Հասմիկ ՇԱՀԻՆՅԱՆ

ՀՏԴ 159.922.8:316.6

ԱՆՁՆԱՅԻՆ ԵՎ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԴԻՐՔՈՐՈՇՈՒՄՆԵՐԸ ՈՐՊԵՍ ԴԵՌԱՀԱՍ ԱՂՋԻԿՆԵՐԻ ՄՈՏ ՍՆՆԴԱՅԻՆ ՎԱՐՔԻ ՇԵՂՈՒՄՆԵՐԻ ԱՌԱՋԱՑՄԱՆ ՊԱՏՃԱՌ

Սննդային վարքի շեղումների առաջացման և զարգացման երևույթի ինքնության ուսումնասիրությունն արդիական խնդիր է ժամանակակից հոգեբանության ասպարեզում: Մասնավորապես արդիական է դեռահաս աղջիկների մոտ սննդային վարքի սահմանափակումային, զգայագեն և էքստերնալ շեղումների առաջացման սոցիալ-հոգեբանական պատճառների ուսումնասիրությունը:

Տվյալ երևույթների առաջացման հիմնաղբյուր մենք տեսնում ենք դեռահասության փուլում ձևավորվող անձնային առանձնահատկությունները, անձնային և սոցիալական ինքնագնահատականը, համապատասխանաբար նաև անձնային և սոցիալական դիրքորոշումները, անձնային, սոցիալական, կրթական, միջսեռային ասպարեզներում ինքնահաստատվելու անձի բնական ձգտումը և դրա հետևանքով սննդային վարքի շեղումների հնարավոր առաջացումը: Այսպիսով, տվյալ հոդվածում ամփոփված հետազոտության իրականացումը մասնավորապես դեռահաս աղջիկների շրջանում առավել արդիական է: Ի սկզբանե իրականացված հետազոտության վերջնանպատակն է եղել մի շարք հոգեբանական մեթոդների կիրառման արդյունքով դուրս բերել սննդային վարքի սահմանափակումային, զգայագեն և էքստերնալ շեղումներ ունեցող դեռահաս աղջիկների մոտ առկա անձնային որակների օրինաչափություններ՝ նախկինում չուսումնասիրված անձի ինքնադրսևորման ոլորտներում, ինչը հիմք կհանդիսանա քննարկվող սննդային վարքի շեղումների զարգացման կանխման ռազմավարությունների առավել արդյունավետ մշակման և կազմակերպման համար:

Հոդվածում քննարկվող հետազոտությունը ծավալուն աշխատանք է՝ նվիրված սննդային վարքի շեղումների առաջացման հիմքում ընկած սոցիալական դիրքորոշումների ուսումնասիրությանը: Տվյալ հոդվածում ներկայացված են հետազոտության 200 մասնակից դեռահաս աղջիկների շրջանում իրականացված անձնային և սոցիալական ինքնագնահատականը որոշող, բազային համոզմունքներն ու իռացիոնալ դիրքորոշումները բացահայտող թեսթավորումների արդյունքները և դրանց վերլուծությունը սննդային վարքի վերոհիշյալ շեղումների առաջացման տեսանկյունից:

Հետազոտությունը ներառել է դիտման, զրույցի և հոգեբանական թեսթավորումների մեթոդները: Հոգեբանական թեսթավորումների մեթոդի կիրառմանը տրված է առանձնակի նշանակություն:

Ինչպես հայտնի է, հոգեախտորոշիչ թեսթը անձի հոգեբանական հատկանիշների չափման հատուկ գործիք է, որը կազմված է հարցերի և առաջադրանքների համակարգերից և ուղղված է անձի վարքային առանձնահատկությունների բացահայտմանը (Блейхер 1978: 13):

Հոգեախտորոշիչ հետազոտության շրջանակներում հոգեբանական թեսթերի անհրաժեշտությունը հիմնավորվում է դրանց օբյեկտիվության, վալիդայնության և արժանահավատության բարձր մակարդակով:

Հոգեախտորոշիչ թեսթավորումների մեթոդի կիրառումը տվյալ հետազոտության շրջանակներում թույլ է տվել բացահայտել այն անձնային հատկանիշները և դիրքորոշումները, որոնք նպաստել են հետազոտության մասնակից դեռահաս աղջիկների մոտ սննդային վարքի շեղումների առաջացմանը:

