

Abstrakt:

Tato práce se zabývá stravovacími návyky dospívajících a dospělých, a sice především rozdíly ve vnímání důležitosti výživy těchto dvou skupin. V teoretické části najdeme jednotlivá témata, která se dotýkají této problematiky, jako například poruchy osobnosti člověka, které mohou vést k poruchám příjmu potravy, co je to body image a jak souvisí s výživou, jak vnímají své tělo dospívající a dospělí, či jak se stravují, případně jak by se stravovat měli. Obsáhlou kapitolou jsou i dietní zvyklosti, a na závěr jsem nastínila, co vše se může promítat do vztahu jedince k jídlu. V praktické části je vysvětlena metodika výzkumu a jeho výsledky. První hypotéza, že dospívající kladou mnohem menší důraz na správné stravování než dospělí, kteří se snaží více dbát na vhodnou výživu, s ohledem na složení a pravidelnost, byla potvrzena. Stejně tak se potvrdila i druhá hypotéza, a sice že dospívající dívky inklinují k nedostatečné výživě více než chlapci stejného věkového rozmezí.