

УДК 159.9

СТРУКТУРА Я-ТІЛЕСНОГО У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

аспірант кафедри практичної психології Я.О. Василенко,

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди,
м. Харків

У статті розглянуто структура та психологічні особливості Я-тілесного у підлітковому віці. Подані результати факторного аналізу особливостей сприйняття, самооцінки тіла та ставлення підлітків до нього. Визначено зв'язок структури Я-тілесного з ранніми дитячими рішеннями, самоставленням та самооцінкою різних частин тіла та його характеристик.

У роботі показано, структура Я-тілесного у підлітковому віці є амбівалентною і поєднує високу самооцінку тіла із незадоволеністю та негативним ставлення до тіла.

Фактори Я-тілесного пов'язані з ранніми дитячими рішеннями «Не будь здоровим» та «Не будь», відображенням самоставленням, самоприв'язаністю та самозвинуваченням.

Ключові слова: Я-тілесне, підлітковий вік, ставлення до тіла, самооцінка тіла, самоставлення, ранні дитячі рішення.

Василенко В.А. Структура Я-телесного в подростковом возрасте / Харьковский национальный педагогический университет имени Г.С. Сковороды, Украина, Харьков.

В статье рассмотрены структура и психологические особенности Я-телесного в подростковом возрасте. Представлены результаты факторного анализа особенностей восприятия, самооценки тела и отношения подростков к нему. Определена связь структуры Я-телесного с ранними детскими решениями, самоотношением и самооценкой различных частей тела и их характеристик.

В работе показано, структура Я-телесного в подростковом возрасте является амбивалентной и сочетает высокую самооценку тела с неудовлетворенностью и негативным отношением к телу.

Факторы Я-телесного связаны с ранними детскими решениями «Не будь здоровым» и «Не будь», отраженным самоотношением, самопривязанностью и самообвинением.

Ключевые слова: Я-телесное, подростковый возраст, отношение к телу, самооценка тела, самоотношение, ранние детские решения.

Vasylenko V.O. The structure of I- corporal in adolescence / H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Kharkiv.

The article describes the structure and psychological characteristics of I-corporal in adolescence. The results of the factor analysis features of perception, self-esteem and attitude to body of adolescence are shown. There were defined correlations of structure I-corporal with early childhood decisions, the esteem of body and various parts of it and their characteristics.

The paper shows the structure of I-corporal in adolescence is ambivalent and combines high self-esteem and body dissatisfaction and negative attitude to the body. I – corporal factors associated with early childhood decisions "Do not be healthy" and "Do not be, the self-reflected attitude and self-incrimination.

Keywords: I-corporal, adolescence, attitude to the body, self-assessment body, self-attitude, early childhood decisions.

Постановка проблеми. Одним з найважливіших новоутворень підліткового віку є становлення Я-Тілесного. Труднощі, пов'язані з невмінням зрозуміти своє тіло, диференціювати почуття та сигнали, які надсилає тіло, нездатність «спілкуватись» зі своїм тілом ускладнюють протікання підліткової кризи. Саме в цьому віці параметри зовнішності та фізіологічні показники відіграють ключову роль у процесі соціалізації, обумовлюючи соціальну ситуацію розвитку підлітка. Окрім зазначеного, недостатня розробленість

проблеми становлення Я-тіленого особистості підлітка визначили актуальність нашого дослідження.

Мета дослідження – визначити структуру та психологічні особливості Я-Тілесного у підлітковому віці.

Міра наукової розробки представлена дослідженнями А.Ш. Тхостова [8], у яких тіло розуміється як фізичний механізм, який підпорядковується цілому ряду об'єктивних законів і обмежень, обумовлених фізіологічними функціями, сприйняттям його як такого, що служить людині і яким вона може керувати. На думку автора, тіло – це не цілком Я, бо для чого б тоді його виділяти, і в той же час моє, тобто не цілком чуже. Г.В. Ложкін, А.Ю. Рождественський у своїх дослідженнях розширюють межі поняття «тіло», під яким мається на увазі не натуральне (природне) тіло з його функціями, яке охоплюється поняттям «організм» (об'єктивна реальність, яка підпорядковується біологічним закономірностям), а тіло як «жива форма», як суб'єктивна реальність (соціальне, культурне тіло) [3].

