УДК 159

Кравчук О.В.

магистрант группы 15ПМ-301

направление подготовки 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Челябинский государственный университет

(г. Челябинск, Россия)

Трушина И.А.

кандидат педагогических наук, доцент

кафедра общей и профессиональной педагогики

Челябинский государственный университет

(г. Челябинск, Россия)

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ И ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗА ТЕЛА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Аннотация: *статья посвящена исследованию проблемы образа тела подростков. В исследовании было выявлено, что особенности формирования образа тела у старшеклассников в большей степени связаны с тем, как они оценивают свои функциональные и социальные параметры в сравнении с остальными людьми, а также с личностной значимостью данных характеристик.*

Ключевые слова: *образ тела, старшеклассник, самовосприятие, самооценка, социальное сравнение, личностная значимость.*

Введение.

Актуальность исследования связана с тем, что психофизиологические преобразования организма в пубертатный период провоцируют значительные изменения внешнего облика, вызывая особую обеспокоенность среди подростков. Проблема исследования связана с тем, что психологические исследования последних лет убедительно доказывают существование прямой корреляции между восприятием телесного образа подростками и уровнем их психосоциальной адаптации. Современная медиакультура, наполненная нереалистичными стандартами красоты, создает условия, при которых несоответствие собственного тела навязанным идеалам, провоцирует развитие деструктивных поведенческих паттернов у молодежи.

Основная часть.

Проблема образа тела в подростковом и юношеском возрасте занимает значимое место в современной психологической и педагогической науке. Е. О. Ермолова рассматривает образ тела как важный компонент внутренней структуры личности современного подростка и подчеркивает его связь с психологическими границами личности, особенностями самовосприятия и переживания собственного «Я» [1]. В совместной работе Е.О. Ермоловой и С.А. Ермолова показано, что особенности телесного самовосприятия в старшем подростковом возрасте также соотносятся с гендерной идентичностью и спецификой личностных границ [2]. Е.О. Ермолова и А.И. Меер отмечают, что образ физического «Я» необходимо рассматривать как значимую часть общей «Я-концепции» [3].

В эмпирическом исследовании были использованы следующие методики: методика «Самооценка внешнего облика» В.А. Лабунской [4, 5], методика исследования самоотношения к образу физического «Я» А.Г. Черкашиной [6], тест «Рисунок человека» К. Маховер [7].

В исследовании приняли участие 54 подростка в возрасте 13-15 лет, из них 25 юношей и 29 девушек.

На рисунке 1 представлены результаты диагностики по методике самооценки внешнего облика В.А. Лабунской.

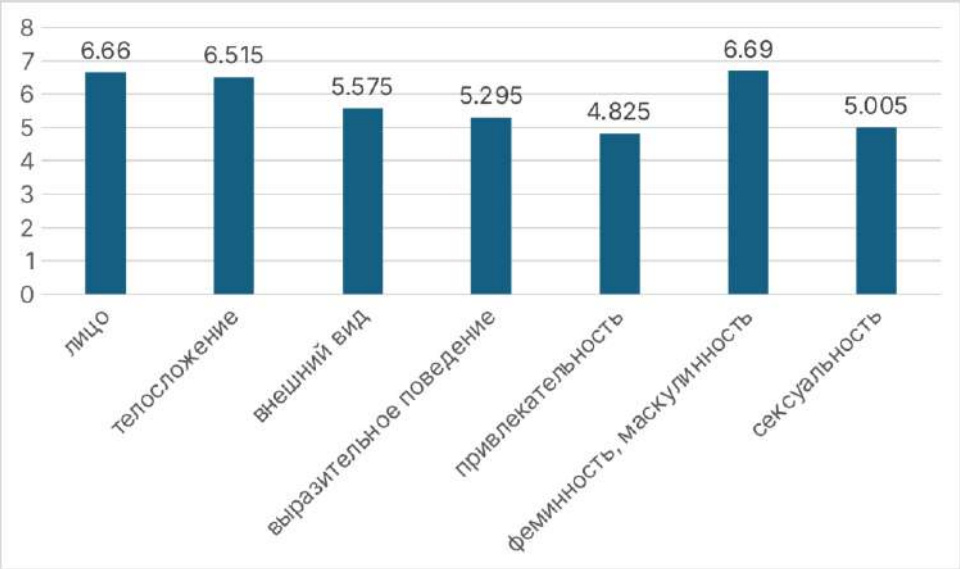


Рис. 1. Показатели самооценки внешнего облика
по методике В.А. Лабунской в целом по выборке (ср. знач.)

