

Uzależnienie od stosowania diet w środowisku akademickim

Wstęp.....4

Rozdział 1

Diety i uzależnienie od diet

- 1.1. Popularność diet – skala i przyczyny tego zjawiska.....5
- 1.2. Dziesięć najpopularniejszych diet i metody ich propagowania.....9
- 1.3. Czym jest uzależnienie od diet?.....14
- 1.4. Permareksja oraz inne zaburzenia odżywiania.....17

Rozdział 2

Diety jako konsekwencja presji kulturowej

- 2.1. Presja kulturowa a mechanizmy socjalizacji.....23
- 2.2. Miejsce diety we współczesnej kulturze masowej.....26
- 2.3. Presja kulturowa jako składnik kultury masowej i popularnej.....28
- 2.4. Wzory presji kulturowej w odniesieniu do zachowań żywieniowych.....30
- 2.5. Rola mediów w wywieraniu presji kulturowej.....33
- 2.6. Kreowanie mody na odchudzanie się w mediach.....36

Rozdział 3

Podstawy metodologii badań własnych

- 3.1. Przedmiot i cele badań.....39
- 3.2. Problemy i hipotezy badawcze.....41
- 3.3. Zmienne i wskaźniki.....43
- 3.4. Metoda, techniki i narzędzia badawcze.....46
- 3.5. Dobór próby, organizacja i przebieg badań.....48
- 3.6. Charakterystyka terenu badań.....49

Rozdział 4

Wyniki badania

4.1. Charakterystyka badanej próby.....	51
4.2. Zakres stosowania i uzależnienia od diet w badanej populacji.....	58
4.2.1. Stosowanie diet w badanej populacji.....	58
4.2.2. Rodzaje diet stosowanych przez badane osoby.....	60
4.3. Główne przyczyny stosowania diet i uzależnienia od diet w badanej populacji.....	63
4.3.1. Wpływ potrzeby akceptacji, atrakcyjności i popularności na zakres stosowania diet i poziom uzależnienia w badanej populacji.....	63
4.4. Uzależnienie od diet jako efekt presji kulturowej wśród badanych osób.....	67
4.4.1. Świadomość popkulturowego przekazu „kultu ciała” jako obowiązującego wzoru utrzymywanej wagi ciała.....	67
4.4.2. Wpływ przekazów medialnych na stosowanie diet.....	69
4.4.3. Kult szczupłej sylwetki w środowisku akademickim jako źródło presji na stosowanie diet.....	70
Zakończenie.....	78
Bibliografia.....	79
Spis tabel i rysunków.....	81
Spis wykresów.....	82
Aneks.....	83