

УДК 159.92

И.Е. Валитова¹, В.А Чемеревская²¹канд. психол. наук, доц., доц. каф. психологии развития
Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина²магистрант каф. психологии развития
Брестского государственного университета имени А.С. Пушкина**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ ПИТАНИЯ
У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

В статье обсуждаются проблемы питания у детей дошкольного и младшего школьного возраста, имеющие психологическую природу. Представлены результаты экспериментального исследования психологических проблем питания, с которыми чаще всего сталкиваются родители, а также видение этих проблем глазами ребенка. Описаны представления родителей (матерей) о значимости питания и пищи, об организации процесса принятия пищи детьми. Выявлены показатели организации процесса питания, которые являются значимыми для ребенка. Определены критерии, свидетельствующие о наличии психологических проблем питания у детей. Установлено, что проблемы питания у детей связаны с особенностями детско-родительских отношений.

Введение

В настоящее время все более актуальными становятся проблемы эмоционального благополучия детей как основы благоприятного развития личности [21]. В процессе обеспечения эмоционального благополучия немаловажную роль играет здоровое питание детей. Организация правильного здорового питания детей имеет не только медицинское значение как фактор сохранения здоровья каждого конкретного ребенка. Значение питания выходит далеко за пределы обеспечения жизнедеятельности организма, а питание и пища уже давно перестали существовать только для удовлетворения биологических потребностей человека. В современной социокультурной ситуации питание насыщено разными смыслами на биологическом, психологическом и социальном уровнях [6; 9; 15]. Все в большей степени оно является средством удовлетворения также и других потребностей, таких как потребность в общении, потребность в признании, потребность в принадлежности к определенной социальной группе и т.п.

Современное общество развивается стремительно, ускоряется темп жизни, и это приводит к тому, что изменяется отношение людей к процессу питания, ухудшается качество продуктов массового потребления, условия и рацион питания. Наблюдается тенденция пренебрежительного отношения к процессу принятия пищи, вымирает культура питания. Люди часто питаются «на ходу», употребляют вредную, жирную пищу, поэтому увеличивается число людей, имеющих лишний вес. С другой стороны, в современном обществе существует и другая тенденция: в общественном сознании укрепляется убеждение о связи жизненного успеха и худого тела [9; 11; 13; 16]. Поэтому возрастает число случаев различных нарушений пищевого поведения, среди которых наиболее известны анорексия и булимия. Кроме того, в последнее время многие люди стремятся перейти к правильному, здоровому питанию, что зачастую приводит к такому нарушению пищевого поведения, как нервная орторексия, характеризующаяся навязчивым стремлением к здоровому и правильному питанию, что существенно ограничивает выбор продуктов питания [13; 19; 20].

Нарушения питания в клинко-психологических исследованиях рассматриваются в контексте нарушений пищевого поведения. Под пищевым поведением понимается ценностное отношение к пище и ее приему, стереотип питания в обыденных условиях и в ситуации стресса, ориентация на образ собственного тела и деятельность по его формированию [19]. Пищевое поведение человека оценивается как гармоничное (адекват-

ное) или девиантное (неадекватное) на основе нескольких параметров, к которым, в частности, относятся место, занимаемое процессом приема пищи в иерархии ценностей индивида, количественные и качественные показатели питания, эстетические качества пищи и процесса питания. Существенно влияние этнокультуральных факторов на выработку стереотипов пищевого поведения, особенно в период стресса. Не теряет своей актуальности вопрос о связи питания с жизненными целями личности («есть, чтобы жить, или жить, чтобы есть»), рассматривается роль пищевого поведения для становления некоторых личностных характеристик (например, гостеприимность).

Нарушения пищевого поведения наблюдаются в большинстве случаев у молодых девушек и женщин. Однако в последнее время появились данные о том, что пищевые аддикции отмечаются уже в период подросткового возраста и даже младшего школьного возраста. В этой связи актуальной становится проблема профилактики нарушений пищевого поведения у детей, поэтому необходимо выявить факторы, определяющие особенности процесса питания у детей и его нарушений.

Важной особенностью питания детей является то, что оно осуществляется в процессе реализации детско-родительских отношений. Кроме вкусовых предпочтений детей, удовлетворения их физиологических потребностей, на сам процесс питания оказывают влияние взаимоотношения родителей и ребенка, роль ребенка в семье, а также представления родителей о правильном питании.