Т.С. Леві визначає «тіло», насамперед, як фізичний об'єкт, однак людська тілесність, на думку автора, є одухотвореним тілом, яке проявляється в динаміці і статиці, що має внутрішню і зовнішню складові. Людська тілесність є результатом процесу онтогенетичного, особистісного розвитку і висловлює культурну, індивідуально-психологічну та змістову складові унікальної людської істоти [2].

О.С. Язвінська [9] розуміє під тілесністю психофізіологічні, психосоматичні, біоенергетичні прояви людського тіла, що характеризуються руховою активністю, що є результатом онтологічного та соціокультурного розвитку і здійснюване в аксіологічному просторі соціуму

О. Є. Газарова [1] вважає, що тілесність має динамічний характер і вона змінюється у відповідності зі знаком тілесно-чуттєвих процесів. Ці зміни не ідентичні процесам розвитку, дорослішання або старіння, однак вони впливають на неї і в ній проявляються.

Для вирішення мети нашого дослідження ми використали наступні методики:

1. Методика діагностики ставлення до власного тіла О. Станковської [6].

Даний дослідницький інструмент спрямований на визначення міри розвитку рефлексії власного фізичного стану та ставлення до свого тіла. Досліджуваным пропонується охарактеризувати себе за 35 пунктами, використовуючи чотири виміри оцінки: «Це добре чи погано об'єктивно»; «Це властиво або не властиво мені?»; «Чи хочу я розвинути в собі це?» І, нарешті, «чи подобається мені наявне у мене ставлення?». Кожен пункт являє собою формулювання дії, що відображає певну позицію особистості. Методика представлена шкалами: відчужене ставлення, контролююче ставлення, бережливе ставлення та розвиваюче ставлення.

2. Кольоровий тест незадоволеності власним тілом (The Color-A-Person body dissatisfaction Test, CAPT) О. Вуле, С. Ролл [7].

Тест спрямований на визначення міри незадоволеності за трьома параметрами: 1) живіт, стегна, сідниці, нижня частина стегон; 2) волосся, обличчя, ноги, руки, верхня частина живота, груди та плечі; 3) загальний показник незадоволеності.

3. Методика діагностики само ставлення до образу фізичного Я А.Г. Черкашиної. Методика дозволяє визначити ставлення до себе у порівнянні з іншими та безвідносно цього порівняння анатомічних, функціональних та соціальних характеристик.

4. Методика діагностики самоставлення В. Століна, С. Пантілеєва [5].

5. Опитувальник ранніх дитячих рішень [4]. Виявляє такі ранні дитячі рішення: «не будь», «не дорослішай», «не будь маленьким», «не май успіху», «не будь першим», «не роби», «не будь близьким», «не будь здоровим», «не будь собою», «не будь значимим», «не думай», «не відчувай».

Результати дослідження. Для визначення структури Я-тілесного у підлітковому віці нами була проведена процедура факторного аналізу

показників за методиками, спрямованими на діагностику ставлення до власного тіла та образу тіла. Результати факторизації подані у таблиці 1.

