

INTUITIVE EATING SCALE-2 BY T.TYLKA: РЕЗУЛЬТАТЫ АДАПТАЦИИ ОПРОСНИКА В УКРАИНЕ

By Julia Yaschishina, PhD in Psychology and Maryna Fatieieva, MS in Psychology

ula0408200@gmail.com

mfateyeva@ukr.net

Association of Doctors and Psychologists Eating Disorders: Therapy and Prevention
Donetsk National Medical University (Kramatorsk, Ukraine)



Kaunas - 2018

Goal of research



to adapt the Intuitive Eating Scale-2 by T. Tylka

адаптация опросника
Шкала Интуитивного
Питания-2 (Трейси
Тилка, 2013)

WHERE CAN BE USEFUL?

- ▶ in clinical practice
- ▶ empirical research
- ▶ psychoeducation

ГДЕ МОЖЕТ БЫТЬ ПОЛЕЗЕН?

- ▶ в клинической работе
- ▶ эмпирических исследованиях
- ▶ психоэдукации

← **Цель исследования**



In this way most people think when they hear about Intuitive Eating

Вот так обычно представляют себе Интуитивное питание многие люди

Early diagnostics of ED risk factors (especially among adolescents) is the most important mechanism of ED prevention.

IES-2 is constructed as simple in use instrument of early diagnostics

- ▶ Интуитивное питание - адаптивная форма питания, имеет сильную взаимосвязь с внутренними физиологическими сигналами голода и насыщения (T.Tylka, 2006, Tribole & Resch, 1995; Bacon et al., 2002 T.Tylka & A. Kroon Van Diest, 2013).
- ▶ Шкала интуитивного питания (IES; Tylka, 2006) - первичный инструмент, показывающий взаимосвязь пищевого поведения с психологическим благополучием и качеством жизни (T.Tylka & A. Kroon Van Diest 2013).
- ▶ Раннее обнаружение факторов риска развития нарушений пищевого поведения, особенно в подростковом возрасте - важнейший механизм профилактики РПП (T.Tylka 2006, 2011, 2013, 2016).

Evidence base for the use of IE interventions was obtained by Gelso & Fretz, 2001, Tylka, 2006.

24 недельные интервенции по принципам ИП показали снижение:

- ▶ булимической симптоматики,
- ▶ стремления к худобе,
- ▶ напряжения, связанного с едой,
- ▶ депрессивных состояний,
- ▶ уровня холестерина и нормализация кровяного давления.

Исследование проводилось в группе женщин среднего возраста.

Наблюдения за группой испытуемых на первом этапе - 52 недели, на втором этапе - 24 месяца (Bacon et al., 2002, 2005).

Доказательная база использования интервенций ИП была получена Gelso & Fretz, 2001, Tylka, 2006.

Intuitive Eating Scale-2 has 4 subscales and consists of 23 questions. Adaptation of the test and its use in research in Ukraine is approved by the author Tracy Tylka.

Тест IES-2 состоит из 23 вопросов и представляет собой 4 шкалы:

- «Безусловное разрешение есть» («Еда без запретов»),
- «Еда для физиологического голода, а не эмоционального»,
- «Полагаюсь на сигналы голода и насыщения»,
- «Гармония еды и тела».

Необходимо оценить степень согласия или несогласия по 5-балльной шкале, результат - средний балл по всей шкале.

Адаптация теста и использование его в исследовании в Украине одобрены автором методики профессором Трейси Тилка.

Шкалу могут использовать:

- ▶ Психологи
- ▶ Социальные работники
- ▶ Младший медицинский персонал

Для всех возрастных категорий, начиная с пубертата.

- ▶ Psychologists
- ▶ Social workers
- ▶ Nurses

Who can use the scale?

Participants of I part of research:

Data were analyzed from 105 people (60 women and 45 men), among them (83%) are youths, adolescence and youth. Participants ranged in age from 15 to 65 years (M 18 years, SD 9.41).

Характеристика выборки I этапа исследования:

105 респондентов (45 мужчин, 60 женщин)

83% респондентов - подростки и молодежь.

Возраст респондентов от 15 до 65 лет (M 18 лет).

Из них - 45 % мужчин и 55 % женщин.

Схожесть характеристик выборки и в исследовании Т.Тилка.

С целью проверки конструктивной валидности теста использованы:

- голландский опросник пищевого поведения DEBQ (3 шкалы: ограничительное (диетическое), эмоциогенное, экстернальное поведение);
- опросник удовлетворенности образом тела О. Скугаревского;
- опросник самооотношения В. Столина (шкалы: глобальное самооотношение, самоуважение, ожидаемое отношение от других, самоинтерес, самообвинение).

Результаты исследования:

Корреляционный анализ между шкалами опросника и шкалами методик показал



Correlation analysis between scales of IES-2 and scales of methodic showed such direct and inverse correlations

У автора методики общий показатель IES-2 и показатели подшкал IES-2 положительно связаны с:

- удовлетворенностью телом,
- самоуважением,
- удовлетворенностью жизнью;

И имеют обратную связь:

- с плохой interoцептивной осознанностью,
- стыдом тела,
- повышенным ИМТ.