В процессе психического развития биологические функции организма (созревание организма) выполняют роль предпосылок развития. Но биологическое и соматическое созревание осуществляются в процессе социального взаимодействия, поэтому процесс созревания также приобретает и социальный характер. В.Ю. Коновалов рассматривает соматические функции как материальные средства психического развития [10], к которым относятся моторика, трофика, регенерация и иммунитет, так как эти средства обеспечивают энергетический потенциал, рост и дифференциацию организма, его стабильность. Социальные взаимодействия возникают с самого рождения ребенка, поэтому они обуславливают и формирование психосоматических отношений, то есть отношений между соматическим созреванием и психическим развитием ребенка.

Процесс питания – это один из инструментов, с помощью которого осуществляется взаимодействие родителей с ребенком. Проблематика детско-родительских отношений и их влияние на развитие ребенка неоднократно рассматривалась в работах отечественных и зарубежных психологов и психотерапевтов. Несмотря на то, что некоторые авторы (Ю.Ф. Антропов, Д.Н. Исаев, Э.Г. Эйдемиллер, В.В. Юстицкий и др.) описывают в своих работах психосоматические заболевания у детей, нарушение питания как психологическая проблема детей и ее связь с родительской позицией остается практически неизученной.

С самого раннего детства ребенка приучают к «правильному» осуществлению целого ряда функций, связанных с питанием и отправлениями. Как считает М.Я. Сандомирский [18], мать, добиваясь от ребенка контроля функций его организма путем соблюдения режима питания, награды и наказания, по сути дела создает совокупность «сопротивлений», порождающих конфигурацию «культурного тела», особый контур Я, не совпадающий с границами Я, очерченными природными преградами.

Процесс питания представляет собой отражение эмоциональных потребностей и душевного состояния человека. В начале жизни прием пищи – основная функция жизнедеятельности. Удовлетворение чувства голода вызывает ощущение защищенности и хорошего самочувствия, во время кормления ребенок ощущает устранение телесного неблагополучия. Установка матери к своему ребенку является решающей, и на это указывала представитель детского психоанализа М. Кляйн [8]. Если мать не обращается с любовью к ребенку, если она при кормлении в мыслях далека от него или спешит, это

может привести к появлению у ребенка агрессивности по отношению к ней. Эти агрессивные побуждения ребенок часто не может ни преодолеть, ни отреагировать на них, он может их лишь вытеснить, что приводит к амбивалентной установке ребенка к матери. С одной стороны, организм ребенка готов для приема пищи, но если ребенок бессознательно отвергает мать, это ведет к обратной нервной реакции, к спазмам, рвоте, что может быть первым психосоматическим проявлением более позднего невротического развития. Таким образом, прием пищи находится не только в тесной связи с потребностью в любовной заботе, он является также коммуникативным процессом. Это находит свое выражение в том, что приготовление и прием пищи предполагает регулярную работу других людей [12].

Известный представитель психосоматической медицины Ф. Александер [1] утверждает, что ни одна жизненная функция в ранние годы жизни не играет столь важной роли в эмоциональной сфере человека, как питание. Ребенок впервые испытывает избавление от телесного дискомфорта во время грудного кормления; таким образом, удовлетворение голода тесно связывается с ощущением комфорта и защищенности. Помимо ощущения защищенности, насыщение часто ассоциируется с ощущением того, что тебя любят. Для ребенка ситуация «быть накормленным» является эквивалентом ситуации «быть любимым» и означает фактически ощущение защищенности, связанное с насыщением.

По мнению Ж. Жерен, проблемы ребенка раннего возраста – это проблемы его родителей: «Детская психосоматика – это отражение психологических проблем матери, с которой ребенок связан неразрывной телесно-эмоциональной, эмпатической связью ... неосознанно отождествляя себя с матерью, ребенок, как в зеркале, отражает ее эмоциональный дискомфорт – только не во “взрослой”, словесно-опосредованной форме, а в “детской”, телесной» [23, с. 367]. Ф. Дольто полагает, что маленький ребенок способен брать на себя проблемы своих родителей, в то время как последние остаются внешне здоровыми. «Тело ребенка – язык, представляющий историю родителей» [5, с. 510].

Так как прием пищи является средством общения между матерью и ребенком, то большую роль играет способ организации процесса питания, эмоциональное состояние не только ребенка, но и родителей во время приема пищи. Как установлено Ю.В. Гречаник, во многих случаях отказ ребенка от еды является средством привлечения к себе внимания, средством манипуляции и способом получения желаемого [4]. Таким образом, нарушения процесса питания у детей имеют психологическую основу и связаны с особенностями родительского отношения к ребенку.

Проблема психологических аспектов питания у детей и факторы, их обуславливающие, до сих пор является открытой и актуальной. Поэтому мы определили *цель* нашего исследования: выявить содержание психологических проблем питания у детей дошкольного и младшего школьного возраста и определить связь этих проблем с родительским отношением.