Таблиця 1

Факторна структура Я-тілесного підлітків

Показники Я-тілесного	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4
Загальний показник незадоволеності	0,984	0,017	0,106	0,084
Незадоволеність нижньою частиною тіла	0,938	0,061	-0,023	0,020
Незадоволеність верхньою частиною тіла	0,903	0,033	0,203	0,093
Відчужене ставлення	0,315	0,061	0,564	0,581
Контролююче ставлення	0,028	0,014	-0,216	0,898
Бережливе ставлення	0,061	-0,006	-0,870	0,216
Розвивальне ставлення	-0,226	0,011	-0,880	-0,022
Самооцінка анатомічних характеристик	0,004	0,837	0,050	0,002
Самооцінка функціональних характеристик	-0,033	0,803	-0,117	-0,147
Самооцінка соціальних характеристик	0,120	0,632	0,070	0,191
Заг. Дис.	2,837	1,756	1,972	1,267
Доля заг.	0,283	0,175	0,197	0,126

Перший фактор отримав назву «**Незадоволеність власним тілом**» (28,3% сумарної дисперсії, факторна вага становить 2,837), до нього увійшли такі компоненти Я-тілесного: загальний показник незадоволеності власним тілом (0,984), незадоволеність нижньою частиною тіла (0,938), незадоволеність верхньою частиною тіла (0,904). Даний фактор описує незадоволеність власним тілом як провідну характеристику Я-тілесного у підлітковому віці.

Другий фактор отримав назву «**Самооцінка тіла**» (17,5% сумарної дисперсії, факторна вага 1,75), до нього увійшли такі компоненти: самооцінка анатомічних характеристик (0,837), самооцінка функціональних характеристик (0,803) та самооцінка соціальних характеристик (0,632). Зміст даного фактору розкриває зв'язок між фізичним та соціальним у підлітковому віці.

Самосприйняття власних соціально-психологічних характеристик у підлітків пов'язане з самооцінкою тіла та його можливостей.

Загалом перші два фактори структури Я-тілесного підлітків демонструють амбівалентний характер Я-тілесного у підлітковому віці: емоційна незадоволеність власним тілом поєднується з високою самооцінкою переважної кількості частин тіла, його функціональних можливостей та соціальних характеристик зовнішності.

До третього фактора під назвою **«Деструктивне ставлення до тіла»** (19,7% сумарної дисперсії, факторна вага становить 1,97) увійшли наступні компоненти: розвивальне ставлення до тіла (-0,880), бережливе ставлення до тіла (-0,870) та відчужене ставлення до тіла (0,564). Даний фактор описує неконструктивне ставлення до власного тіла у підлітків, нехтування ними необхідності піклуватися за власним тілом, дбати про нього, розвивати фізичні можливості, берегти здоров'я.

Четвертий фактор **«Дисоційоване ставлення до тіла»** (12,6% сумарної дисперсії, факторна вага становить 1,26) увібрав такі компоненти: контролююче ставлення до тіла (0,898) та відчужене ставлення до тіла (0,581). Даний фактор описує негативне ставлення до власного тіла у підлітків, що розкривається у поєднанні їх прагнення контролювати тіло (наприклад, вагу, інші параметри), зверхності над тілом з індіферентним ставленням до нього, нехтуванням його потреб, відстороненістю від тілесного.

Розглянемо психологічні особливості Я-тілесного у підлітків. За результатами кореляційного аналізу структурних компонентів Я-тілесного та показників само ставлення були отримані наступні результати (рис. 1).

