

УДК 316.6

DOI: 10.17748/2075-9908-2018-10-6/1-103-108

**ИВАЩЕНКО Ирина Николаевна**  
Кубанский государственный университет  
г. Краснодар, Россия  
ivachenkoirin@mail.ru

**Irina N. IVASCENKO**  
Kuban State University  
Krasnodar, Russia  
ivachenkoirin@mail.ru

**МАХРОВА Ирина Александровна**  
Кубанский государственный медицинский университет  
г. Краснодар, Россия

**Irina A. MAKHROVA**  
Kuban State Medical University  
Krasnodar, Russia

**СИДЕЛЕВА Елена Леонидовна**  
ГБУЗ «Детская краевая клиническая больница»  
г. Краснодар, Россия  
sideleva1971@mail.ru

**Elena L. SIDELEVA**  
SBMI "Children's Regional Clinical Hospital"  
Krasnodar, Russia  
sideleva1971@mail.ru

### **СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ С ИЗБЫТОЧНОЙ МАССОЙ ТЕЛА**

### **SOCIAL ADAPTATION OF CHILDREN AND ADOLESCENTS WITH EXCESS BODY MASS**

Проектирование одежды с учетом своевременного физического, психического и физиологического развития детей и подростков с избыточной массой тела содействует гармоничному развитию систем организма, поддержанию теплового гомеостаза, сбалансированных нервных процессов, позволяют повысить социальную адаптацию. В исследовании применены психодиагностические методы, развивающие мотивацию к здоровому образу жизни с помощью сбалансированной одежды как средства реабилитации. Исследовано психоэмоциональное развитие детей по возрастным группам и рекомендован гардероб многослойной функциональной одежды, составляющей комплект. Исследованы пути формирования новых психологических механизмов деятельности и поведения в каждой возрастной группе, становления системы социальных ценностей, социальной внутренней позиции, психологическая и личностная готовность к школьному систематическому обучению, активное развитие познавательной деятельности. У подростков с избыточным весом преобладание негативного эмоционального фона препятствует формированию у них автономности, восприятия себя как свободной и самостоятельной личности. Дано обоснование необходимости участия подростков в модных процессах, возможной психологической и социальной поддержки. Предложены пути достижения цели в проектировании сбалансированной одежды и адаптации детей и подростков в социуме. Полученные результаты свидетельствуют о том, что параллельно с разработкой мобильной системы «Рациональный гардероб» для детей с избыточным весом необходимо проводить определенную работу по психологической поддержке, направленной на повышение позитивного мироощущения, благополучия и качества жизни.

Designing clothes, taking into account the timely physical, mental and physiological development of overweight children and adolescents, contributes to the harmonious development of body systems, maintaining thermal homeostasis, balanced nervous processes, and can enhance social adaptation. The study applied psychodiagnostic methods that develop motivation for a healthy lifestyle with the help of balanced clothing as a means of rehabilitation. The psycho-emotional development of children according to age groups is investigated and the wardrobe of multi-layer functional clothing that makes up the set is recommended. The ways of formation of new psychological mechanisms of activity and behavior in each age group, the formation of a system of social values, social internal position, psychological and personal readiness for systematic school education, and the active development of cognitive activity have been studied. In overweight adolescents, the predominance of a negative emotional background impedes the formation of their autonomy, perception of themselves as a free and independent person. Given the rationale for the participation of adolescents in fashion processes, possible psychological and social support. The ways of achieving the goal in designing balanced clothes, and the adaptation of children and adolescents in society are proposed. The results suggest that in parallel with the development of a mobile system "Rational wardrobe" for children with overweight, it is necessary to carry out some work on psychological support aimed at improving the positive attitude of well-being and quality of life.

**Ключевые слова:** проектирование одежды, метаболический синдром, сбалансированная одежда, образ жизни, социальная и психологическая адаптация, комплект, гардероб, гармоничное развитие личности

**Key words:** clothing design, metabolic syndrome, balanced clothing, lifestyle, social and psychological adaptation, set, wardrobe, harmonious development of the personality

**Для цитирования:** Иващенко И.Н., Махрова И.А., Сиделева Е.Л. Социальная адаптация детей и подростков с избыточной массой тела. *Историческая и социально-образовательная мысль*. 2018. Том. 10. № 6-1. с. 103-108. doi: 10.17748/2075-9908-2018-10-6/1-103-108.