Организация и методы исследования

Эмпирическое исследование было проведено на базе детских садов и средних школ г. Бреста. В исследовании приняли участие дети в возрасте от 5 до 10 лет и их родители. Выборка составила 160 человек (80 пар «родитель – ребенок»). В качестве родителей в исследовании выступали матери. Соотношение детей по возрастному признаку: 40 детей дошкольного возраста и 40 детей младшего школьного возраста; число мальчиков и девочек в каждой возрастной группе было одинаковым (по 20 детей).

На первом этапе нашего исследования проводилась работа с матерями, которым предлагалось три методики:

1. Опросник PARI, адаптированный Т.В. Нещерет [17]; он направлен на выявление отношения родителей (матерей) к разным сторонам семейной жизни (семейной роли).

2. Методика «Незаконченные предложения», целью которой было выявление представлений родителей о питании и значении процесса питания для родителей. Набор предложений был составлен нами: «Питание – это...»; «Полноценная еда – это...»; «Правильное питание – это...»; «Ребенок должен...»; «Ребёнок имеет право...»; «Ребёнок питается полноценно, если...»; «Ребёнок ест плохо, когда...»; «Ребёнок ест хорошо, когда...»; «Я согласна с тем, что...»; «Я беспокоюсь, что мой ребёнок...»; «Если ребёнок плохо ест, надо...».

3. Составленная нами анкета направлена на выявление проблем питания детей, с которыми сталкиваются родители. Примерный перечень вопросов анкеты: «Какой аппетит у Вашего ребенка (нормальный, повышенный, пониженный)?»; «Какие блюда (продукты) любит Ваш ребенок?»; «Какой аппетит у Вашего ребенка в детском саду (школе)?»; «Какой аппетит у Вашего ребенка в гостях?»; «Какой аппетит у Вашего ребенка, когда он у бабушки (или у других родственников)?»; «Бывают ли у Вашего ребенка периоды пониженного аппетита?»; «Бывают ли у Вашего ребенка периоды повышенного аппетита?»; «Если ребенок отказывается от еды, что Вы делаете?»; «Используете ли Вы еду в качестве наказания/поощрения?»; «Что Вы делаете, чтобы побудить ребенка съесть то, что Вы приготовили?».

На втором этапе велась работа с детьми, которым предлагались три методики:

1. Для выявления психологических проблем питания глазами ребенка использовалась проективная методика, которая является модификацией проективной методики САТ, адаптированной для детей дошкольного возраста Н.С. Бурлаковой и В.И. Олешкевич [3]. Нами было использовано восемь картинок, на которых изображен процесс питания детей и взрослых в разных условиях. Дети должны были придумать рассказ по картинке, после чего им задавались дополнительные и уточняющие вопросы с целью получения информации о представлениях детей относительно питания: «Расскажи, кто изображен на картинке? А давай его как-то назовем. Что он делает? Почему? Как ты думаешь, о чем он сейчас думает? Что ему нравится (не нравится)? Он хочет есть или не хочет? Почему он не хочет (хочет) есть? Давай представим, что ему предложили какое-то другое блюдо. Как ты думаешь, он бы захотел кушать? Что ему должны были для этого предложить? Что ему должны были предложить для того, чтобы он совсем не захотел кушать? Почему?».

Вопросы для картинок с изображением детей в детском саду (школьной столовой): «Представь, что в детский сад (школу) прилетел добрый волшебник и сказал, что можно убрать из меню любое блюдо. Что бы ты убрал? Что бы ты добавил?».

Дополнительные вопросы для картинок, где ребенка кормят: «Почему мама (папа) его кормит? Почему он не ест сам? А если бы мама его не кормила, что тогда бы было?».

2. Методика «Незаконченные предложения» и беседа, в ходе которой определялись вкусовые предпочтения ребенка, наиболее привлекательные для приема пищи условия и т.д. Набор предложений и вопросов для беседы разработан нами: «Какие блюда ты любишь?»; «Какие блюда ты не любишь?»; «Где тебе больше всего нравится кушать? Почему?»; «Где тебе меньше всего нравится кушать? Почему?».

Неоконченные предложения для детей: «Когда мы садимся за стол, ...»; «Когда я ем, моя мама...»; «Когда я ем, мой папа...»; «Если я не хочу есть, то...»; «Если я не доел до конца, то...»; «Когда я остаюсь у бабушки, то я кушаю...»; «Чаще всего я получаю сладкое, когда...»; «Я больше всего люблю кушать, когда я...»; «Когда я ем, я не люблю...»; «Я встаю из-за стола, когда...»; «Мне запрещают кушать, ...»; «Если мы опаздываем и не успеваем поесть, то...»; «Чаще всего я ем с...».