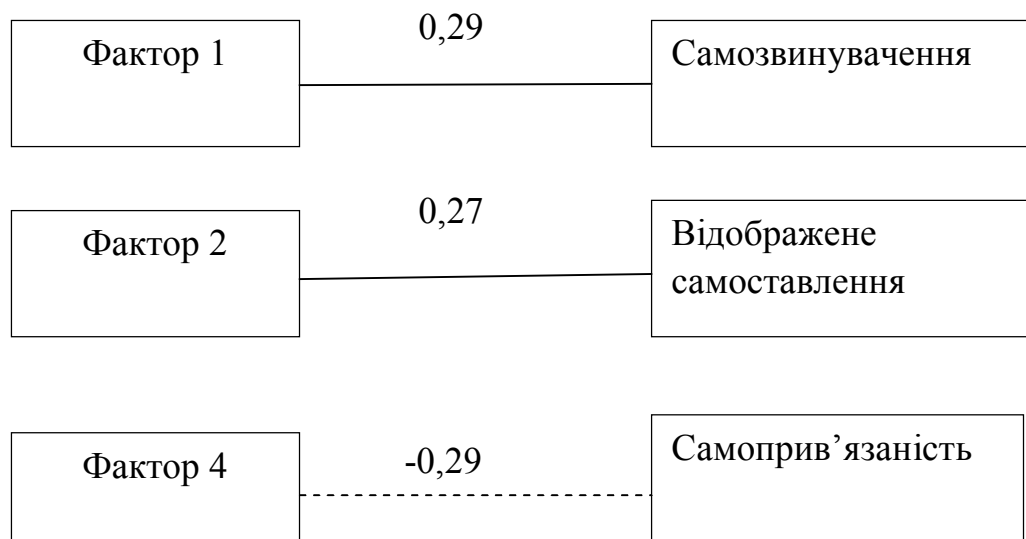


Рис. 1 Зв'язок структурних компонентів Я-тілесного та показників самоствлення у підлітків

Встановлено статистично значущий зв'язок між показниками самозвинувачення та фактором «Незадоволеність власним тілом» ($p < 0,01$). Так, у тих підлітків, які бачать в собі насамперед недоліки, які готові поставити собі в провину всі свої промахи і невдачі, спостерігається висока незадоволеність тілом. Проблемні ситуації, конфлікти у сфері спілкування актуалізують реакції захисту власного "Я" у вигляді осуду себе і пов'язані з негативним емоційним сприйняттям власного тіла. Настановлення на самозвинувачення супроводжується розвитком внутрішнього напруження, відчуттям неможливості задоволення основних потреб, тому може обумовлювати негативні емоційні реакції, зокрема до власного тіла.

Існує зв'язок між фактором «Самооцінка тіла» та відображеним самоствленням ($p < 0,01$). Отже, висока самооцінка власного тіла, яка має здебільшого соціальну природу в підлітковому віці, тобто залежить від ставлення до зовнішності підлітка інших, пов'язана з уявленням про те, як інші ставляться до особистості підлітка. Підліток, який сприймає себе прийнятим іншими людьми, має високу самооцінку тілесного. Якщо він відчуває, що його люблять інші, цінують за особистісні та духовні якості, за здійснювані вчинки і

дії, за прихильність груповим нормам і правилам, то його самооцінка тіла буде високою.

Фактор «Дисоційоване ставлення до тіла» виявився негативно пов'язаним з показниками самоприв'язаності ($p < 0,01$). Схильність сприймати всі сторони свого "Я", приймати себе у всій повноті поведінкових проявів негативно пов'язані з контролюючим та відчуженим ставленням до власного тіла. В свою чергу, відсутність симпатія до себе, до всіх якостей своєї особистості взаємообумовлені з нехтуванням потребами тіла, надмірною контрольованістю свідомості над тілом.

На рис. 2 наведено зв'язки факторів Я-тілесного з ранніми дитячими рішеннями у підлітків.

