

Характеристика пищевого поведения виктимной личности в период раннего юношеского возраста

Научный руководитель – Яценко Татьяна Евгеньевна

Вольнич Ульяна Сергеевна

Выпускник (специалист)

Барановичский государственный университет, Барановичи, Беларусь

E-mail: uliana_mya@mail.ru

В юношеском возрасте формируются основные привычки, закладывается фундамент личностных ценностей. Средства массовой информации навязывают молодежи в качестве идеала худых красавиц, вследствие чего, формируются ложные идеалы, искаженное представление о себе, что в конечном итоге приводит к развитию отклонений в пищевом поведении [2]. Общеизвестность и даже популярность проблемы нарушений пищевого поведения на современном этапе определяется распространением и ростом числа людей с избыточной массой тела, ожирением, и как следствие, усугублением в состоянии их здоровья, появлением хронических неинфекционных заболеваний [1]. Результаты исследования показывают, что более 50% юных респонденток изнуряют себя диетами, а около 30% напротив - «заедают» свои проблемы. От 2 до 5% подростков и молодых женщин страдают от анорексии, и при отсутствии соответствующего лечения, смертность достигает почти 20%. Еще приблизительно 5% страдает от булимии. Среди факторов неадекватного пищевого поведения могут выступать социально-психологические свойства личности, такие как высокая подверженность стрессам, склонность к тревожным реакциям, неуверенность в себе и др. [3]. Иными словами, к нарушениям пищевого поведения предрасположены те, кто имеет неструктурированные личностные границы. К числу лиц с неструктурированными личностными границами относятся те, кто имеют виктимную деформацию личности и проявляют виктимное поведение. Согласно Т.Е. Яценко, виктимное поведение представляет собой исполнение человеком в межличностном взаимодействии роли жертвы, для которой характерно неэффективное сопротивление нарушению границ своего психологического пространства и уклонение от позиции субъекта жизнедеятельности, обуславливающее их психологическую виктимизацию и ревиктимизацию [5].

Повышенной предрасположенностью к закреплению паттернов виктимного поведения обладает личность юношеского возраста. Молодые люди стремятся к самореализации, в связи с этим часто жертвуют своими потребностями, положительными эмоциями, отношениями со значимыми людьми, что приводит к различным проявлениям виктимности в их поведении.

В. Д. Менделевич под пищевым поведением понимает ценностное отношение к пище и ее приёму, стереотип питания в обыденных условиях и в ситуации стресса, ориентация на образ собственного тела и деятельность по его формированию [4]. Стиль пищевого поведения - это ценностное отношение к пище и ее приему, стереотип питания в обыденных условиях и в ситуации стресса, поведение, ориентированное на образ собственного тела, и деятельность по формированию этого образа [2].

В нашем исследовании приняли участие 60 человек, учащихся 10-11 классов. Из них 30 юношей и 30 девушек. Методики исследования: опросник «Тип ролевой виктимности» М.А. Одинцовой, «Голландский опросник пищевого поведения».

По результатам регрессионного анализа установлены стилевые характеристики пищевого поведения виктимных юношей и девушек.

Девушки и юноши, склонные к исполнению игровой роли жертвы (доброжелательны, инфантильны, верят в свою беспомощность, угодливы, но при этом склонны манипулировать своим положением жертвы, добиваясь сочувствия и необоснованной помощи, отличаются склонностью уходить от решения проблем, перекладывая эту задачу на других), склонны в низкой степени к эмоциогенному типу пищевого поведения ($\beta=-0,19$; $p=0,14$) и в высокой степени к ограничительному типу пищевого поведения ($\beta=0,17$; $p=0,2$). Они редко увеличивают приём пищи при психо-эмоциональном напряжении или сразу после окончания действия фактора, вызвавшего стресс. В большей степени они ориентированы на установление жесткого контроля за процессом своего питания (строгий подсчет калорий, строгие правила, исключаящие из рациона те или иные продукты, и частое использование диеты). Такой негибкий и бескомпромиссный подход к соблюдению диеты повышает вероятность переедания.

Девушки и юноши, склонные к исполнению социальной роли жертвы (являются аутсайдерами, их не принимают в социальных группах, ими пренебрегают, глубоко это переживают, считают себя худшими по сравнению с другими, уверены в своей беспомощности, занимаются самобичеванием и принимают на себя ответственность за свое положение жертвы), предрасположены в низкой степени к эмоциогенному типу пищевого поведения ($\beta=-0,27$; $p=0,03$).

Девушки и юноши, принявшие позицию жертвы (агрессивно требуют помощи, снисхождения, считают, что жизнь и другие к ним несправедливы, пытаются снять с себя ответственность за происходящее, постоянно обвиняя в своих бедах других людей и при этом занимаясь самобичеванием, смиряются с ситуацией и не желают ничего менять, потому что считают, что любые попытки что-то изменить бесполезны, пессимистично относятся к происходящему), также в низкой степени ориентированы на эмоциогенный тип пищевого поведения ($\beta=-0,23$; $p=0,07$).

Таким образом, девушки и юноши с различными виктимными деформациями личности предрасположены к эмоциогенному типу пищевого поведения. Пытаясь совладать со стрессовой ситуацией, виктимный человек в период юности выбирает пассивный и неэффективный способ - заедания и получения положительных пищевых ощущений. В результате проблема не решается, а возникает новая проблема - повышенного веса, неприятия своего физического облика и комплекса физической неполноценности.

Профилактика нарушений пищевого поведения включает коллективную работу врача-психотерапевта и психолога путем вербального воздействия, во время которого дается информация о стрессе, о рациональном питании, усиливается мотивация на здоровый образ жизни, проводится тренинг психологической устойчивости.

Источники и литература

- 1) Балыкова О.П. Исследование культуры питания студентов вузов – одно из факторов формирования здоровья // Интеграция образования. 2012. № 2. С. 564-568.
- 2) Вознесенская Т.Г. Расстройство пищевого поведения при ожирении и их коррекция // Ожирение и метаболизм. 2004. № 2. С. 1–6.
- 3) Крылов В.И. Пограничные психические заболевания с нарушениями пищевого поведения. СПб.: Шанс, 1995. 243с.
- 4) Менделевич В.Д. Руководство по аддиктологии. СПб.: Речь, 2007. 768 с.
- 5) Яценко Т.Е. Динамика уровня сформированности компонентов социально-личностных компетенций у будущих педагогов в процессе элективного обучения девикизации // Вестник БарГУ. Сер., Педагогические науки. Психологические науки. Филологические науки. 2015. Вып. 3. С. 70–75.