По итогам проведенной диагностики в соответствии с данной методикой было определено, что по шкалам «лицо», «телосложение» и «феминность, у старшеклассников были выявлены наибольшие средние значения.

Результаты исследования особенностей отношения к образу физического «Я» по методике А.Г. Черкашиной представлены на рисунке 2.

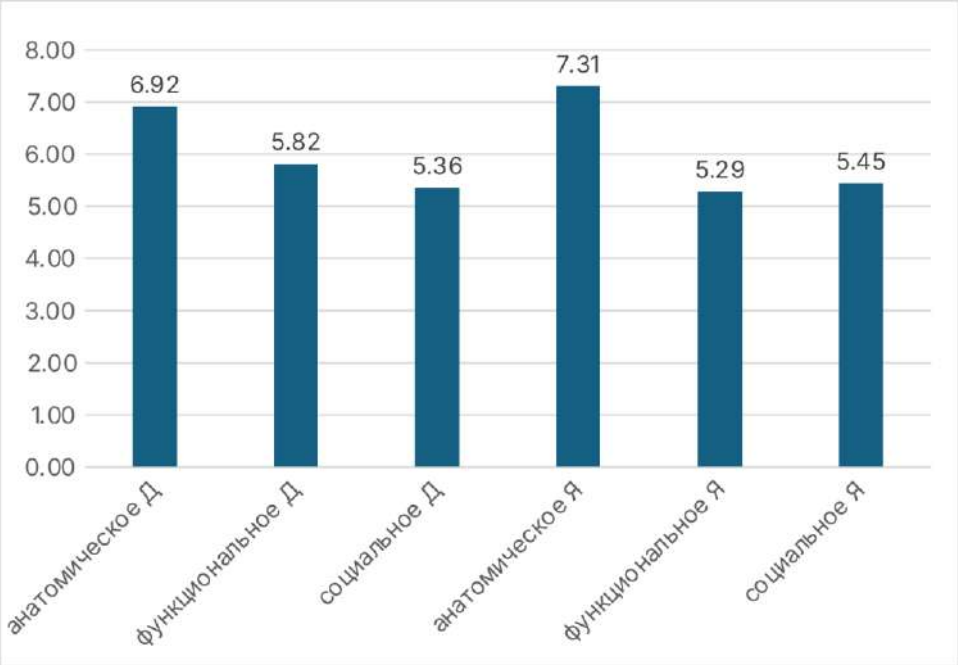


Рис. 2. Особенности отношения к образу физического «Я» в двух выборках по методике А.Г. Черкашиной (ср. знач.)

В соответствии с проведенной диагностикой было определено, что наибольшие средние значения были выявлены по анатомическому Я и анатомическому Д.

По итогам анализа рисунков человека, которые были созданы респондентами, было определено, что у респондентов с позитивным отношением к телу рисунки были созданы достаточно полными и детализированными. Большинство респондентов изобразили человека того же пола, что и они сами. Фигуры человека были размещены по центру листа, были равномерно помещены на листке. Не было случаев стирания или исправления. Человек, как правило, смотрел прямо, либо немного в сторону. Зачастую это был спортсмен, игрок или супергерой, герой тех или иных компьютерных игр у юношей, либо актриса, знаменитость у девушек.

Примерно половина респондентов с негативным отношением к телу, изобразила человека другого пола, либо пол было невозможно определить по тем или иным признакам. Рисунки были довольно схематичными: наиболее часто существовали разрывы между головой и остальной частью тела, между туловищем и руками, ногами. Довольно часто встречались случаи схематичного и приблизительного изображения человека с условными деталями (черточка для обозначения носа, две точки для обозначения глаз). Примерно треть респондентов затруднилась в объяснении рода занятости человека, его характера и отличительных особенностей.

Для подтверждения гипотезы о том, что формирование образа тела подростков происходит под воздействием самооценки и самоотношения к образу физического Я, был проведен корреляционный анализ (коэффициент ранговой корреляции Спирмена). Было определено, что оценки функционального физического Я в сравнении с другими людьми коррелируют у подростков с позитивной оценкой собственной сексуальности. Оценки социального Я в сравнении с другими людьми коррелируют с оценкой внешнего вида, выразительного поведения, привлекательности, сексуальности. Оценки функционального Я коррелируют с оценкой внешнего вида, привлекательности и сексуальности.