Սննդային վարքի սահմանափակումային, զգայագեն և էքստերնալ շեղումներ ունեցող դեռահաս աղջիկների անձնային և սոցիալական ինքնագնահատականի ուսումնասիրությունը հատկապես կարևոր է, քանի որ այն լույս է սփռում սննդային վարքի շեղումների առաջացման և անձի ինքնագնահատականի կապի երևույթի վրա: Այս նպատակի իրականացման համար ընտրվել է 1954 թ. Ջ.Բաթլերի և Գ.Հայդի կողմից մշակված «ԵՍ իրականի» և «Ես կատարյալի» տարբերությունները բացահայտող թեսթը (Янчук 2005: 286-288): Դրա կիրառման արդյունքները ցույց տվեցին, որ.

1. Սննդային վարքի սահմանափակումային շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկների շրջանում տվյալ շեղման առկայությունը զուգակցվում է սեփական արտաքին տեսքի նկատմամբ դժգոհության բարձր մակարդակով, ինքնաբավարարվածության զգացման բացակայությամբ և շփման խնդիրների առկայությամբ: Հետևաբար, դեռահաս աղջիկների մոտ սննդային վարքի սահմանափակումային շեղման առաջացումը սեփական մարմնակազմի նկատմամբ բացասական վերաբերմունքի և սննդային վարքի խիստ սահմանափակման միջոցով այն վերափոխելու ցանկության արդյունք է: Մյուս կողմից կարելի է ենթադրել, որ տվյալ դիսմորֆիկ երևույթները հանգեցնում են անձի ապասոցիալականացմանը, և սննդային վարքի խիստ սահմանափակումային մոդելն այսպիսի անհատների կողմից ընտրվում է որպես կանացի արտաքին տեսքին վերագրվող սոցիալ-մշակութային կարծրատիպերին համապատասխանելու, հետևաբար նաև սոցիալական խմբում ընդունված լինելու ենթադրյալ արդյունավետ ռազմավարություն:
2. Սննդային վարքի էքստերնալ շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկների շրջանում տվյալ շեղումը զուգակցվում է շրջապատի հավանությանն արժանանալու ձգտմամբ, սեփական կարծիքի և կամային որակների նկատմամբ անվստահությամբ: Ենթադրում ենք, որ այսպիսի անհատը, ձգտելով ցանկացած սոցիալական միջավայրում հավանության արժանանալ, ընտրում է անկայուն սննդային վարքաձևի դրսևորումները՝ որպես տարբեր միջավայրերում արդյունավետ սոցիալականացման ռազմավարություն: Այսպիսի անհատները հակված են դրսևորելու այնպիսի սննդային վարք, ինչպիսին որ ընդունված է սոցիալական այն խմբերում, որոնցում անհատն իրականացնում է իր գործունեությունը: Այդպիսի սննդային վարքը կարելի է բնութագրել որպես ծայրահեղական, քանի որ այն ներառում է բացառիկ ասքետիզմից մինչև ակնհայտ շատակերություն ընկած սննդային վարքի մոդելները:
3. Սննդային վարքի զգայագեն շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկների մոտ տվյալ շեղման առաջացումը զուգակցվում է ներքին հանգստության զգացման և հա-

վասարակշռվածության պակասի, ինքնավստահության ցածր մակարդակի և շփման խնդիրների առկայությամբ: Հետևաբար, սննդային վարքի զգայագեն շեղումը դեռահաս աղջիկների մոտ առաջանում է որպես արդեն առկա սոցիալականացման խնդիրների արդյունք, որոնց ենթատեքստում անձը, դրսևորելով ակնհայտ շատակերություն, կամ լիովին հրաժարվելով սննդի ընդունումից, ձգտում է ազատվել տվյալ խնդիրների արդյունքով առաջացած ներքին լարվածությունից:

Հետազոտության մասնակիցների բազային համոզմունքների դուրս բերման և սննդային վարքի սահմանափակումային, զգայագեն ու էքստերնալ շեղումների առաջացման հետ դրանց հնարավոր կապի բացահայտման համար հետազոտվողների շրջանում կատարվել է ամերիկացի հոգեբան Ջանոֆֆ-Բուլմանի մշակած բազային համոզմունքների բացահայտման թեսթի կիրառում (Jacobs 1986: 237-250; Janoff-Bulman 2000: 29-44):

Թեսթն իրականացվել է հետազոտության մասնակիցների մոտ շրջապատող աշխարհի, բարու և չարի վերաբերյալ պատկերացումները, մարդկանց նկատմամբ սպասումների առանձնահատկությունները, անձնային իմաստների համակարգը, սեփական Ես-ի արժեքավորության մասին պատկերացումները բացահայտելու համար:

Սննդային վարքի սահմանափակումային, զգայագեն և էքստերնալ շեղումներ ունեցող դեռահաս աղջիկների շրջանում իրականացված բազային համոզմունքների բացահայտման թեսթավորման արդյունքում ստացվեցին հետևյալ տվյալները.