**For citation:** Ivaschenko I.N., Makhrova I.A., Sideleva E.L. Social adaptation of children and adolescents with excess body mass. *Historical and Social-Educational Idea*. 2018. Vol. 10. No. 6-1. Pp. 103-108. doi: 10.17748/2075-9908-2018-10-6/1-103-108 (in Russ)

Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье как «состояние полного физического, духовного и социального благополучия» [9]. Дети могут считаться здоровыми при гармоничном физическом и умственном развитии, а также хорошо адаптированные к окружающей их физической и социальной среде. В современном мире патология ожирения является одной из наиболее сложных социальных проблем не только у взрослых, но и у детей. По данным ряда источников, за последние десятилетия распространенность ожирения удвоилась у детей в возрасте от 2 до 11 лет и утроилась среди подростков 12-19 лет [1; 2; 3]. Из-за широкой распространенности и большой социально-психологической значимости Гиппократ посвятил этой проблеме специальный раздел в «Трактате о здоровом образе жизни». Ожирение как проблема баланса требует комплексного подхода в исследовании, трактовали классики медицины Запада (Клавдий Гале, Целий Аурелиан) и Востока (Абу Али ибн Сина - Авиценна).

Развитие тяжелых психологических и эмоциональных проблем связано с результатом влияния социума. Исследования показывают, что дети с избыточной массой тела воспринимаются как нездоровые, академически неуспевающие, неумелые, негигиеничные, малоподвижные, чувствуют неприятие со стороны нормально сложенных сверстников. Дети при наличии избыточной массы тела и себя ощущают некрасивыми, что приводит к нарушениям восприятия образа собственного тела, снижению самооценки и, как следствие, к социальной изоляции [4]. Наблюдается повышение уровня психоэмоциональных расстройств, депрессий (у девочек несколько больше, чем у мальчиков) [3]. Более чем у половины искажена ожидаемая оценка своего образа со стороны окружающих переживаниями своего физического состояния как дефекта [5], высший уровень нейротизма (53%), интравертированные личностные особенности (65,4%) [7].

Социальная адаптация таких детей и подростков происходит в условиях стресса и личность такого ребенка или подростка формируется под воздействием вышеперечисленных факторов как реакции на стресс, а значит, как отрицание, закрепляя социальный механизм защиты.

Состояние процессов адаптации у 30% детей и подростков с ожирением расценивалось как выраженное функциональное напряжение, перенапряжение и истощение регуляторных систем.

Одежда официально признана средством реабилитации. Для этого есть веские основания: она универсальна в использовании, как символ легко распознаваема, легко варьируется, позволяет выражать тонкие различия в положении людей, ориентирована на прогрессивное развитие общества и человека, адаптацию нового к реальности, на гармонизацию личности.

Детская одежда часто не соответствует требованиям технологичности, эстетики, возрастным группам, психологическим, физиологическим особенностям развития детей.

Потребление модной одежды - это способ повышения самооценки, возможность раскрытия неповторимой личности через гармоничное комплектование предметов одежды. Анализ психоэмоционального развития и гардероб, учитывающий особенности образа жизни, телосложения и состояние кожных покровов детей и подростков, представлен в таблице 1. Мода является средством успешной адаптации к изменяющемуся миру, способной сформировать действенную преграду патогенным факторам окружающей среды, выступает как регулятор сознания и поведения, как показатель социального положения и престижа.

У детей с патологией ожирения нарушена трофика кожи (питание, дыхание, метаболизм), а в северных регионах России снижен иммунитет кожи, проявляется шелушение, истончение и хрупкость рогового слоя кожи.

Организм детей, страдающих МС, склонен к гипертермическим реакциям, снижению эффективности теплоотдачи. Самочувствие детей и подростков с метаболическим синдромом связано с комфортным состоянием пододежного пространства, которое значительно зависит от исследований степени распределения подкожно-жировой клетчатки, особенностей кожных покровов.

