

- 3 УК «Карэліцкі раённы краязнаўчы музей [Электронны рэсурс] / Режим доступа: <http://korelichi-museum.by>. – Дата доступа: 19.02.2018.
- 4 Музей народного творчества «Бездежский фартушок» [Электронны рэсурс] / Режим доступа: <http://www.fartushok.by>. – Дата доступа: 19.02.2018.
- 5 ГУК «Мотольский музей народного творчества» [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://motal-museum.na.by>. – Дата доступа: 19.02.2018.
- 6 Установа культуры “Смаргонскі гісторыка-краязнаўчы музей” [Электронны рэсурс] / Режим доступа: <http://museumsmorgon.by>. – Дата доступа: 19.02.2018.
- 7 Сорокин, А. А. Аграрный вопрос в Западной Белоруссии (1920–1939 гг.) / А. А. Сорокин. – Минск : Наука и техника, 1968. – 204 с.
- 8 Гресь С. М., Зинкевич, О. С. Некоторые аспекты экономической политики Польши в Западной Беларуси (1921–1939 гг.) // Апробация. – 2013. – № 12 (15). – 20 с.
- 9 Гресь, С. М. Агранья пераўтварэнні на тэрыторыі Заходняй Беларусі ў 1921–1939 гг. : манаграфія / С. М. Гресь. – Гродна : ГрДМУ, 2012. – 204 с.
- 10 Панюціч В. Сервітуты. Энцыклапедыя гісторыі Беларусі: У 6 т. Т 6. Кн. 1: Пазыны-Усяя / Беларус. энцыкл.; рэдкал.: Г. Пашкоў (галоўны рэд.) [і інш]. – Мінск. : БелЭН, 2001. – 591 с.
- 11 Гресь С. М. Ліквідацыя сервітута у заходнебеларускай вёсцы ў 1921–1939 гг. // Журнал Гродзенскага дзяржаўнага медыцынскага ўніверсітэта, 2009. – № 1. – С. 154–157.
- 12 Березовский историко-краеведческий музей [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://museumbereza.belcult.by>. – Дата доступа: 19.02.2018.

УДК 159.923:616.89-008.441.42

А. В. Лашкевич

ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ С НАРУШЕНИЯМИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

Проблема нарушений пищевого поведения является актуальной для нашей страны. Данная статья посвящена изучению индивидуально-психологических особенностей личности с нарушениями пищевого поведения. Рассмотрены теоретические аспекты нарушений пищевого поведения, выделены индивидуально-психологические особенности личности с нарушениями пищевого поведения.

В связи со стремительным темпом жизни, современными общественно-экономическими условиями и другими сложностями люди зачастую находятся в состоянии переживания стресса, с которым не могут справиться самостоятельно в силу определенных психологических особенностей. Эти причины приводят к тому, что человек уходит от проблем, вместо их решения. Он концентрируется на том, что вызывает у него приятные ощущения и не требует приложения усилий. Таким образом, чаще всего формируются разные виды аддиктивного или зависимого поведения, к числу которых относятся и нарушения пищевого поведения. По оценкам белорусских специалистов, в нашей стране нарушениями пищевого поведения страдают примерно 60–70 тысяч человек, большую часть из которых составляют девушки и молодые женщины в возрасте от 13 до 23 лет.

Пищевое поведение – это все компоненты поведения человека, которые присутствуют в нормальном процессе приема пищи. Чаще всего при нарушении соотношения гормонов голода и насыщения формируется атипичное пищевое поведение, ведущее к ожирению [1]. Кроме того, пищевое поведение представляется средством снятия пси-

хоэмоционального напряжения, чувственного наслаждения, элементом общения (когда еда сопряжена с пребыванием в коллективе), фактором самоуважения, связанным с престижностью пищи, традициями, а также выступает способом компенсации неудовлетворенных потребностей и т.д.

Нарушения пищевого поведения изучали В. П. Белинский, М. А. Карева, М. В. Коркина, И. Г. Малкина-Пых, В. В. Мариллов, В. Д. Менделевич, А. Б. Смулевич, О. А. Скугаревский и другие.

Пищевое поведение в зависимости от его особенностей делится на адекватное и отклоняющееся, что связывается с рядом параметров, таких как: место питания в иерархии ценностей личности, количественные и качественные показатели приема пищи, особенности культуры пищевого поведения, эмоциональные факторы, наличие стресса, традиции и т. д.

Т. Г. Вознесенская выделяет три основных вида нарушений пищевого поведения:

- экстернальное (прием пищи неосознанно, всегда при виде пищи);
- эмоциогенное (гиперфагическая реакция на стресс, приём пищи во время эмоциональных переживаний);
- ограничительное (чрезмерные пищевые самоограничения и бессистемные строгие диеты) [2].

В справочнике по диагностике и систематике психических расстройств Американской психиатрической ассоциации (DSM-IV) выделяет три вида нарушений пищевого поведения: нервную анорексию, нервную булимию и компульсивное переедание.