ա) Սննդային վարքի զգայագեն շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկների համար բնորոշ է բազային ապահովության զգացման բացակայություն մասնավորապես աշխարհի և մարդկանց նկատմամբ վստահության, արդարության, սեփական «ԵՍ»-ի արժեքավորության և ինքնակառավարման ասպարեզներում:

Հետևաբար սննդային վարքի զգայագեն շեղման առկայությունը դեռահաս աղջիկների մոտ զուգակցվում է բացասական մտածողությամբ և արտաքին աշխարհի, ինչպես նաև սեփական անձի նկատմամբ բացասական վերաբերմունքով:

բ) Սննդային վարքի էքստերնալ շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկների համար բնորոշ է թերահավատությունը սեփական հնարավորությունների նկատմամբ, ընդհանուր հոռետեսական տրամադրվածությունը, բացասական կողմնորոշման սոցիալական սպասման բարձր մակարդակը և ցածր ինքնագնահատականը: Այսպիսի արդյունքները որոշակիորեն բացատրում են սննդային վարքի անկայունությունը տվյալ անձանց մոտ: Վերջինները, ձգտելով համապատասխանել սննդային վարքի ներխմբային ավանդույթներին, կարող են լիովին անտեսել սեփական մարմնի կարիքները և դրսևորել այնպիսի սննդային վարքի տարատեսակ մոդելներ, որոնք բացարձակ չեն համապատասխանում իրենց կարիքներին և ցանկություններին:

գ) Սննդային վարքի սահմանափակումային շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկների համար բնորոշ է ապահովության զգացման բացակայություն մասնավորապես աշխարհի նկատմամբ վստահության, արդարության, աշխարհի կառավարելիության և սեփական «ԵՍ»-ի արժեքավորության ասպարեզներում: Հետևաբար, սննդային վարքի սահմանափակումային շեղման առկայությունը դեռահաս աղջիկ-

ների մոտ զուգակցվում է ցածր ինքնագնահատականով, սեփական կյանքի կառավարման զգացման բացակայությամբ: Հետևաբար, սննդային վարքի սահմանափակումային շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկները ձգտում են սննդի ընդունման խիստ սահմանափակման միջոցով կոմպենսացնել սեփական անձի նկատմամբ թերարժեքության զգացումը և ենթագիտակցորեն ձգտում են ստեղծել սեփական կյանքի կառավարման երևակայական զգացում:

Հաջորդիվ, նպատակ ունենալով բացահայտել հետազոտվողների մոտ առկա իռացիոնալ դիրքորոշումների էությունը, հետազոտությունում կիրառվեց Ա. Էլլիսի կողմից մշակված իռացիոնալ դիրքորոշումների բացահայտման թեսթավորում (Каменюкин 2007: 201-205; Крюкова, Куфтяк 2007: 200-205):

Տվյալ աշխատանքի շրջանակներում այս թեսթավորման իրականացման իմաստն է եղել բացահայտել, թե սննդային վարքի սահմանափակումային, զգայագեն և էքստերնալ շեղումներ ունեցող դեռահաս աղջիկների մոտ ինչպիսի իռացիոնալ դիրքորոշումներն են գերակշռում ու որքանով դրանք կարող են արտահայտվել սննդային վարքի շեղումների առաջացման ասպարեզում:

Թեսթավորման արդյունքով մենք ստացանք հետևյալ օրինաչափային տվյալները.