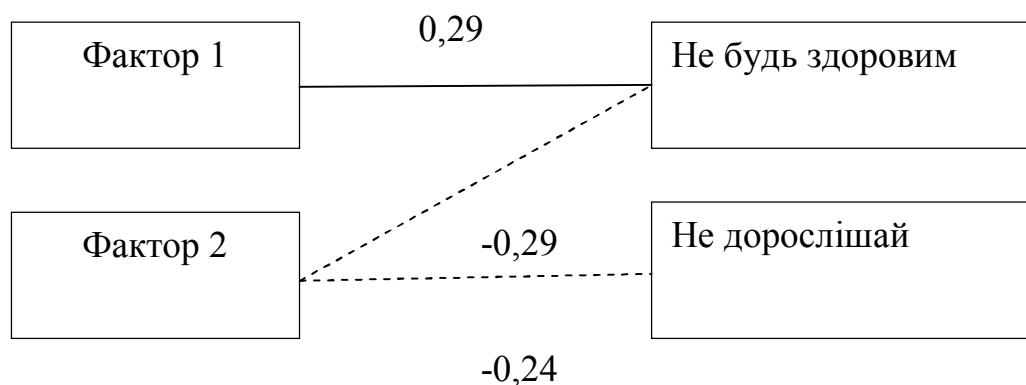


Рис. 2 Зв'язок структурних компонентів Я-тілесного та показників ранніх дитячих рішень у підлітків

Як видно, фактор «Незадоволеність власним тілом» пов'язаний з раннім дитячим рішенням «Не будь здоровим» ($p < 0,01$). Дитяча переконаність у власній фізичній безпорадності пов'язана з актуальною незадоволеністю тілом у підлітків. Негативні дитячі аттїтуди, пов'язані із здоров'ям, у підлітковому віці розкриваються через незадоволеність власним тілом.

Фактор «Самооцінка тіла» виявився негативно пов'язаним з рішенням «Не будь здоровим» ($p < 0,01$). Чим меншим виявляються негативні настановлення до свого здоров'я, тим вищою є самооцінка тілесного у підлітків. Негативний зв'язок цього фактору був також отриманий і з

показником рішення «Не будь» ($p < 0,05$). Знеціненість смислу власного існування у дитинстві обумовлює низьку самооцінку тіла у підлітковому віці.

Розглянемо зв'язок факторів Я-тілесного з показниками самооцінки тілесного (рис. 3).