Последовательность предъявления методик испытуемым совпадала с последовательностью их описания выше, так как это обеспечивало достоверность и надежность информации, полученной с помощью проективных методов.

Результаты исследования и их обсуждение

С помощью теста «PARI» нам удалось выделить 4 вида отношения родителей к ребенку. Для большинства родителей характерны негармоничные отношения, причем чаще встречаются негармоничные отношения выше нормы (30%), для которых характерна гиперопека, повышенная конфликтность, раздражительность. Негармоничные отношения ниже нормы характерны для 12% родителей и выражаются в безразличии к интересам ребенка, его взглядам, мечтам, к его жизни в целом. Для 26% матерей характерны негармоничные смешанные отношения, которые отличаются от других видов отношений тем, что такие родители непоследовательны в своем отношении и поведении. И только у $\frac{1}{3}$ родителей наблюдаются гармоничные отношения в пределах нормы, такие родители относятся к «золотой середине».

Методика «Незаконченные предложения», которая была предложена родителям, позволила выявить, что родители имеют довольно стереотипные представления о питании. Подавляющее большинство родителей (89%) не учитывают в процессе питания психологических аспектов (настроение ребенка, его психологическое состояние, самочувствие), не знают о существовании психологических факторов нарушения питания, сводя этот процесс к удовлетворению физиологических потребностей ребенка. Для них питание связано в первую очередь с жизнью, с энергией, со здоровьем, с комплексом белков, жиров и углеводов. Следовательно, они не могут их учитывать при организации процесса еды. В тех случаях, когда ребенок плохо ест, $\frac{1}{3}$ часть родителей ищет причину этого, еще $\frac{1}{3}$ часть родителей обращается к врачу, проверяет здоровье ребенка. 13% родителей тем или иным способом стараются заинтересовать, уговорить, простимулировать или заставить ребенка хорошо питаться.

Мы можем предположить, что явных органических факторов снижения или повышения аппетита у этих детей не отмечается. Тот факт, что только 12% родителей среди причин снижения или повышения аппетита назвали психологические особенности детей (плохое или хорошее настроение, плохой сон), свидетельствует, что большинство мам не знают о существовании психологических факторов нарушения питания, следовательно, они не могут их учитывать при организации процесса еды.

Подавляющее большинство родителей считают, что у детей бывают периоды повышенного аппетита. В качестве основных причин они называют нахождение ребенка на природе, на даче, после прогулок, когда ребенок набегался, наигрался, напрыгался, когда хорошо сервирован стол, приготовлено вкусное блюдо, когда хорошее настроение, когда ребенок голоден. Однако 26% родителей считают, что у их ребенка не бывает периодов снижения аппетита (свидетельствует о том, что родители не знают и даже не подозревают о существовании психологических факторов нарушения питания).

Любимое блюдо своего ребенка знают $\frac{2}{3}$ матерей. Однако есть и такие, которые не знают о вкусовых предпочтениях ребенка. Такие мамы не учитывают желаний ребенка, его вкусовых предпочтений в силу того, что они просто не знают о них. 88% родителей знают, что нельзя наказывать ребенка едой, однако в качестве поощрения все же большинство (52%) их используют. Таким образом, еда является средством воздействия на ребенка. За хорошее поведение, хороший поступок, хорошую учебу младших школьников родители чаще всего поощряют детей сладким.

С помощью методики «Незаконченные предложения», проведенной с детьми, нам удалось определить особенности аппетита у детей в зависимости от условий приема пищи. Большинство детей (46%) любят есть дома, в ресторане или кафе (30%),

что обусловлено тем, что там много сладостей и блюд, которые дети любят. Вызывает тревогу желание детей, особенно младших школьников (15%), есть за компьютером.

Часть детей не любят есть в детском саду (20%) и школе (45%), что объясняется ими так: там «не вкусно», «дают то, что я не люблю». Для родителей, чьи дети не любят есть дома (12,5%), характерна высокая требовательность к ребенку, желание накормить его, заставить съесть то, что он не желает. Как следствие этого, ребенок выбирает условия, в которых к нему не предъявляют никаких требований, где он может смотреть мультики или играть во время приема пищи. Для таких семей характерны негармоничные отношения родителей с ребенком. В то же время лучше всего ребенок ест, по мнению родителей, у бабушки. Объяснить это можно исходя из ответов самих детей, которые отмечают привлекательность бабушкиного дома для еды, потому что «там чисто и красиво», «это мое любимое самое», «вкусно готовит», «дает сладости». Отсюда можно сделать вывод о том, что бабушки больше ориентированы на желания детей, покупают те продукты, которые дома ребенок получает в ограниченном количестве, в меньшей степени настаивают на выполнении правил этикета, меньше контролируют процесс питания. Возможность проявить самостоятельность, уйти от контроля взрослых – важный фактор для предпочтения детьми тех или иных условий приема пищи.