ա) Սննդային վարքի զգայագեն շեղում ունեցող 78 դեռահաս աղջիկներից 56-ի մոտ իռացիոնալ դիրքորոշումների առկայություն բացահայտվեց թեսթի «ողբերգականացում» սանդղակում: Այս տվյալները ցույց են տալիս, որ հարցվողները հակված են իրավիճակների գերագնահատման, կարող են փոքր անհաջողությունից ողբերգություն սարքել և երկար տառապել այդ կապակցությամբ: Այս խմբի մասնակիցներից 22-ի մոտ ցածր ցուցանիշներ արձանագրվեցին «ֆրուստրացիոն տոլերանտություն» սանդղակում, ինչը վկայում է ցածր սթրեսակայունության մակարդակի մասին:

Այսպիսի դեռահասներին բնորոշ է գերզգայունությունը սոցիալական գնահատականների նկատմամբ: Սննդային վարքի զգայագեն շեղումն այս անհատների մոտ հանդիսանում է ներքին ներդաշնակության բացակայության և անընդհատ հոգեբանական լարվածության արդյունքով ձևավորված կեղծ կոմպենսատոր մեխանիզմ, որն առանձնապես ցայտուն արտահայտվում է սթրեսային պայմաններում: Մի փոքր իրական կամ հնարածին բացասական սոցիալական գնահատականը տվյալ անձանց մոտ սուր տագնապի զգացողություն է արթնացնում, և վերջինները հակված են սննդային խրախճանքներում «վիշտը խեղդելու»:

բ) Սննդային վարքի էքստերնալ շեղում ունեցող 20 դեռահաս աղջիկների մոտ թեսթավորման արդյունքներն իռացիոնալ դիրքորոշումների առկայություն ցույց տվեցին «սեփական անձի և ուրիշների նկատմամբ պարտավորության զգացում» սանդղակում, ինչը ցույց է տալիս սեփական անձի և ուրիշների նկատմամբ չափազանց բարձր պահանջներ դնելու, սոցիալական բարձր սպասումներ ունենալու հակվածությունը:

Այսպիսի արդյունքների հիման վրա ենթադրում ենք, որ սննդային վարքի էքստերնալ շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկների համար հատկանշական է սոցիալական միջավայրի պայմաններին ամբողջությամբ վստահելու, դրանց անմնացորդ ենթարկվելու հակվածությունը: Միևնույն մոդելով վերջիններն առաջնորդվում են նաև սննդային վարքի դրսևորումներում՝ անկայուն սննդային վարք ցուցաբերելով տարբեր սոցիալական խմբերում շփման ընթացքում:

գ) Սննդային վարքի սահմանափակումային շեղում ունեցող 102 դեռահաս աղջիկներից 88-ի մոտ թեսթավորման արդյունքներն իռացիոնալ դիրքորոշումների առկայություն ցույց տվեցին «սեփական անձի և ուրիշների նկատմամբ պարտավորվածության զգացում» սանդղակում: Այս ցուցանիշները մատնանշում են սեփական անձի և ուրիշների նկատմամբ չափազանց բարձր պահանջներ և սպասումներ ունենալու հակվածությունը: 10 մասնակիցների մոտ իռացիոնալ դիրքորոշումների առկայություն բացահայտվեց «ողբերգականացում» և 4 մասնակիցների մոտ՝ «ինքնագնահատական և մտածողության ռացիոնալություն» սանդղակներում:

Այսպիսով, սննդային վարքի սահմանափակումային շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկների մոտ առկա են սեփական անձին և վարքաձևերին վերաբերող իռացիոնալ դիրքորոշումներ: Դրանք արտահայտվում են սեփական անձի նկատմամբ չափազանց բարձր պահանջներ դնելու հակումով, ինչը հատկանշական է նաև սեփական մարմնակազմի ձևավորմանն ուղղված վարքային դրսևորումների համար:

ՄԵՋԲԵՐՎԱԾ ԵՎ ՀՂՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Блейхер, В., Бурлачук, Л. (1978). Психологическая диагностика интеллекта личности. – Киев: Выща школа.
2. Каменюкин, А., Ковпак, Д. (2007): Антистресс тренинг. – СПб.: «Питер».
3. Крюкова, Т., Куфтяк, Е. (2007). Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Журнал практического психолога. М.: № 3.
4. Янчук, В. (2005). Введение в современную социальную психологию. – Минск: АСАР.
5. Jacobs, B. and Isaacs, S. (1986). Pre-pubertal anorexia nervosa. A retrospective controlled study. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 27, pp. 237-250.
6. Janoff-Bulman R., Berger A. (2000). The other side of trauma: Towards a psychology of appreciation // Loss and trauma: General and close relationship perspectives. Philadelphia: Bronner-Routledge, pp, 29—44.

