

**А. В. Лашкевич**  
*Науч. рук. А. Е. Журавлева,*  
*ст. преподаватель*

## **ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ С НАРУШЕНИЯМИ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ**

Рациональное питание обеспечивает нормальный рост и развитие, способствует профилактике заболеваний, продлению продолжительности жизни, повышению работоспособности, создает необходимые условия адаптации организма к изменениям окружающей среды. Исследование пищевого поведения как психологического фактора качества жизни человека обусловлено потребностями сегодняшнего дня. Нарушения пищевого поведения изучали В. П. Белинский, М. А. Крева, М. В. Коркина, И. Г. Малкина-Пых, В. В. Марилов, В. Д. Менделевич, А. Б. Смулевич и другие.

Пищевое поведение представляет собой ценностное отношение к еде и ее приему, стереотипы питания в обыденных условиях и в условиях стресса, поведение, ориентированное на образ собственного тела, и деятельность по формированию этого образа [1].

Индивидуально-психологическими особенностями называются своеобразные свойства психической активности личности, которые выражаются в темпераменте, характере, способностях, чувствах и эмоциях, а также проявление воли.

В результате теоретического анализа проблемы индивидуально-психологических особенностей личности с нарушением пищевого поведения можно сделать следующие выводы: для людей с нарушениями пищевого поведения характерны замкнутость, недоверчивость, сдержанность, повышенная тревожность, избыточная самокритичность, склонность к лёгкому возникновению фрустраций, высокий уровень притязаний, склонность к «застреванию» на эмоционально значимых переживаниях («аффективная ригидность»). Им также свойственна повышенная эмоциональная лабильность, алекситимические тенденции, склонность видеть источники управления своей жизнью во внешнем мире. Такие люди зачастую устанавливают нереалистично завышенные стандарты в отношении к себе и другим людям, восприимчивы к критике.

### **Литература**

1 Менделевич, В. Д. Клиническая и медицинская психология / В. Д. Менделевич – М.: МедПресс-Информ, 2005. – 432 с.

**В. В. Леонова**  
*Науч. рук. Э. А. Соколова,*  
*канд. мед. наук, доцент*

## **ПОНЯТИЕ О СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЯХ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА**

Актуальность темы обусловлена наличием в обществе действия разных стрессогенных факторов – социальных, психологических, физических, экологических, информационных, что приводит к резкому увеличению числа психических и психосоматических заболеваний, снижению адаптивных функций человека. Цель исследования: установить представление о стрессовых ситуациях в современных исследованиях.

Стрессовая ситуация есть вид социальных ситуаций, складывающийся в результате одномоментного сильного или слабого, но длительного психологического травмирования совокупностью событий внешнего и внутреннего мира, преломленных в психике человека.