Более половины родителей (56%), по их словам, не заставляют ребенка есть. Однако остальные 44% уговаривают детей, «нагуливают» аппетит, включают мультики, отвлекают разговорами, сказками, предлагают другое блюдо, ведут в ресторан. В данной ситуации ребенок не фиксирует процесс насыщения, что в будущем может привести к психологическим нарушениям питания. Интересен ответ одной мамы, которая говорит, что иногда она заставляет ребенка есть, а иногда нет. Это демонстрирует непоследовательность в тактике поведения мамы, что в дальнейшем может сформировать у ребенка представление о том, что мамой можно манипулировать посредством еды.

Вопрос об использовании еды в качестве наказания/вознаграждения достаточно актуален, поскольку случаи использования привлекательной для ребенка пищи с целью добиться от него желаемого поведения встречаются очень часто. При этом еда является действующим средством манипуляции не только со стороны родителей, но и со стороны детей. Родители покупают ребенку сладости, чтобы заставить его вести себя нужным им образом, а ребенок быстро начинает понимать, что криками, плачем, истериками в общественном месте он почти всегда может рассчитывать на получение желаемого. Только 12% родителей ответили, что они используют еду в качестве наказания: дают большую порцию или лишают сладкого, используют еду в качестве наказания за плохое поведение. Для этих родителей характерны негармоничный ниже нормы и негармоничный выше нормы стили воспитания. В то же время 46% мам используют еду в качестве вознаграждения. Они поощряют детей сладким за хорошее поведение, хороший поступок, хорошую учебу (в случаях с младшими школьниками), за то, что ребенок ее слушается. Кроме того, интересны ответы двух мам, которые используют еду в качестве поощрения во время болезни и для поднятия настроения у ребенка. Некоторые мамы используют эту стратегию для контроля над питанием ребенка (если ребенок все съест, что она мама, то в качестве награды он получает свое любимое блюдо).

Результаты опроса детей с помощью методики САТ показали, что дошкольники при описании картинок не уделяли внимания психологическим аспектам, объясняющим поведение ребенка, говорили, что он просто «не хочет есть», «не голоден», в то время как большая часть младших школьников указывали на психологические аспекты, называя причину нежелания есть тем, что он «расстроен», «обижен», «у него плохое настроение», «он грустит» и т.д.

В ходе проведения исследования были выявлены 6 детей с избыточным весом. Оказалось, что для всех семей с такими детьми характерны негармоничные отношения,

так как определяется значимая корреляционная связь между повышенным весом ребенка и типом отношения родителей к нему. Только половина родителей этих детей считают вес своего ребенка избыточным, что свидетельствует о том, что некоторые родители даже не задумываются и не осознают, что перекармливают ребенка, тем самым замещая с помощью еды недостатки своей любви и внимания.

Анализ ответов детей по всем картинкам позволил определить показатели, которые являются значимыми для ребенка в процессе питания.

К первой категории показателей можно причислить *отношение детей к еде*: «нравится», «вкусная», «ням-ням», «хочет кушать», «не хочет кушать», «любит», «не любит», «ее вырывает» и т.д. На картинках, где ребенок с радостью кушает, практически все дети отмечают свое положительное отношение к еде. На картинках, где ребенок не хочет кушать, абсолютное большинство детей (90%) также отмечают свое негативное отношение к принятию пищи.

Второй важной категорией для многих детей (70%) оказалось *самообслуживание и самостоятельность в процессе кормления*. В своих рассказах дети уделяли внимание тому, что они уже взрослые и в процессе питания им не нужна помощь взрослого: «не люблю, когда кормят», «сама сделаю», «приготовлю другое блюдо», «не хочет, потому что кормят», «меня не кормят», «не хочет, потому что ее кормят» и т.д.

Третья категория, которую нам удалось выделить, – это *принудительное кормление ребенка* (ответы 75% детей). Родители, в особенности мамы, заставляют есть, кормят, а если ребенок отказывается от еды, ругают за то, что ребенок не хочет кушать, наказывают.