Это означает, что особенности формирования образа тела у старшеклассников в большей степени связаны с тем, как они оценивают свои функциональные и социальные параметры в сравнении с остальными людьми, а также какое личностное отношение имеют к оценке своих функциональных и социальных характеристик. Высокие оценки по данным показателям позволяют подросткам высоко оценивать такие свои параметры внешнего облика, как оформленность внешнего вида, выразительность поведения, привлекательность для противоположного пола, а также сексуальность.

Заключение.

По итогам проведенного исследования были выявлены следующие особенности формирования образа тела у старшеклассников:

1. Позитивное отношение к телу в большей степени связано с тем, как подростки оценивают свои функциональные и социальные параметры в сравнении с остальными людьми, а также с личностной значимостью данных характеристик.

2. Высокие оценки по данным показателям позволяют подросткам высоко оценивать такие свои параметры внешнего облика, как оформленность внешнего вида, выразительность поведения, привлекательность для противоположного пола, а также сексуальность.

3. Респонденты с позитивным отношением к телу демонстрируют более детализированные и полные рисунки человека (тест К. Маховер), что свидетельствует о нормативном развитии и сформированности гендерной идентичности.

На основе выявленных особенностей были сформулированы рекомендации. Формирование позитивного образа тела у старшеклассников требует комплексного подхода, включающего несколько ключевых направлений:

1. Психологические практики, направленные на развитие самопринятия, объединяют медитативные техники и методы управления негативными установками.

2. Образовательная среда должна демонстрировать многообразие телесных характеристик через специализированные программы, формирующие уважительное отношение к индивидуальным особенностям внешности.

3. Организованные группы взаимной поддержки создают безопасное пространство для обмена личным опытом между учащимися.

4. Родительское принятие выступает фундаментальным фактором становления здоровой самооценки подростка.

5. Психолого-педагогическое сопровождение предполагает регулярное проведение консультативных мероприятий для семей учащихся по вопросам формирования адекватного восприятия телесности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Ермолова Е.О. Образ тела и психологические границы личности современного подростка // Развитие человека в современном мире. 2022. № 2. С. 27–41
2. Ермолова Е.О., Ермолов С.А. К вопросу о гендерной идентичности и психологических границах личности в старшем подростковом возрасте // Социокультурные проблемы современного человека: сборник материалов VI международной научно-практической конференции: в 2 ч. / под ред. О.А. Шамшиковой, Ю.М. Перевозкиной, Н.Я. Большуновой. Новосибирск: Изд-во НГПУ, 2019. Ч. 1. С. 36–44
3. Ермолова Е.О., Меер А.И. Теоретические представления об образе физического «Я» в структуре «Я-концепции» у подростков и взрослых // Развитие человека в современном мире. 2021. № 3. С. 50–57
4. Лабунская В.А. Проблема удовлетворенности внешним обликом: субъектный подход // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2014. Т. 20. С. 3851–3855
5. Социальная психология внешнего облика: теоретические подходы и эмпирические исследования: коллективная монография / под науч. ред. В.А. Лабунской, Г.В. Серикова, Т.А. Шкурко. Ростов-на-Дону: Мини-Тайп, 2019. 456 с.
6. Черкашина А.Г. Методика исследования самоотношения к образу физического «Я» // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия «Психология». 2008. № 2 (4). С. 71–88

7. Machover S. Cultural and Racial Variations in Patterns of Intellect. New York: Teachers College, Columbia University, 1943. (Contributions to Education, No. 875) https://doi.org/10.1177/016146814304500110

Kravchuk O.V.
master's degree student, group 15PM-301
field of study 44.04.02 «Psychological and Pedagogical Education»
Chelyabinsk State University
(Chelyabinsk, Russia)

Trushina I.A.
PhD in Education, Associate Professor
Department of General and Professional Pedagogy
Chelyabinsk State University
(Chelyabinsk, Russia)

FEATURES OF BODY IMAGE PERCEPTION AND FORMATION IN ADOLESCENCE

Abstract: *this article examines adolescent body image. The study found that body image formation among high school students is primarily associated with how they evaluate their functional and social characteristics relative to others, as well as with the personal significance of these characteristics.*

Keywords: *body image, high school student, self-perception, self-esteem, social comparison, personal significance.*