

ВЗАИМОСВЯЗЬ ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ С ТИПАМИ НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

И.С. Филоненко, Н.Н. Ярушкин

Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия

Обоснование. Минимизация риска возможных заболеваний и организация здорового образа жизни — задача самого индивида. Данные условия могут формироваться особенностями воспитания и генетически, но также это совокупность благоприятной среды, норм поведения и волевых черт личности [4]. Согласно определению ВОЗ, здоровье — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия. На сегодняшний день комплексный подход к своему здоровью является проблемой для современного человека, вынужденного выполнять множество задач при постоянно растущем темпе жизни, зачастую не принимая во внимание состояние собственного здоровья. В этой связи растет число неврогенных расстройств, к которым, в частности, относятся желудочно-кишечные заболевания, избыток веса и т. д. Несмотря на их психосоматические причины возникновения, в современной научной литературе недостаточно уделяется внимание взаимосвязи некоторых индивидуально-психологических особенностей личности с типами нарушения пищевого поведения. Если рассматривать выстраивание пищевого поведения как способ обретения физического благополучия, а работу с индивидуально-психологическими особенностями — благополучия духовного, то выявление взаимосвязи двух этих составляющих может иметь значение для улучшения состояния здоровья в целом. В ходе психологических исследований, проводимых совместно с представителями медицины, возник так называемый звучащий орган эмоций, — термин, означающий гастроэнтерологическое заболевание. Это может говорить о том, что эмоциональный фон человека влияет на состояние желудочно-кишечного тракта, а также на возникновение потребности в удовлетворении мнимого голода. Формируется расстройство пищеварительной системы, которое сопровождается соматическими проявлениями и, как следствие, ростом тревожности и возбудимости [2, 1]. С увеличением соматических симптомов развивается депрессивное состояние, в том числе растет риск когнитивной заторможенности, аффективных расстройств, а также суицидальных мыслей и поведения [3].

Цель — изучение взаимосвязи некоторых индивидуально-психологических особенностей личности (акцентуация характера, личностная и ситуативная тревожность) с типами нарушения пищевого поведения (ограничительный, эмоциогенный, экстернальный).

Методы. В эмпирическом исследовании участвовали 30 человек (мужчины и женщины) в возрасте от 30-ти лет. Для сбора и дальнейшего анализа данных использовались: тест К. Леонгарда — Н. Шмишека, шкала Спилберга-Ханина и голландский опросник пищевого поведения DEBQ (dutch eating behavior questionnaire).

Результаты. Результаты статистической обработки выявили взаимосвязь некоторых индивидуально-психологических особенностей личности с одним из трех типов пищевых нарушений (экстернальным). С остальными факторами статистически значимых взаимосвязей не выявлено. Детали приведены в таблице.

Таблица. Результаты статистической обработки с использованием критерия ранговой корреляции Ч. Спирмена

Переменные	Результат R_2 эмп.	Статистическая достоверность
Педантичность — экстернальный тип	0,516427753	$p \leq 0,01$
Возбудимость — экстернальный тип	0,413883229	$p \leq 0,05$
Тревожность — экстернальный тип	0,363848721	$p \leq 0,05$
Циклотимность — экстернальный тип	0,500589228	$p \leq 0,01$
Личностная тревожность — экстернальный тип	0,459937894	$p \leq 0,05$

Выводы. Корреляционный анализ показал, что существуют взаимосвязи некоторых акцентуаций характера (а именно: педантичность, возбудимость, тревожность, циклотимность), а также личностной тревожности с экстернальным типом нарушений пищевого поведения. Во время сильного эмоционального переживания

срабатывает так называемый условный рефлекс на возникновение запаха или вида пищи. То есть пища становится не способом удовлетворения физиологической потребности (чувства истинного голода), а получением быстрого удовольствия в ответ на отрицательные эмоции. Если негативный эмоциональный фон регулярно подкрепляется приемом пищи, развивается нарушение в пищевом поведении [1].

Ключевые слова: индивидуально-психологические особенности личности; типы нарушений пищевого поведения; акцентуация характера; личностная и ситуативная тревожность.

Список литературы

1. Вахмистров А.В. Клинико-психологический анализ различных форм эмоциогенного пищевого поведения // Альманах клинической медицины. 2001. № 4. С. 127–130.
2. Джарбусынова Б.Б. Психосоматические аспекты в гастроэнтерологии // Вестник КазНМУ. 2014. № 4. С. 112–118.
3. Палий И.Г., Резниченко И.Г., Севак Н.М. Психосоматические расстройства в гастроэнтерологической практике: особенности клинического течения и медикаментозной терапии // Новости медицины и фармации. 2007. № 6. С. 3–4.
4. Разумникова О.М. Психология здоровья: учебное пособие. Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017.

Сведения об авторах:

Ирина Сергеевна Филоненко — студентка, группа ФПСО-617Пз, факультет психологии и специального образования; Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия. E-mail: filonenko.i@sgspu.ru

Николай Николаевич Ярушкин — научный руководитель, доктор психологических наук, профессор кафедры общей и социальной психологии; Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия. E-mail: yarushkin@pgsga.ru