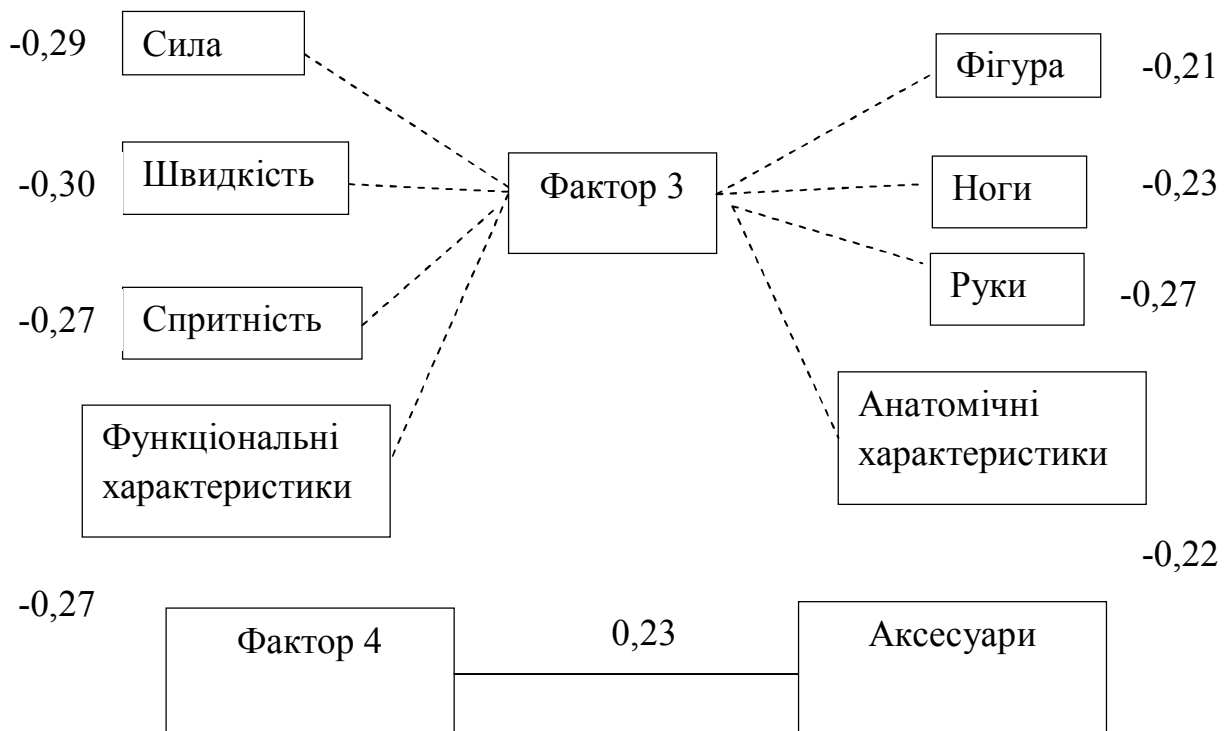


Рис. 3 Зв'язок компонентів Я-тілесного з самооцінкою тіла у підлітків

Існують негативні зв'язки між фактором «Деструктивне ставлення до тіла» та такими функціональними характеристиками самооцінки тіла, як сила, швидкість, спритність та загальним показником самооцінки функціонального компоненту тілесності ($p < 0,01$). Небережливе ставлення до тіла негативно пов'язане з самооцінкою функціональних можливостей тіла.

Також були встановлені зв'язки фактора «Деструктивне ставлення до тіла» з показниками самооцінки анатомічних характеристик (фігури, ніг та рук) на рівні значущості $p < 0,01$. Недбайливе ставлення до тіла передбачає низьку самооцінку власних анатомічних характеристик.

Існує зв'язок між показниками фактору «Дисоційоване ставлення до тіла» та ролі аксесуарів у соціальній складовій самооцінки зовнішності підлітків

($p < 0,05$). Аксесуари сприймаються як неважливі атрибути зовнішності у підлітків з відчуженим ставленням до тіла.

Розглянемо зв'язок самооцінки зовнішності у порівнянні з іншими та компонентами Я-тілесного (рис. 4).

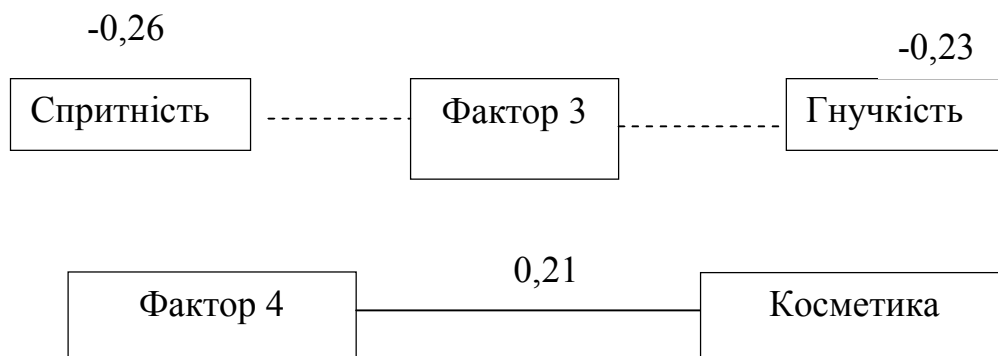


Рис. 4 Зв'язок компонентів Я-тілесного з самооцінкою тіла у підлітків у порівнянні з іншими

Існують негативні зв'язки між фактором «Деструктивне ставлення до тіла» та такими функціональними характеристиками самооцінки тіла, як спритність ($p < 0,01$) та гнучкість ($p < 0,05$). Низька самооцінка функціональних можливостей тіла у порівнянні з іншими властива підліткам з деструктивним ставленням до власного тіла.

Встановлено зв'язок між показниками фактору «Дисоційоване ставлення до тіла» та ролі косметики у соціальній складовій самооцінки зовнішності підлітків ($p < 0,05$). Негативне ставлення до тіла властиве підліткам, які мають низьку самооцінку у порівнянні з іншими за такою характеристикою, як косметика.

