

**ՄՆՆԴԱՅԻՆ ՎԱՐՔԻ ՇԵՂՈՒՄՆԵՐԻ ԱՌԱՋԱՑՄԱՆ ԴՐԴԱՊԱՏՃԱՌՆԵՐԻ
ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ԴԱՍԱԿԱՆ ՀՈԳԵՔԱՆՆԵՐԻ ԱՆՁԻ
ՏԵՍՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀԱՄԱՏԵՔՍՈՒՄ**

ՀԱՄՄԻԿ ՇԱՀԻՆՅԱՆ

Սննդային վարքի շեղումների առաջացման սոցիալ-հոգեբանական դրդապատճառների բացահայտումը ենթադրում է դրանց բազմակողմանի ուսումնասիրություն, ինչն իր հերթին ներառում է նաև դրանց ուսումնասիրությունն անձի տեսությունների, ինչպես նաև անձնային և սոցիալական դիրքորոշումների վերաբերյալ ակնառու դասական հոգեբանների առաջարկած դրույթների համատեքստում: Հիմք ընդունելով անձի զարգացման գործընթացի վերաբերյալ դասական հոգեբանների տեսությունները՝ հնարավոր է դառնում այն խորքային դրդապատճառների բացահայտումը, որոնք ընկած են սննդային վարքի շեղումների առաջացման անմիջական ակունքներում: Տվյալ աշխատանքի շրջանակում մենք սննդային վարքի շեղումների հիմք ենք դիտարկել Է. Էրիկսոնի, Ա. Ադլերի, Է. Ֆրոմի, Ջ. Սքինների, Ա. Բանդուրայի, Ա. Մասլոուի, Կ. Ռոջերսի և այլ նշանավոր հոգեբանների տեսությունները:

Այսպես, պրոեկտելով վերոհիշյալ հեղինակների անձի տեսությունների գաղափարախոսությունը սննդային վարքի շեղումների ակունքների հարթություն՝ գտնում ենք դրանց առաջացման հիմնական պատճառները: Ըստ Ա. Ադլերի տեսության՝ մարդու կյանքը ինքնակատարելագործման ակտիվ գործընթաց է: Դրա դրդիչ ուժն անձի թերարժեքության զգացումն է (Adler, 1964): Անձին Ադլերը դիտարկում է որպես զուտ սոցիալական փոխներգործության արդյունք¹:

Հետևաբար, սննդային վարքի շեղումների առաջացման հիմքում ընկած է սեփական մարմնի նկատմամբ թերարժեքության զգացումը, իսկ սննդային վարքի խեղաթյուրված դրսևորումներն այդ զգացումը հաղթահարելու սոցիալ-մշակութային քարոզչության արդյունքում ի հայտ եկած ոչ արդյունավետ միջոցներ են:

¹ **Adler A.** Superiority and social interest: A collection of later writings. H. L. & R. R. Ansbacher (Eds.). Evanston, IL: Northwestern University Press. 1964, 480 P., p. 321.

Աբրահամ Մասլոուն համարում է, որ անձն ինքն իր կենսափորձի արդյունքն է, և դրա հիմքում է ինքնիրացման միտումը²:

Հետևաբար, սոցիալական ազդեցությունների ներքո ի հայտ եկած հաջողակ կնոջ պատկերի պրոպագանդի հետևանքով անձը ձգտում է ինքն իրեն համապատասխանեցնել այդօրինակ կարծրատիպերին, և եթե տվյալ անձի մեջ առկա է սեփական մարմնակազմի և արտաքին տեսքի նկատմամբ թերարժեքության զգացումը, ապա տվյալ երևույթի ազդեցության ներքո վերջինն ընտրում է սննդային վարքի խեղաթյուրված դրսևորումների ճանապարհը՝ որպես սեփական թերարժեքության զգացումը հաղթահարելու, հետևաբար նաև ինքնիրացման կեղծ միջոց:

Ըստ Էրիկ Ֆրոմի՝ անհատը սոցիալական ազդեցությունների ներքո դադարում է լինել այնպիսին, ինչպիսին որ նա կա: Նա դառնում է այնպիսի անհատ, ինչպիսին որ պահանջում է մշակութային մոդելը: Այդ պատճառով էլ նա փոփոխությունների է ենթարկում սեփական անձը՝ համապատասխանելու համար տվյալ մշակույթին հատուկ սոցիալական սպասումներին³:

Այստեղ նույնպես կարմիր գծով անցնում է արևմտյան կնոջ կերպարին բնորոշ սոցիալ-մշակութային կարծրատիպերին համապատասխանելուն ուղղված վարքային մոդելների ձևավորումը: Այդ մոդելը ներառում է նաև սննդային վարքի շեղումների նկատմամբ որոշակի հակվածության հնարավորությունը:

Էրիկ Էրիկսոնն իր անձի տեսության մեջ առանցքային է համարում անձի ինքնագնահատականի կախվածությունը սեփական կյանքի կառավարման զգացումից: Արտաքին ազդեցությունների ներքո այդ զգացման թուլացումը, ինքնակառավարման զգացողությունը և ինքնագնահատականը հավասարակշռելու նպատակով, հանգեցնում է ինքնասահմանափակման հակվածության⁴: Այս տեսության հիմունքները նույնպես հանգեցնում են այն եզրակացության, որ արևմտյան կնոջ կերպարի սոցիալ-մշակութային կարծրատիպերի պրոպագանդի գերազդեցությունը մեծապես ազդում է մասնավորապես դեռահասների սննդային վարքի խիստ սահմանափակումային շեղումների առաջացման վրա: Այդպիսի վարքային դրսևորումներով ինքնուրույ-

² **Maslow A. H.** The psychology of science: A reconnaissance. New York: Harper and Row. 1966, 168 P., p. 45.

³ **Fromm E.** Escape from freedom. New York: Avon. 1965, 333 P., p. 208.

⁴ **Erikson E. H.** Life cycle. In International Encyclopedia of the Social Sciences (Vol. 9, pp. 286- 292). New York: Crowell Collier & Macmillan. 1968, p. 286-292.

նություն և սեփական կյանքի կառավարման զգացողություն ձեռք բերելու բնական ձգտումներով տոգորված դեռահասը փորձում է մի կողմից, ենթարկվելով սոցիալական սպասումներին, մյուս կողմից՝ ձերբազատվել դրանց ազդեցությունից՝ դրանց համապատասխանելու միջոցով:

Այսպես, Սքիններն անձի վարքի և գործունեության հիմքում տեսնում է միանշանակ հասարակության ազդեցությունը⁵:

Ասել է թե ընդունված սոցիալ-մշակութային կարծրատիպերը հիմք են որոշակի վարքային մոդելների ձևավորման համար: Այսպիսի վարքային մոդելներ են սննդային վարքի շեղումները՝ ուղղված անձի սոցիալական խմբում ընդունելի կամ ավանդական կարծրատիպերին սեփական մարմնակազմը կամ սննդային վարքը համապատասխանեցնելու գաղափարին: Հենվելով տվյալ գաղափարախոսության վրա՝ կարելի է բացատրել սննդային վարքի սահմանափակումային, զգայագեն և էքստերնալ շեղումների առաջացումը՝ որպես անձի սոցիալական խմբերում գործող սննդային վարքի մոդելներին, նորմերին, ավանդույթներին համապատասխանելու միտման արդյունքում ի հայտ եկող երևույթներ:

Մյուս կողմից, հիմք ընդունելով այն տեսակետը, որ գործունեության դրդապատճառները հենց գործունեության փորձի արդյունքում են ստեղծվում և պրոեկտելով այն սննդային վարքի շեղումների առաջացման հարթություն՝ հանգում ենք հետևյալ եզրակացությունների:

Այսպես, արևմտյան հաջողակ կնոջ կերպարի սոցիալ-մշակութային կարծրատիպերին համապատասխանելու ցանկությունը դրդում է սեփական մարմնակազմի նկատմամբ թերարժեքության զգացում ունեցող անձին դիմել սննդային վարքի սահմանափակումային շեղում համարվող սննդային վարքի, ինչի արդյունքում փոփոխվում է անհատի մարմնակազմը, և ինքնաբերաբար բարձրանում է նրա ինքնագնահատականը: Այս ամենի արդյունքում անձը է՛լ ավելի է տարվում տվյալ սննդային վարքի թեպետ շեղված մոդելով, ինչն արդյունքում, ժամանակին չկանխարգելվելու պարագայում, կարող է վերաճել սննդային վարքի անոռեկսիկ խանգարման: Մյուս կողմից՝ սննդային վարքի զգայագեն շեղումը, ի հայտ գալով սթրեսային պայմաններում, հանգեցնում է անձի հուզական լարվածության լիցքաթափման, ինչը ժամանակի ընթացքում վերաժվում է սթրեսային պայմաններում, ինքնակառավարման հիմնական գործիքի: Հետևաբար, սննդային վարքի շեղումների դրդապատճառներն ի

⁵ Skinner B. F. Beyond freedom and dignity. New York: Knopf. 1971, 225 P., p. 12-13.

