

Zaburzenia odżywiania!

Dnia 9 czerwca 2015r. dla młodzieży naszej szkoły odbyła się prelekcja dotycząca zaburzeń odżywiania, którą przeprowadziła Pani Katarzyna Brzoza - pedagog, profilaktyk, trener umiejętności psychospołecznych, realizator szkoleń i warsztatów. Działa na rzecz profilaktyki zaburzeń odżywiania w fundacji „Zobacz jestem”. Pracuje indywidualnie m.in. z rodzicami/opiekunami oraz młodzieżą chorującą na zaburzenia odżywiania się. Celem spotkania prelegentki z młodzieżą było przekazanie podstawowych informacji dotyczących w/w zaburzeń, w ramach działań profilaktycznych realizowanych przez Zespół Szkół nr 1.

Tematyka w/w prelekcji obejmowała:

1. 1.Zaburzenia odżywiania się– czy to tylko anoreksja i bulimia?
2. 2.Objawy – czy dieta to choroba?
3. 3.Powikłania i leczenie.
4. 4.Moje zasoby – czynniki chroniące przed zachorowaniem.
5. 5.„Boję się rozmawiać!” czyli jak powiedzieć o kłopotach dorosłym.
6. 6.Mój kolega, koleżanka choruje... co można zrobić?
7. 7.Gdzie szukać pomocy?
8. 8.Pytania do prowadzącego.

Prelekcja dotyczyła problematyki zaburzeń odżywiania się i ich zapobiegania. Wiek licealny jest okresem ryzyka rozwoju dysfunkcyjnych zachowań związanych z jedzeniem.

[Galeria](#)

Jest to czas dalszego kształtowania się poczucia wartości, tożsamości, w tym również tożsamości seksualnej, w dużej mierze opartej na obrazie własnego ciała.

Spowodowane jest to licznymi czynnikami, do których zalicza się m. in. potrzebę aprobaty społecznej, potrzebę powodzenia w pierwszych związkach uczuciowych, potrzebę sukcesów w

nauce, perfekcję w działaniu czy potrzebę bycia atrakcyjnym społecznie, zasługującym na uznanie ze strony innych.

Młodzież w tym wieku jest szczególnie podatna na wzorce lansowane przez szeroko pojęte media. Pojawienie się zaburzeń łaknienia wśród młodych osób może wynikać z niskiej samooceny, małego poczucia własnej wartości, braku umiejętności radzenia sobie z własnymi emocjami czy trudnościami związanymi z życiem pozaszkolnym np. rodzinnym. Czynnikiem wzmacniającym może być brak akceptacji ze strony rówieśników, brak poczucia bezpieczeństwa w klasie, wzajemna rywalizacja czy dążenie do poczucia kontroli, wyższości nad pozostałymi członkami grupy.

Do grupy szczególnego ryzyka zachorowania na zaburzenia łaknienia należą dzieci otyłe, a także dzieci mające w swoim życiu doświadczenie przemocy psychicznej, fizycznej i seksualnej.

Działania profilaktyczne są skierowane do młodzieży nieujawniającej problemów w sferze zaspokajania potrzeby pokarmowej oraz stosunku do własnego ciała, do młodych osób, u których pojawił się problem zaburzeń odżywiania się oraz do młodzieży z diagnozą anoreksji, bulimii, kompulsywnego objadania i innych niespecyficznych zaburzeń łaknienia.

Prelekcja miała charakter edukacyjny. Podczas zajęć przekazane zostały wiedza na temat tego, czym są zaburzenia łaknienia, jakie niosą za sobą niebezpieczeństwa, jak je rozpoznawać u siebie i u innych osób.