Հասմիկ ՇԱՀԻՆՅԱՆ

ԱՆՁՆԱՅԻՆ ԵՎ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԴԻՐՔՈՐՈՇՈՒՄՆԵՐԸ ՈՐՊԵՍ ԴԵՌԱՀԱՍ ԱՂՋԻԿՆԵՐԻ ՄՈՏ ՍՆՆԴԱՅԻՆ ՎԱՐՔԻ ՇԵՂՈՒՄՆԵՐԻ ԱՌԱՋԱՑՄԱՆ ՊԱՏՃԱՌ

ԱՄՓՈՓՈՒՄ

Չնայած սննդային վարքի շեղումների երևույթը ծավալուն ուսումնասիրությունների առարկա է հոգեբանական գիտությունների տարբեր ճյուղերի համար, այնուամենայնիվ հատուկ ուշադրության կարիք ունի այնպիսի երևույթների ուսումնասիրությունը, ինչպիսիք են դեռահաս աղջիկների մոտ սննդային վարքի շեղումների առաջացման սոցիալ-հոգեբանական հիմնաղբյուրները: Տվյալ հոդվածում քննարկվում է

դեռահաս աղջիկների մոտ սննդային վարքի սահմանափակումային, զգայագեն և էքստերնալ շեղումների առաջացման վրա անձնային և սոցիալական ինքնագնահատականի, բազային համոզմունքների և իռացիոնալ դիրքորոշումների ազդեցությունը: Հանգամանորեն ուսումնասիրվել են հետազոտության մասնակիցների «Ես իրական» և «Ես կատարյալ» պատկերների օրինաչափային տարբերությունները, ինքնավերաբերմունքի, սեփական Ես-ի կարևորության զգացման մակարդակը և սոցիալական սպասումների որակները: Հոդվածում ներկայացված են իրականացված հետազոտության արդյունքով ստացված այն օրինաչափային տվյալները, որոնք բնորոշ են սննդային վարքի սահմանափակումային, զգայագեն կամ էքստերնալ շեղում ունեցող դեռահաս աղջիկներին:

Հանգուցային հասկացություններ. սննդային վարք, դեռահաս աղջիկներ, սոցիալական դիրքորոշումներ, ինքնագնահատական, բազային համոզմունքներ, իռացիոնալ դիրքորոշումներ:

Hasmik SHAHINYAN

PERSONAL AND SOCIAL ATTITUDES AS THE REASON OF NUTRITIONAL BEHAVIOR DEVIATIONS OF TEENAGE GIRLS

ABSTRACT

Even though the eating behavior disturbances are a theme for multiple researches in different branches of the psychological sciences, however the study of socio-psychological adjustments role within the development of eating behavior disturbances in adolescent girls requires special attention. The impact of personal and social self-esteem, basic beliefs and irrational adjustments within the development of restrictive, emotional and external eating behavior disturbances in adolecent girls is discussed. Particularly, the research focuses on solid study of such consistent patterns as the "Real-Me" and "Perfect Me" differences, features self-assessment, sense of self-value and social expectations circumstances in adlocent girls with adolescent girls with restrictive, emotional and external eating behavior disturbances. In the article the obtained legitimate data is presented.

Key concepts: eating behavior disturbances, adolescent girls, social adjustments, self-assessment, basic beliefs, irrational adjustments.

Асмик ШАГИНЯН

ЛИЧНЫЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ПОЗИЦИИ КАК ПРИЧИНА ОТКЛОНЕНИЙ В ПИЩЕВОМ ПОВЕДЕНИИ У ДЕВОЧЕК ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

РЕЗЮМЕ

Не смотря на то что нарушения пищевого поведения являются обьектом исследовний разных отраслей психологических наук, тем не менее особого внимания требует исследование таких явлений, как роль социально-психологических установок в развитии нарушений пищевого поведения у девочек подростков. В данной статье обсуждается воздействие личностной и социальной самооценки, базовых убеждений и ирациональных установок на развитие ограничительного, эмоциогенного и экстернального типов нарушений пищевого поведения у девочек подростков. В частности данное исследование посвящено основатеьному изучению закономерностей в разнице “Реального Я” и “Идеального Я”, особенностей самоотношения, чувства ценности собственного “Я” и качеств социальных ожиданий девочек подростков с нарушениями пищевого поведения ограничительного, эмоциогенного и экстернального типов. В статье предявлены полученные в ходе исследования закономерные данные.

Ключевые понятия: нарушения пищевого поведения, девочки подростки, социальные установки, самооценка, базовые убеждения, ирациональные установки.