հայտ են գալիս դրանց առաջին դրսևորման արդյունքում ձևավորված դրական հուզական փորձի արդյունքում:

Աշխատանքի տեսամեթոդաբանական հիմքում ընկած են նաև մի շարք ակնառու սոցիալական հոգեբանների գաղափարախոսություններ անձնային և սոցիալական դիրքորոշումների վերաբերյալ, որոնց աշխատանքները փաստացի հիմք են հանդիսացել այն տեսության զարգացման համար, որ սննդային վարքի շեղումների առաջացումն ունի նախևառաջ սոցիալաժին արմատներ, և դրանց կանխման ուղիները պետք է փնտրել անձի դիրքորոշումային ոլորտում:

Դիրքորոշումների ուսումնասիրության հարցում հատուկ տեղ է տրվում վրաց հոգեբան Ուզնաձեի դպրոցին: Ուզնաձեն անձի դիրքորոշումը բնութագրում է որպես մարդու կյանքում համընդհանուր երևույթ, որը մարդու կենսագործունեության մեջ կենտրոնական դերն է խաղում: Ուզնաձեի դպրոցի հետնորդ Պերվուշինան համարում է, որ մարդու ենթագիտակցականի գործունեության ասպարեզն այնքան տարածական է, որ այն ընկած է մարդու ամբողջ ներքին և արտաքին ակտիվության հիմքում: Ցանկացած վարքային ակտից առաջ սուբյեկտի մոտ ի հայտ է գալիս յուրահատուկ դինամիկ վիճակ՝ դիրքորոշում, որն ուղղորդում է մարդու հակազդումները: Այսպես սննդային վարքի շեղումների առաջացումը մասնավորապես դեռահաս աղջիկների մոտ կարծրատիպերին համապատասխանելու ձգտման արդյունք է, որը նրա կենսագործունեության մեջ առանցքային տեղ ունի: Հեղինակը համարում է նաև, որ որոշակի խմբում որոշակի դերի մեջ մտնելով՝ մարդը սովորում է այդ դերի ենթադրող վարքաձևերին, ինչի արդյունքում յուրացվում են որոշակի վարքային դիրքորոշումներ⁶:

Այսպես, սննդային վարքի խեղաթյուրված դրսևորման դիրքորոշումներն առաջանում են անձի սոցիալական խմբում՝ որպես հաջողակ կնոջ կերպարի սոցիալ-մշակութային կարծրատիպին համապատասխանելու ձգտման արդյունք, մասնավորապես խմբում հաջողակ համարվող դեռահասների մոտ:

Մյուս կողմից՝ անձի վարքի կառավարումն արդեն բխում է ոչ միայն սեփական պահանջմունքներից, այլև սոցիալական պահանջներից և նորմերից: Ընդ որում, այս երկու հասկացությունները հաճախ փոխկապակցված են:

⁶ **Первушина О. Н.** Общая психология: Методические указания. – Новосибирск: Научно-учебный центр психологии НГУ, 1996. 90 с., с. 35-41.

Դ. Ռոբինսոնն անձի վարքի և համոզմունքների կապը տեսնում է որպես հաստատուն դրական կամ բացասական կարծիքի արդյունքում ձևավորված դիրքորոշում: Նա համարում է, որ դիրքորոշումների և դրանք ձևավորող համոզմունքների առաջացման վրա մեծագույն ազդեցություն ունեն նաև կարծրատիպերը⁷: Այսպես, սոցիալ-մշակութային կարծրատիպերին համապատասխանելու միտումով առաջացած սննդային վարքի շեղումները դեռահաս աղջիկների խմբի առաջնորդների մոտ ակամա տարածվում են նաև խմբի մյուս անդամների վարքի վրա:

Ֆեստինգերի տեսության համաձայն՝ մարդու դիրքորոշումներին չհամապատասխանող վարքաձևը ստիպում է փոփոխության ենթարկել դրանք, որպեսզի անձն ազատվի բացասական զգացողություններից⁸:

