

E.Talik

Nadzieja na sukces i strategie radzenia sobie ze stresem u nastolatków niezadowolonych z własnego ciała

The hope for success and coping strategies among adolescents with the body dissatisfaction.

Elżbieta Talik¹⁾

Instytut Psychologii,
Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II

Niezadowolenie z własnego ciała jest istotnym czynnikiem w etiopatogenezie zaburzeń odżywiania, a sam okres dorastania jest obarczony największym ryzykiem zachorowań, dlatego istotne wydaje się poznanie, jakie strategie radzenia sobie ze stresem i jakie zasoby osobiste są charakterystyczne dla dziewcząt niezadowolonych z własnego ciała. W tym celu przeprowadzono badania własne, w których wzięło udział 38 zdrowych dziewcząt, w wieku 16-17 lat, uczennic klas I – II liceum ogólnokształcącego w Lublinie. Wykorzystano Kwestionariusz BSQ (Body Shape Questionnaire) do pomiaru niezadowolenia z własnego ciała; Kwestionariusz Nadziei na Sukces do oceny nadziei na sukces oraz dwóch jej komponentów: siły woli oraz umiejętności znajdowania rozwiązań. Do pomiaru strategii radzenia sobie ze stresem zastosowano

Inwentarz do Pomiaru Radzenia Sobie ze Stresem (Mini-COPE). Uzyskane wyniki wskazują, że dziewczęta o wyższym poziomie niezadowolone z własnego ciała cechują się niższym poziomem silnej woli. W sytuacjach stresowych częściej stosują strategie: planowania i pozytywnego przewartościowania problemu.

Słowa kluczowe: niezadowolenie z własnego ciała, nadzieja na sukces, strategie radzenia sobie ze stresem, adolescencja.

The aim of this study was to describe what kind of coping strategies and personal resources are important for teenagers with the body dissatisfaction. The research group encompassed 38 healthy girls, aged 16-17 years. The body dissatisfaction was assessed with Body Shape Questionnaire; the hope of success – with The Hope of Success Questionnaire and coping strategies were assessed using the Mini-COPE. The results

¹⁾ Adres do korespondencji: Katedra Psychologii Klinicznej KUL, Al. Raławickie 14, 20-950, Lublin

show that girls with the body dissatisfaction have the lower level of the will-power. During stressful situations they more frequently use the following coping strategies: planning and positive reframing

Key words: body dissatisfaction, hope of success, coping strategies, adolescence.