Проанализировав рассказы детей, мы выбрали те характеристики, которые свидетельствуют о наличии психологических проблем питания: негативное отношение к пище (еда не нравится, не хочет кушать, вырывает, плохая еда и т.д.), применение родительских санкций по отношению к ребенку (взрослый накажет, заставит есть, оставит голодным, будут кормить и т.д.), негативная реакция ребенка на применение родителями санкций, избегание процесса принятия пищи, кормления с помощью обмана и контроль взрослых за процессом питания ребенка, негативное отношение детей к такому контролю со стороны родителей.

Для выявления взаимосвязи между родительским отношением к ребенку и психологическими проблемами питания у дошкольников были проанализированы типы отношений, характерные для каждой семьи и психологические нарушения питания у детей. В результате исследования мы выделили 3 группы детей, в зависимости от степени выраженности нарушений питания. Критериями наличия психологических проблем питания являлись: негативное отношение ребенка к приему пищи, к еде; избегание ребенком процесса принятия пищи с помощью обмана; нежелание ребенка есть дома; применение родителями санкций к ребенку; негативная реакция ребенка на применение родителями санкций; контроль взрослых за процессом питания ребенка; повышенный вес ребенка.

К первой группе детей мы отнесли тех, у кого явно наблюдались нарушения питания (30 детей). Ко второй группе мы отнесли тех детей, у которых не было выявлено ни одного из этих критериев (24 ребенка). Третью группу (26 детей) составили дети, которые заняли промежуточное положение, так как у них наблюдались отдельные критерии психологических проблем питания. Для сравнения мы брали 2 группы детей: группу, в которой наблюдаются проблемы питания, и группу, где у детей отсутствуют проблемы питания (таблица).

Таблица. – Связь проблем питания у детей и родительским отношением к ребенку

Тип детско-родительских отношений	Наличие проблем питания			Отсутствие проблем питания		
	Кол-во детей / %			Кол-во детей / %		
	ДВ	МШВ	Всего	ДВ	МШВ	Всего
Гармоничные	1/3	2/7	3/10	8/33,5	8/33,5	16/67
Негармоничные выше нормы	8/27	3/10	11/37	2/8,5	2/8,5	4/17
Негармоничные ниже нормы	2/6	3/10	5/16	2/8	0/0	2/8
Негармоничные смешанные	6/20	5/17	11/37	0/0	2/8	2/8
Итого	17/43	13/57	30/100	12/50	12/50	24/100

Примечание: ДВ – дошкольный возраст, МШВ – младший школьный возраст.

Различия между группами статистически значимы по критерию χ -квадрат:

χ -квадрат эмп. = 25,5; χ -квадрат крит. = 16,26 при $p = 0,001$.

Для подавляющего большинства семей (90%) с детьми, у которых наблюдаются нарушения питания, характерны негармоничные отношения, причем чаще всего это негармоничные отношения выше нормы и негармоничные смешанные отношения. В то же время для большинства семей (67%), в которых психологические проблемы питания у детей не наблюдаются, характерны гармоничные отношения. Это свидетельствует о том, что тип семейного воспитания связан с наличием у детей психологических проблем питания. Однако для небольшой части таких семей характерны негармоничные отношения, что свидетельствует о том, что нарушения внутрисемейных отношений не всегда связаны с наличием психологических проблем у ребенка.

При сопоставлении результатов, полученных от детей и от родителей, мы выявили взаимосвязь психологических проблем питания у детей и типа отношения родителей к ребенку. Практически во всех семьях, где ребенка перекармливают, предъявляют к нему много требований, заставляют есть, насильно кормят, где еда воспринимается ребенком как наказание, обнаруживаются негармоничные детско-родительские отношения. Таким образом, можно сказать, что в большинстве семей с негармоничным типом отношений практически у всех детей наблюдаются нарушения процесса питания. Это подтверждает данные о том, что родительская позиция по отношению к ребенку проявляется в процессе питания дошкольников и младших школьников.

Представленные результаты позволяют нам сделать следующие выводы.

1. Анализ рассказов детей позволил выделить характеристики, которые свидетельствуют о наличии психологических проблем питания: негативное отношение к пище, применение родительских санкций по отношению к ребенку, негативная реакция ребенка на применение родителями санкций, избегание процесса принятия пищи. Значимыми для ребенка в процессе питания являются: положительное или отрицательное отношение к еде, самообслуживание и самостоятельность в процессе кормления, принудительное кормление ребенка.

2. При сравнении данных, полученных от дошкольников и младших школьников, мы выделили некоторые различия. В отличие от дошкольников младшие школьники в процессе питания учитывают психологические аспекты: внутреннее состояние, самочувствие, настроение. Кроме того, родители поощряют младших школьников сладким за хорошую учебу, чего не наблюдается у родителей дошкольников.