Таблица 1. Рекомендуемый гардероб для детей и подростков с МС  
 Table 1 Recommended wardrobe for children and adolescents with MS

Возрастная группа	Рациональный гардероб		Психоэмоциональное формирование
	Девочки	Мальчики	
Дошкольная группа 3-6 лет	Повседневная одежда. Нарядная одежда. Одежда для прогулок		Формируются новые психологические механизмы деятельности и поведения в связи с посещением детского сада. Закладываются основы будущей личности, зарождаются новые потребности: в признании и уважении сверстниками и взрослыми, выполнять «взрослые» дела. Появляется интерес к коллективной деятельности, в которой он хочет быть первым и лучшим. Усваивается определенная система социальных ценностей, моральных норм и правил поведения в обществе. Активно развивается познавательная деятельность. Дети задают много вопросов о явлениях природы, как устроен человек. Формируется психологическая и личностная готовность к школьному систематическому обучению
	Водолазки, футболки, свитер, платье, штаны, джинсы, комбинезон, колготки, куртки, пальто	Водолазки, футболки, майки, свитер, штаны, джинсы, комбинезон, брюки из вельвета, колготки, куртки	
Младшая школьная группа 7-11 лет	Определение изделий одежды строго по назначению: школьная форма; спортивный костюм; рабочие фартуки или халаты для занятий по труду; домашняя одежда; нарядная одежда		С приходом в школу появляется новый коллектив, новый распорядок дня. Формируется социальная внутренняя позиция, ребенок начинает осознавать свое место среди других людей. Дети проявляют стремление к общению вне семьи, развито понятие пола. Развивается интеллект и память, чувствительность к критике, любопытство к окружающему миру, боязнь поражений. Они исполнительны, доверчивы, послушны, любят подражать кумирам
	Пальто, плащ, куртка, джемпер, платье, блуза, юбки, блузы, брюки	Пальто, куртка, джемпер, сорочка, брюки	
Старшая школьная группа 12-14 лет	Одежда приобретает целесобразность и унификацию		Отличает высокая общественная активность: участие в спортивных соревнованиях, конкурсах, праздниках. Потребность в самоутверждении, в общении со сверстниками, стремление к взрослости. Появляется чувство собственного достоинства. Самоутверждение при помощи одежды [6]. Девочки начинают больше уделять внимания своей внешности. Начинают задумываться о выборе профессии. Поиск себя, независимости от своей семьи. Возникает первая любовь
	Школьная форма, платье, сарафан, блуза, юбка, брюки, спортивная куртка, плащ, пальто	Школьная форма, брюки, сорочки, п/комбинезон, шорты, джемпер, спортивная куртка, пальто или полупальто	

Подростки 15-18 лет	Комплектная организация одежды: спортивной, пляжной, домашней, повседневной, нарядной. Формы и силуэты становятся приталенными, пропорции сбалансированными	Формирование мировоззрения, приобщение к восприятию искусства, которое учит чувствовать «движение души». Складываются моральные и эстетические нормы. Синтез детства и зрелости. Одежда отражает индивидуальность. Формирование мировоззрения, чувства ответственности, достигает высокого уровня развития аналитическая деятельность. Стремление к самосовершенствованию, сознательному обучению, преодолению недостатков. Поведение соответствует нормам общества. Отличаются по типам темперамента
------------------------	---	---

МС является социально значимым заболеванием и зависит от социально-экономических условий. На протяжении взросления детский организм претерпевает влияние различного рода неблагоприятных факторов: социально-экономических, климатических и др. Модные тенденции становятся средством адаптации к изменяющимся условиям среды, к неустойчивости собственных оценок и ценностей. Участие в моде удовлетворяет потребность в новизне и признании самостоятельности, помогает приспособиться к окружающему сообществу, преодолевать чувство неполноценности, подражая модным стандартам.

Исследование распределения детей с МС по возрасту (табл. 2) показало более высокую потребность в проектировании сбалансированной одежды для детей от 10 до 15 лет и подростков до 17 лет, а по критериям ожирения - 3 и 4 степени.

Таблица 2. Распределение детей с метаболическим синдромом по возрасту [8]  
Table 2 The distribution of children with metabolic syndrome by age [8]

Диагноз	Возраст детей, годы		
	от 6 до 9 лет	от 10 до 15 лет	от 16 лет и старше
МС (n=33)	3 (9,1%)	21 (63,6%)	9 (27,3%)

Метаболический синдром в разном возрастном периоде детей имеет свои особенности. Существуют периоды наибольшей прибавки веса (период активного полового развития 12-15 лет), и возникновение в эти периоды ожирения наиболее опасно, так как оно значительно прогрессирует и плохо поддается лечению [8]. По мнению Международной Диабетической Федерации, у детей младше десяти лет метаболический синдром диагностироваться не должен.