Кроме приведённых выше видов пищевого нарушения, ещё выделяются такие виды нарушений, как патологическое обжорство, обсессивно-компульсивное переедание, расстройство избирательного питания, орторексия, патологическое срыгивание.

Индивидуально-психологическими особенностями называются своеобразные свойства психической активности личности, которые выражаются в темпераменте, характере, способностях, чувствах и эмоциях, а также проявление воли. Они образуются в результате системного обобщения индивидуальных биологических и социально приобретенных свойств, вовлеченных в функционирование системы поведения человека, а также его деятельности и общения. Они связаны со всеми психическими процессами: мотивационно-потребностными, познавательными, эмоционально-волевыми [3].

Изучением проблемы развития индивидуально-психологических особенностей личности занимались такие учёные как Б. Г. Ананьев, К. Н. Корнилов, П. П. Блонский, Э. А. Лазурский, Е. П. Ильин, Б. М. Теплов, В. С. Мерлин и другие.

Совокупность наиболее выраженных и устойчивых черт личности, систематически проявляющихся в действиях человека, называется характером.

Отдельные черты характера могут быть слишком развитые, что приводит к формированию акцентуаций характера (предельные варианты нормы, как результат усиления отдельных черт характера) (К. Леонгард, А. Е. Личко, П. Б. Ганушкин и другие).

Большое влияние на характерологические черты оказывают особенности темперамента. Темперамент – это характеристика индивида со стороны динамической особенностей его психической деятельности, то есть темпа, ритма, интенсивности отдельных психических процессов и состояний.

Существуют четыре типа темперамента:

- сангвинический (присущ подвижным, активным людям);
- холерический (присущ задорным, легко и быстро раздражающийся);
- флегматический (присущ спокойным, настойчивым и упорным людям);
- меланхолический (присущ чувствительным, легкоранимым, обидчивым, склонным к смене настроения, людям).

Сделав теоретический анализ исследований по проблеме исследования, можно сделать вывод, что к индивидуально-психологическим особенностям личности с пищевыми

нарушениями относятся: замкнутость, недоверчивость, сдержанность, повышенная тревожность, преобладание отрицательных эмоций над положительными, сенситивность, стремление к доминированию в сочетании с неуверенностью в себе и избыточной самокритичностью, склонность к лёгкому возникновению фрустраций, высокий уровень притязаний с установкой на достижение высоких целей, гиперсоциальность установок, склонность к «застреванию» на эмоционально значимых переживаниях («аффективная ригидность»). Для таких людей, с одной стороны, имеет место «внешняя» компенсация одних черт другими, с другой стороны – происходит нагнетание внутренней напряженности, так как блокируется поведенческий и невротический пути реагирования, а внутренний конфликт часто канализируется по психосоматическому варианту, при этом все трудности переносятся с межличностных отношений на внутренние процессы.

Литература

1 Звенигородская, Л. А. Типы пищевого поведения и гормоны пищевого поведения у больных с метаболическим синдромом // А. Л. Звенигородская // Экспериментальная и клиническая гастроэнтерология. – 2007. – Т. 3. – С. 8–12.

2 Вознесенская, Т. Г. Типология нарушений пищевого поведения и эмоционально-личностные расстройства при первичном ожирении и их коррекция / Т. Г. Вознесенская // Ожирение – этиология, патогенез, клинические аспекты. Руководство для врачей / под ред. И. И. Дедова, Г.А. Мельниченко. – М.: Миа, 2004. – С. 234 – 271.

3 Анцигина, Л. К. К проблеме социальной активности личности в современных условиях / Л. К. Анцигина, М. В. Колесникова // Образование и культура в Западно-Сибирском регионе: история, перспективы и проблемы взаимодействия: Материалы региональной научно-практической конференции / под ред. Н. В. Чекалевой. – Тара, 2006. – Ч. 2. – С. 174–176.

УДК 316.37

Д. А. Левкович

ПЕРЕЖИВАНИЕ ОДИНОЧЕСТВА И ВОСПРИНИМАЕМОЙ СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ СТУДЕНТАМИ С ДЕПРЕССИВНОЙ СИМПТОМАТИКОЙ

Статья посвящена исследованию взаимосвязи между уровнем одиночества, воспринимаемой социальной поддержкой и проявлением депрессивной симптоматики среди студентов. Выявлен уровень одиночества, социальной поддержки со стороны семьи, друзей и близкого человека, а также уровень проявления депрессивной симптоматики.

Одной из самых распространенных проблем молодежи на сегодняшний день является проблема одиночества.

Нельзя утверждать, что одиночеству подвержены большинство молодых людей, однако тенденция роста количества одиноких людей на лицо [1 с.74].

Каждый из нас тем или иным образом сталкивался с чувством переживания одиночества, но лишь некоторые из нас пытаются отыскать истинные причины этого явления.

Одиночество и депрессия тесно связаны между собой. Изучение одиночества помогает лучше лечить депрессию, а изучение депрессии обеспечивает более глубокое ее понимание, которое оказывается полезным для одиноких людей. Большинство признаков одинокой личности почти полностью повторяются в прототипе депрессивной личности. Одиночество-это негативное состояние, сопровождающееся тягостными