Այսպես, սոցիալ-մշակութային կարծրատիպերին համապատասխանելու դեռահասի դիրքորոշումը դրդում է նրան դիմել սննդային վարքի խեղաթյուրված դրսևորումների:

Կոիսկոն համարում է, որ դիրքորոշումը որոշում է անձանց գործողությունների, ակտիվության ուղղվածությունը՝ միևնույն ժամանակ հանդիսանալով ընկալման և մտածողության միջոց: Այսպես, սննդային վարքն իր տարաբնույթ դրսևորումներով անձնային և սոցիալական դիրքորոշումների արդյունք է⁹:

Ըստ Լանգեի՝ ուշադրության և դիրքորոշման երևույթները սերտորեն կապված են միմյանց, և անձը հակված է իր ուշադրությունը սևեռել այն վարքային դրսևորումներին, որոնք դիրքորոշումների արդյունք են¹⁰: Այսպես, սննդային վարքի խեղաթյուրումների հակված անձն իր սննդային վարքն առանցքային ուշադրության է արժանացնում՝ սևեռվելով այդ երևույթի վրա, ինչի արդյունքում հնարավոր են դրա հետագա զարգացումը և վերափոխումը այլ, առավել բարդ սննդային վարքի խանգարումների:

⁷ **Робинсон Д.** 101 ключевая идея: Психология. – Пер. с англ. О. Перфильева. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001, 224 с., с. 167-184.

⁸ **Морозов А.В.** Социальная психология. Учебник – М.:Изд. Академический проект, 2008, 335 с., с. 136.

⁹ **Крысько В. Г.** Социальная психология: учебник для вузов/ Крысько В. Г. – 3-е издание, перераб. и доп. – М.: Эксмо, 2010, 688 с., с. 93-98.

¹⁰ **Козубовский, В. М.** К59 Общая психология: познавательные процессы: учебное пособие / В.М. Козубовский. – 3-е изд. – Минск: Амал-фея, 2008, 368 с., с. 137-138.

ԱՄՓՈՓՈՒՄ

Սննդային վարքի շեղումների առաջացման սոցիալ-հոգեբանական դրդապատճառների հիմնովին ուսումնասիրությունը ենթադրում է նաև այնպիսի դասական հոգեբանների անձի ձևավորման և զարգացման տեսությունների ուսումնասիրություն, որպիսիք են Ադլերը, Մասլոուն, Ֆրոմը, Սքինները, Լանգեն և այլք: Այս տեսանկյունից խնդրի վերլուծության արդյունքում հնարավոր է օբյեկտիվ զուգահեռներ անցկացնել տվյալ տեսությունների և սննդային վարքի շեղումների առաջացման մեխանիզմների միջև և պարզաբանել դրանց սոցիալ-հոգեբանական ակունքները:

Բանալի բաներ – սննդային վարքի շեղումներ, սոցիալ-մշակութային կարծրատիպեր, անձի տեսություններ:

АНАЛИЗ ПРИЧИН ВОЗНИКНОВЕНИЯ НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ В КОНТЕКСТЕ ТЕОРИЙ ЛИЧНОСТИ ПСИХОЛОГОВ КЛАССИКОВ

АСМИК ШАГИНЯН

Глобальное исследование вопроса социально-психологических причин возникновения нарушений пищевого поведения предполагает исследование теорий становления личности таких психологов классиков, какими являются Адлер, Маслоу, Фромм, Скиннер, Ланге и другие. Исследование данного вопроса с этой позиции дает возможность объективно понять социально-психологические механизмы и причины возникновения нарушений пищевого поведения.

Ключевые слова – нарушения пищевого поведения, социально-культурные стереотипы, теории личности.

ANALYSIS OF EATING HABIT DISTORTIONS IN CLASSICAL PSYCHOLOGISTS' SELF THEORIES

HASMIK SHAHINYAN

The thorough analysis of the socio-psychological causes of eating habit distortions implies the study of Self psychology and development theories suggested by such classical psychologists, as Adler, Maslow, Fromm, Skinner,

Lange and etc. As a result of the investigation of the problem from this point of view, it is possible to draw objective parallels between these theories and the mechanisms causing distortion of eating habits and find out their socio-psychological roots.

Key words – Eating habit distortions, socio-cultural stereotypes, theories of Self.