Все перечисленное свидетельствует о том, что *проектирование одежды для детей, подростков с метаболическим синдромом (МС) является актуальной задачей, способствующей восстановлению механизмов различных видов адаптации в окружающей среде и социальных условиях, в кругу сверстников и взрослых.* Учитывая высокую потребность в одежде старших школьников и подростков, в исследовании мы применили психодиагностические методики в данной возрастной группе, развивающие мотивацию к здоровому образу жизни, повышение уровня самоконтроля и самооценки, способность к социальной адаптации. Методика САН (самочувствие, активность, настроение) включает в себя 30 пар противоположных характеристик, по которым испытуемые оценивают свое состояние и отмечают степень актуализации той или иной характеристики. Крайняя степень выраженности негативного полюса оценивается в 1 балл, а позитивного - в 7 баллов. Полученные баллы группируются в три категории, нормальные оценки состояния лежат в диапазоне 5,0-5,5 балла. При анализе функционального состояния оцениваются и соотношения показателей. В исследовании и опросе приняли участие 140 старших школьников: 77 мальчиков и 63 девочки. Ответили позитивно 86 человек: 50 девочек и 36 мальчиков. Девочки более критичны к себе и проявляют лучшую адаптацию к психокоррекции.

Полученные данные характеризуют подростков с избыточным весом как людей, имеющих ограниченное количество доверительных отношений с окружающими, им трудно проявлять открытость, теплоту и заботу о других, они, как правило, изолированы и одиноки.

Диагностика уровня самооценки исследовалась по методике «изучения самооценки личности старшеклассника», адаптирована для детей с баллами от 0 до 4. Оценка полученных результатов проводилась по показателям: 0-25 баллов - высокий уровень самооценки; 26-45 баллов - средний; 46-128 баллов - низкий. В результате опроса 87 подростков имели низкий уровень самооценки: 50 девочек и 37 мальчиков.

Подростки данной категории испытывают острое чувство неудовлетворенности собой, в первую очередь из-за своего внешнего вида. Они разочарованы в своем настоящем, испытывают беспокойство по поводу своего будущего, часто испытывают перепады настроения. Полученные результаты свидетельствуют о том, что у таких детей и подростков нарушаются контакты со сверстниками. Они предпочитают не участвовать в общественных мероприятиях, в дискуссиях, чтобы избежать насмешек и пренебрежительного отношения к себе.

Необходимо находить возможности психологической и социальной поддержки подростков данной категории, направленной на повышение позитивного ощущения, психологического благополучия и, как следствие, качества жизни. Такой психологической поддержкой может быть участие в организованных показах детской моды, не включая подростков с лишним весом из модных процессов, восстанавливая функции регуляции сознания и поведения, яркий внутренний мир, равноправные отношения со сверстниками. Это позволит подросткам с избыточным весом быть более адаптивными, уверенными в себе, активными и успешными в социуме.

*Социально-психологическая и эстетическая составляющая одежды тесно связана с ее назначением. В случае же отсутствия такой связи разрушается главная функция одежды, ее смысл, заключающийся в служении человеку.* Гигиенические требования к детской одежде определяют основное ее назначение, обеспечивающей стабильное и устойчивое тепловое состояние пододежного пространства путем изоляции от неблагоприятных климатических воздействий, загрязнений и повреждений.

Проектирование сбалансированной одежды, отвечающей возрастным особенностям детей и подростков, восстанавливающей функции кожных покровов, соответствующей возрастным особенностям детей и подростков, возможно лишь в результате научных исследований в различных областях теплофизики, медицины, социологии и психологии, математического моделирования и конструирования. Для наиболее полного достижения этой цели проектировщики все чаще обращаются к специалистам других профессий - социологам, психологам, экономистам, врачам. Междисциплинарный подход позволяет гармонично согласовать принципы дизайнерского мастерства с оригинальными решениями полезности и комфорта для конкретного потребителя, формирующими целостность сбалансированной одежды.

### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Keddie A.M. Associations between Severe Obesity and Depression: Result From the National Health and Nutrition Examination Survey? 2005-2006/ A.M. Keddie // Prev Chronic Dis. - 2011. - Vol. 8. № 3.
2. Liem, E.T. Associations between Symptoms in Childhood and Adolescence and Overweight in Later / E.T. Liem [et al] // Arch Pediatr Adolesc Med. - 2008. - Vol. 10. № 162. - Pp. 981-988.
3. Солнцева А.В., Загребяева О.Ю. Ожирение и эмоциональные расстройства у детей // Белорусский государственный медицинский университет: Сб. ст. науч. конф. - Минск, 2011.
4. Erickson, S.J. Are overweight children unhappy? Body mass index, depressive symptoms and overweight concerns in elementary school children / S.J. Erickson [et al] // Fch Pediatr Adolesc Med. - 2000. - Vol. 154. № 9. - Pp. 31-935.
5. Маринич В.В. Психологические особенности метаболического синдрома в детском возрасте / В.В. Маринич // Медицинская психология в России. - 2009. - № 6 (11).

6. Психология и жизнь полных людей. Психологический институт Зальцбургского университета, Австрия // Jeanie Lerche Davis, WebMD, январь, 2005. URL: <http://moyuspeh.com/articles/?p=236>
7. Картелищев А.И., Румянцев Ф.Г., Смирнова Н.С. Актуальные проблемы ожирения у детей и подростков. - М.: Медпрактика - М, 2010.
8. Махрова И.А. Наследственная предрасположенность к метаболическому синдрому у детей: Автореф. дис. ...канд. мед. наук. - Санкт-Петербург, 2011. - 23 с.
9. ВОЗ. Глобальная стратегия по питанию, физической активности и здоровью. Избыточный вес и ожирение среди детей. 2004.

## REFERENCES

1. Keddie A.M. Associations between Severe Obesity and Depression: Resalt From the National Health and Nutrition Examination Survey? 2005-2006. A.M. Keddie. Prev Chronic Dis. 2011. Vol.8 no. 3.
2. Liem, E.T. Associations between Symptoms in Chidhood and Adolescence and Overweghtin Later. E.T. Liem [et al]. Arch Pediatr Adolesc Med. 2008. Vol. no. 162. 10 Pp. 981-988.
3. Solntseva, AV, Zagrebayeva, O. Yu. Obesity and emotional disorders in children. Belarusian State Medical University. Collection of articles of the scientific conference, Minsk, 2011.
4. Erickson S.J. Are overweight children unhappy? Body mass index, depressive symptos and overweight concerns in elementary school hildren. S.J. Erickson [et al.]. Fch Peditr Adoesc Med. 2000. Vol. 154. no. 9. P. 31-935.
5. Marinich V.V. Psychological features of the metabolic syndrome in childhood. V.V. Marinich. Medical Psychology in Russia. 2009. no. 6 (11).
6. Psychology and the lives of fat people. Psychological Institute of the University of Salzburg, Austria. Jeanie Lerche Davis, WebMD, January, 2005. Available at: URL:<http://moyuspeh.com/articles/?p=236>
7. Kartelishchev A.I., Rummyantsev F.G., Smirnova N.S. Actual problems of obesity in children and adolescents: M.: Medpraktika - M, 2010.
8. Makhrova I.A. Hereditary predisposition to metabolic syndrome in children: Author's abstract dis. ... kand. of med. sciences. St. Petersburg, 2011. 23 p.
9. WHO. Global strategy on nutrition, physical activity and health. Overweight and obesity among children. 2004.

### Информация об авторах:

Иващенко Ирина Николаевна, кандидат технических наук, доцент, Кубанский государственный университет,  
г. Краснодар, Россия  
[ivachenkoirin@mail.ru](mailto:ivachenkoirin@mail.ru)

Махрова Ирина Александровна, кандидат медицинских наук, Кубанский государственный медицинский университет,  
г. Краснодар, Россия

Сиделева Елена Леонидовна, клинический психолог, ГБУЗ «Детская краевая клиническая больница»,  
г. Краснодар, Россия  
[sideleva1971@mail.ru](mailto:sideleva1971@mail.ru)

Получена: 11.10.2018

### Information about the authors:

Irina N. Ivaschenko, Candidate of Technical Sciences, Associate Professor, Kuban State University,  
Krasnodar, Russia  
[ivachenkoirin@mail.ru](mailto:ivachenkoirin@mail.ru)

Irina A. Makhrova, Candidate of Medical Sciences, Kuban State Medical University,  
Krasnodar, Russia

Elena L. Sideleva, Clinical Psychologist, SBMI "Children's Regional Clinical Hospital",  
Krasnodar, Russia  
[sideleva1971@mail.ru](mailto:sideleva1971@mail.ru)

Received: 11.10.2018