$R=0,40$ при $p \leq 0,5$

Results of mathematic-statistics analysis give us four groups of IE level (down from high to low):



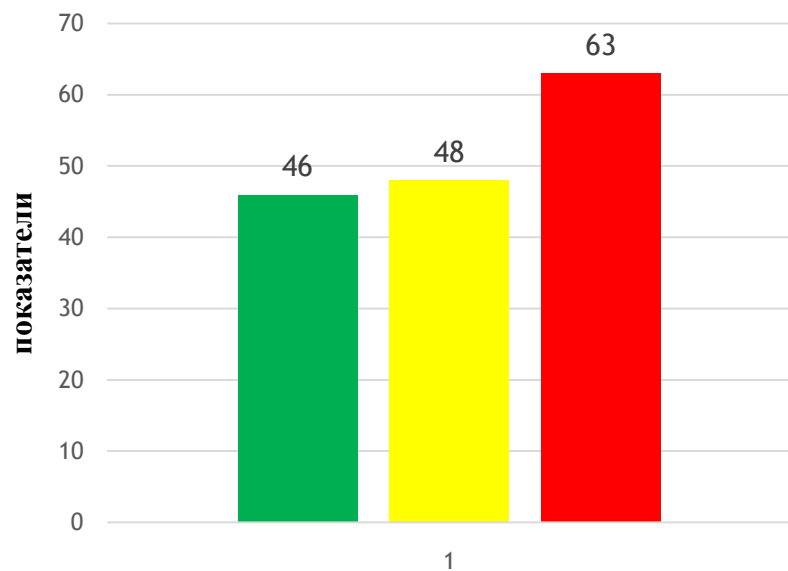
Математически-статистический анализ разброса всех показателей относительно общей шкалы IES-2 позволил выделить группы с разными уровнями ИП



The lower the result of Intuitive Eating level - the higher the level of self-accusation and body dissatisfaction

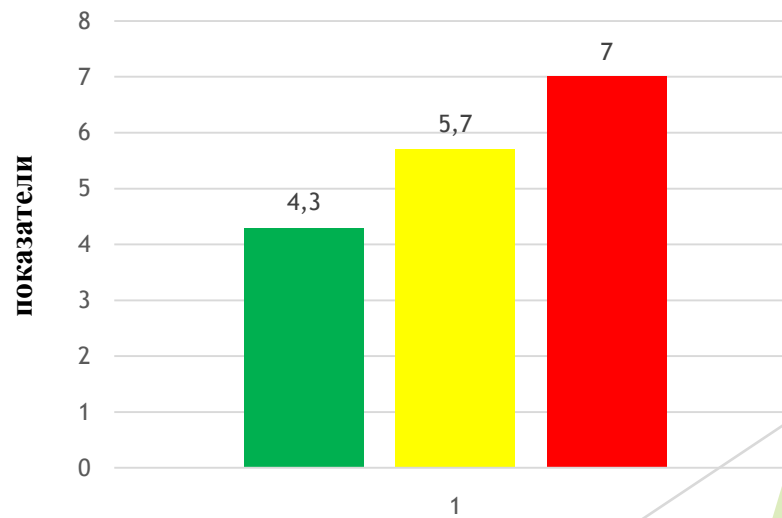
Показатели «самообвинения» и «неудовлетворенности телом» в группах с разным уровнем ИП

Уровни самообвинения в группах с разным уровнем общего показателя ИП



уровни общего показателя ИП: выше среднего, средний, высокий

Уровни неудовлетворенности телом в группах с разным уровнем общего показателя ИП



уровни общего показателя ИП: выше среднего, средний, высокий

IES-2 - is a useful tool to regulate traffic for all participants, as pedestrians (clients-patients) as drivers (psychiatrists, psychotherapists).

See red light and be ready to prevent big troubles



Светофор под названием IES-2 - удобный регулятор для всех участников дорожного движения, как для пешеходов (клиентов-пациентов, так и водителей (психиатров, психологов-психотерапевтов)

Conclusions

Выводы

Ukrainian adaptation is psychometrically equivalent to original IES-2 Scale T.Tylka

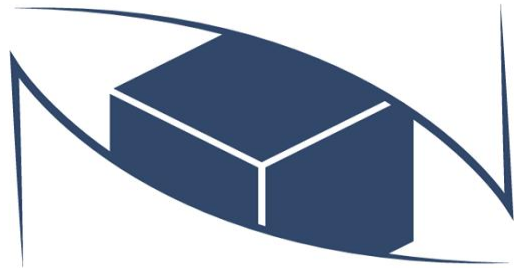
Адаптированная версия психометрически эквивалентна оригиналу IES-2 Scale T.Tylka

Использование опросника позволяет осуществлять превентивные меры в области нарушений пищевого поведения путем:

- проведения диагностических исследований,
- разработки на их основе превентивных стратегий,
- внедрения психопрофилактических программ по развитию навыков осознанного пищевого поведения среди населения,
- программ лечения расстройств пищевого поведения.

OUR SINCERE GRATITUDE FOR SUPPORT OF REASEARCH TO:

Professor Tracy L. Tylka, Ohio State University, USA
for kind permission to use her scale in our research



Асоціація лікарів і психологів
«РОЗЛАДИ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ:
ТЕРАПІЯ І ПРЕВЕНЦІЯ»

Association of Doctors and Psychologists “Eating
Disorders: Therapy and Prevention” and personally the
Chairwoman Tatiana Nazarenko, Germany, Ukraine

Vlad Buhtoyarov, psychiatrist, ED
therapist, Russia, Saint-Peterburg

And “Global Initiative in Psychiatry” Foundation for
stipendium to come here