Висновки. Структура Я-тілесного представлена чотирма факторами: «Незадоволеність власним тілом», «Самооцінка тіла», «Деструктивне ставлення до тіла», «Дисоційоване ставлення до тіла». Структурі компоненти Я-тілесного пов'язані з ранніми дитячими рішеннями «Не будь здоровим» та «Не будь», показниками самоставлення (відображене самоставлення, самопривязаність та самозвинуваченням).

Література:

1. Газарова Е.Э. Психология телесности. М.: Ин-тут общегуманитарных исследований / Е.Э. Газарова. – М., 2002. — С. 192
2. Леви Т.С. Психология телесности в ракурсе личностного развития // Междисциплинарные проблемы психологии телесности / Ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви. — М., 2004. — С. 288-309.
3. Ложкин Г.В., Рождественский А.Ю. Психосемантический анализ структуры представлений спортсменов о теле (телесности) // Наука в олимпийском спорте, 2005. — С. 41-46.
4. Максимова С.В. Творчество: созидание или деструкция? / С.В. Максимова. – М.: Академический проект, 2006. – 224 с.
5. Настольная книга практического психолога / Сост. С.Т. Посохова, С.Л. Соловьева. – М.: АСТ: Хранитель; СПб.: Сова, 2008. – С. 141-157.
6. Станковская Е.Б. Структура и типы отношения женщины к себе в аспекте телесности: дисс. ... канд. психол. Наук / Е.Б. Станковская. – Москва, 2011. – 231 с.
7. Тест цветоуказаний на неудовлетворенность собственным телом (The Color-A-Person body dissatisfaction Test, CAPT) [Электронный ресурс]: <http://www.gurutestov.ru/test/421/>.
8. Тхостов А.Ш. Психология телесности / А.Ш. Тхостов. — М.: Смысл, 2002. — С. 287.
9. Язвинская Е.С. Психология телесности / Е.С. Язвинская. – Одесса: ЧП «ТМСИ», 2008. — С. 154

References:

1. Hazarova YE.E. Psykholohiya tilesnosti . M . : In- tut zahalnohumanitarnomu doslidzheniu/ Hazarova YE.E. , 2002. - S. 192.
2. Levi T.S. Psykholohiya tilesnosti v rakursi osobystisnoho rozvytku // Mizhdystsyplinarni problemy psykholohiyi tilesnosti / Red. -uporyad . V.P. Zinchenko, T.S. Levi. - M., 2004. - S. 288-309 .

3. Lozhkin H.V. , Rizdvyanyy A.YU. Psykhosemantycheskyy analiz struktury uyavleniia sport·smeniv pro tili (tilesnosti) // Nauka v olimpiyskomu sporti , 2005. - S. 41-46 .
4. Maksymova S.V. Tvorchist' : tvorennia chy destruktsiya ? / S.V , Maksymova . - M . : Akademichnyy proekt, 2006. - 224 s.
5. Nastil'na knyha praktychnoho psykholoha / Uporyad. S.T. Posokhova , S.L. Solovyova . - M . : AST: Khranytel' ; SPb . : Sova , 2008. - S. 141-157 .
6. Stankovskaya YE.B. Struktura i typy stavlennia zhinky do sebe v aspekty tilesnosti : dys. ... Kand. psykholoh. Nauk / YE.B. Stankovskaya . - Moskva, 2011. - 231 s.
7. Test tsvetoukazaniy na nezadovolenist' vlasnym tilom (Color - Lyudyna- nezadovolenist' tila Test , kapitan) [Elektronnyy resurs]: <http://www.gurutestov.ru/test/421/> .
8. Tkhostov A.SH. Psykholohiya tilesnosti / A.SH. Tkhostov . - M . : Sens , 2002. - S. 287 .
9. Yazvins'kyy E.S. Psykholohiya tilesnosti / E.S. Yazvins'kyy . - Odesa : PP « TMSI » , 2008. - S. 154