3. В ходе исследования мы выявили особенности отношения родителей к ребенку. Только для 33% родителей характерны гармоничные отношения с детьми в пределах нормы. Несмотря на то, что родители уделяют пристальное внимание процессу питания их детей, многие из них не знают вкусовых предпочтений своих детей, использу-

ют еду в качестве поощрения и наказания, тем самым стимулируя ребенка есть то, что «приготовили мамы».

4. Были выявлены особенности проявления аппетита ребенка в зависимости от условий приема пищи. Чаще всего родители сталкиваются с проблемами питания ребенка в детском саду, школе и в гостях. Однако есть и такие дети, которые не любят есть дома, так как родители предъявляют к ним много требований, заставляют есть. Как следствие этого, ребенок выбирает условия, в которых к нему не предъявляют никаких требований, где он может смотреть мультфильмы или играть во время приема пищи. Мамы часто сталкиваются с нежеланием ребенка кушать какое-то блюдо и по-разному на это реагируют. Одни родители дают ребенку свободу выбора, учитывают его желания и физиологические потребности, другие заставляют, наказывают ребенка, что говорит о том, что они не учитывают мнение и желание ребенка, а стремятся всеми способами накормить ребенка, тем самым реализовав себя как успешного родителя. С другой стороны, многие родители знают, что нельзя наказывать ребенка едой, однако в качестве поощрения большинство из них используют еду, то есть еда является средством воздействия на ребенка. Родители поощряют детей за хорошее поведение, хороший поступок, хорошую учебу младших школьников, и чаще всего сладким.

5. Большинство родителей имеют стереотипные представления о питании, они не учитывают в процессе питания психологические аспекты, не знают о существовании психологических факторов нарушения питания, сводя этот процесс к удовлетворению физиологических потребностей ребенка. Следовательно, они не могут учитывать психологические аспекты при организации процесса еды.

6. В результате исследования было выявлено, что у 90% семей с негармоничным типом отношений наблюдаются психологические проблемы питания у детей: повышенный вес, нежелание кушать дома, обман родителей по поводу питания, негативное отношение к приему пищи, использование детьми еды в качестве манипуляции.

Заключение

Научная новизна представленного в статье исследования заключается в том, что психологические аспекты проблемы питания в дошкольном и младшем школьном возрасте получили содержательное наполнение. Мы полагаем, что нарушения пищевого поведения могут возникать на любом этапе возрастного развития ребенка, являясь преходящими симптомами нарушений эмоционального благополучия, когда пища и питание становится для ребенка средством и способом решения возникающих у него психологических проблем, в том числе проблемных отношений с родителями. В процессе воспитания детей питание и определенные виды пищи используются родителями в воспитательных целях как средство обеспечения необходимого режима питания, послушания ребенка, контроля за его поведением. Постепенно ребенок начинает понимать, что пища может удовлетворять его разные потребности, а не только служить средством насыщения.

Со временем процесс использования пищи и процесса питания как средства решения возникающих психологических проблем может приобретать болезненные формы, что проявляется в клинических вариантах нарушений пищевого поведения. Таким образом, психологические проблемы питания у детей могут выступать в качестве предпосылок возникновения клинически оформленных вариантов пищевых аддикций в более старшем возрасте.

Практическая значимость исследования состоит в том, что разработанные авторские методики могут использоваться в дальнейших исследованиях психологических проблем питания у детей. Представленные результаты и выводы могут служить основанием для дальнейших исследований как феноменов психологических проблем питания,

