживають їжу фаст-фуд доволі часто, і при традиційному очному навчанні більше ніж при дистанційному. Отже, харчова поведінка студентської молоді при переході з очного навчання на дистанційне має тенденцію до змін, при цьому у значної частки осіб спостерігається збільшення добових обсягів спожитої їжі, але зменшується частота вживання їжі фаст-фуд.

Література:

1. Кульчицька А. В. Соціально-психологічні особливості поведінки споживача. *Психологічні перспективи*. 2017. Вип. 29. С. 151–161.
2. Кульчицька А., Федотова Т. Соціально-психологічні аспекти формування харчової поведінки в підлітковому віці. *Психологічні перспективи*. 2019. Вип. 33. С. 178–191.
3. Володькіна А. В., Присяжнюк О. А., Фетісова В. В. Комплексний підхід до корекції форм тіла та профілактика розвитку целюліту. *Вісник Запорізького національного університету*. 2010. № 1. С. 65–68.
4. Абсаямова Л., Розлади та порушення харчової поведінки особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 25. С. 19–33.