

**ПСИХИЧНОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ НА ЧОВЕКА –
ФАКТОРИ НА ВЛИЯНИЕ**
ПСИХИЧНОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ В ДЕТСКА И ЮНОШЕСКА ВЪЗРАСТ

ПСИХОЛОГИЧНИ ИЗСЛЕДВАНИЯ

Том 20, Книжка 3, Декември 2017, 509-524

ISSN 0205-0617 (Print); ISSN 2367-9174 (Online)

<http://journalofpsychology.org>; e-mail: psy_research@abv.bg

**ПОВЕДЕНЧЕСКИ ПРАКТИКИ ЗА НАМАЛЯВАНЕ НА
ТЕГЛОТО ПРИ МОМЧЕТА И МОМИЧЕТА В
ЮНОШЕСКА ВЪЗРАСТ: ЕФЕКТИ ВЪРХУ
ЗДРАВЕТО И ПСИХИЧНОТО БЛАГОПОЛУЧИЕ**

Анна АЛЕКСАНДРОВА-КАРАМАНОВА

*Институт за изследване на населението и човека при БАН,
департамент Психология*

БЪЛГАРИЯ, София 1113, ул. „Акад. Г. Бончев“, бл. 6

✉ annaalexandrova@yahoo.com

Резюме. Поведенческите практики за контрол на теглото са широко разпространени сред юношите и са свързани със значителни рискове за физическото и психичното им здраве. Настоящото изследване проучва въздействието на здравословни и нездравословни поведенчески практики за намаляване на теглото и на субективната оценка на теглото върху психосоматичното здраве и психичното благополучие на 3204 момчета и момичета на възраст 13 и 15 години, участници в националното представително изследване „Поведение и здраве при деца в училищна възраст“ (HBSC). При юношите, които спазват диета, се наблюдават повече психосоматични оплаквания, по-лошо психично благополучие, повече емоционални проблеми и хиперактивност. Посочените предиктори обясняват 15.2% и 13.2% от дисперсията на психичното благополучие съответно при момчетата и момичетата, и 12.7% и 10.5% от дисперсията на психосоматичното здраве съответно при момчетата и момичетата.

Ключови думи: поведенчески практики за намаляване на теглото; субективна оценка на теглото; психично благополучие; психосоматично здраве; SDQ; юноши.

Статията да се цитира по следния начин:

Александрова-Караманова, А. (2017). Поведенчески практики за намаляване на теглото при момчета и момичета в юношеска възраст: ефекти върху здравето и психичното благополучие. *Психологични изследвания*, Том 20, Кн. 3, 2017, 509-524. ISSN 0205-0617 (Print); ISSN 2367-9174 (Online).

© А. Александрова-Караманова, 2017

Статията е постъпила през юни 2017

Приета за публикуване през септември 2017

Публикувана през декември 2017

Авторът е прочел и одобрил окончателния вариант на ръкописа.