так и нарушений детско-родительских отношений, которые обнаруживаются при организации процессов питания детей. Полученные данные убедительно доказывают, что в дошкольном и младшем школьном возрасте обнаруживаются психологические проблемы питания у детей, которые могут в будущем перерасти в нарушения пищевого поведения, трудно поддающиеся коррекции и лечению. Поэтому актуальной практической задачей является разработка профилактических программ для работы с родителями по предупреждению психологических проблем питания у детей.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Александер, Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и практическое применение / Ф. Александер. – М. : ЭКСМО-Пресс, 2002. – 352 с.
2. Антропов, Ю. Ф. Психосоматические расстройства у детей и подростков (клиника, динамика и дифференцированное лечение) [Электронный ресурс] / Ю. Ф. Антропов. – Режим доступа: <http://www.psychiatry.ru/diss/1999/60>. – Дата доступа: 15.03.2015.
3. Бурлакова, Н. С. Проективные методы: теория, практика применения к исследованию личности ребенка / Н. С. Бурлакова, В. И. Олешкевич. – М. : Ин-т общегуманитарных исследований, 2001. – 181 с.
4. Гречаник, Ю. В. Психологические проблемы питания у детей / Ю. В. Гречаник // Психолог в детском саду. – 2008. – № 1. – С. 68–85.
5. Дольто, Ф. На стороне ребенка : пер. с франц. / Ф. Дольто. – М. : Аграф, 1997. – 528 с.
6. Евсегнеев, Р. А. Психиатрия для врача общей практики / Р. А. Евсегнеев. – Минск : Беларусь, 2001. – 426 с.
7. Исаев, Д. Н. Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические расстройства у детей / Д. Н. Исаев. – СПб. : Речь, 2005. – 400 с.
8. Кляйн, М. Некоторые теоретические выводы, касающиеся эмоциональной жизни ребенка / М. Кляйн // Психоанализ в развитии / сост. А. П. Поршенко, И. Ю. Романов. – Екатеринбург : Деловая книга, 1998. – С. 59–107.
9. Коннер, М. Социальная психология пищи / М. Коннер, Дж. Армитейдж. – Харьков : Гуманитарный Центр, 2012. – 263 с.
10. Коновалов, В. Ю. Социальные проблемы психосоматического развития у детей / В. Ю. Коновалов // Журн. прикладной психологии. Медицинская психология. – 2004. – № 3. – С. 46–50.
11. Краснопёрова, Н. Ю. Пищевая аддикция и нарушение пищевого поведения: современный взгляд на проблему [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.sleep.altnet.ru/articles/p_addik.htm. – Дата доступа: 14.05.2015.
12. Малкина-Пых, И. Г. Терапия пищевого поведения : справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2007. – 1037 с.
13. Менделевич, В. Д. Руководство по аддиктологии. / В. Д. Менделевич. – СПб. : Речь, 2007. – 768 с.
14. Микиртумов, Б. Е. Клиническая психиатрия раннего детского возраста / Б. Е. Микиртумов, А. Г. Кощавцев, С. В. Гречаный. – СПб. : Питер, 2001. – 256 с.
15. Николаева, Н. О. История и современное состояние исследований нарушений пищевого поведения (культурные и психологические аспекты) [Электронный ресурс] / Н. О. Николаева // Клиническая и специальная психология. – 2012. – № 1. – Режим доступа: <http://psyjournals.ru/psyclin>. – Дата доступа: 30.03.2013.
16. Пономарева, Л. Г. Современные представления о расстройствах пищевого поведения / Л. Г. Пономарева // Молодой ученый. – 2010. – № 10 (21). – С. 274–277.

17. Психологические тесты / под ред. А. А. Карелина. – М., 2001. – Т. 2. – 312 с.
18. Сандомирский, М. Е. Психосоматика и телесная психотерапия : практ. руководство / М. Е. Сандомирский. – М. : Класс, 2005. – 592 с.
19. Скугаревский, О. А. Нарушения пищевого поведения : монография / О. А. Скугаревский. – Минск : БГМУ, 2007. – 338 с.
20. Фролова, Ю. Г. Социальные факторы формирования негативного образа тела / Ю. Г. Фролова, О. А. Скугаревский // Социология. – 2004. – № 2. – С. 61–68.
21. Шматкова, И. В. Условия обеспечения эмоционального благополучия детей раннего возраста / И. В. Шматкова // Психогенеза особистості: норма і девіація : матеріали VIII Міжнар. наук.-практ. конф., Луцьк, 15–17 жовт. 2012 р. / Східноєвропейський нац. ун-т імені Лесі Українки ; за заг. ред. Я. О. Гошовського [та ін.]. – Луцьк, 2012. – С. 269–277.
22. Эйдемиллер, Э. Г. Психология и психотерапия семьи / Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкис. – СПб. : Питер, 1999. – 656 с.
23. Rossant, L. L'alimentation du nourrisson / L. Rossant. – Paris : Archives françaises de Pédiatrie, 1982. – 125 с.

Рукапіс паступіў у рэдакцыю 28.09.2015

Valitova I.E., Chemerevskaya V.A. The Psychological Problems of Nutrition of Children in Pre-school and Junior School Age

The article discusses the problems of nutrition in children of preschool and primary school age having psychological nature. The results of empirical study of psychological problems of nutrition, with which parents encounter, are presented, as well as children's presentations of these issues. The conceptions of parents (mothers) about the importance of nutrition and food, about the organization of the process of children's eating are described. The indices of eating process organization that are meaningful for a child are revealed. The criteria indicating the presence.