

УДК 159.9.072

Кузнецова Елена Владимировна,
Куйбышевский филиал ФГБОУ ВПО
«Новосибирский государственный
педагогический университет»,
г. Куйбышев Новосибирской области,
e-mail: kainsk-elena@mail.ru

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ЛИЦ ЮНОШЕСКОГО ВОЗРАСТА С НЕГАТИВНЫМ «ОБРАЗОМ ТЕЛА»

В статье проводится анализ специфики социально-психологической адаптации лиц юношеского возраста с негативным «образом тела». Акцентируется внимание на том, что феноменология «образа тела» опосредует восприятие социальной реальности и детерминирует качество процессов социально-психологической адаптации и самоопределения в юношеский период. Представляются результаты эмпирического исследования, направленного на выявление специфики социально-психологической адаптации лиц юношеского возраста с негативным «Образом тела».

Ключевые слова: юношеский возраст, «Я-концепция», негативный «Образ тела», социально-психологическая адаптация, эмпирическое исследование.

Kuznetsova Elena Vladimirovna,
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of
the Department of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical
University (Kuibyshev Branch), Kuibyshev,
e-mail: kainsk-elena@mail.ru

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF ADOLESCENTS WITH NEGATIVE 'BODY IMAGE'

The article analyzes the specificity of socio-psychological adaptation of young people with a negative «body image». The authors focus attention on the fact that the phenomenology of «body image» mediates the perception of social reality and determines the quality of the processes of socio-psychological adaptation and self-determination in adolescence. The results of empirical research aimed at revealing the specificity of socio-psychological adaptation of adolescents with negative «Body Image» are presented.

Key words: adolescence, self-concept, negative body image, socio-psychological adjustment, empirical research.

Современный человек вынужден жить в сложных адаптационных условиях, продиктованных ему тенденциями общественного развития. Ежедневно ему необходимо качественно приспосабливаться к переменам социального пространства и природной среды, усваивать большие потоки информации, преодолевать стрессовые ситуации, справляться с эмоциональной перегрузкой, сохраняя и поддерживая при этом собственную индивидуальность. В русле указанных тенденций процесс социально-психологической адаптации личности выступает в качестве важнейших проблем современности. Особенно остро проблема социально-психологической адаптации стоит перед категорией юношества, находящейся на пути становления личности. Современное информационное общество продолжает транслировать молодому поколению стандарты преувеличенной красоты, формируя тем самым чувство неадекватности и несоответствия подобной «норме». Эти тенденции во многом обуславливают возникновение серьезных нарушений в восприятии собственного тела и снижению качества жизни в целом.

Позитивный «образ тела», его объективное и адекватное восприятие во многом обуславливает успех социально-психологической адаптации личности, что достигается за счет увеличения степени эмоционального комфорта, комплексного принятия себя и потребности в доминировании [1; 2; 3; 4; 5; 6].

На основе анализа заявленной проблемы нами была сформулирована гипотеза исследования, основанная на предположении о том, что лица юношеского возраста, имеющие негативный «образ тела», отличаются более низким уровнем, как социально-психологической адаптации в целом, так и таких ее компонентов как «эмоциональный комфорт», «принятие себя», «стремление к доминированию» в сравнении со сверстниками, усвоившими «образ тела» в конструктивном варианте.

С целью проверки гипотезы и изучения взаимосвязи «образа тела» и параметров социально-психологической адаптации юношей нами на базе МБОУ Куйбышевского района «Средняя общеобразовательная школа № 10» Новосибирской области было проведено эмпирическое исследование с участием 49 старшеклассников 16-17 лет.

В качестве диагностического инструментария выступили следующие методики: методика диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса и Р.Даймонд; многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А.Г. Маклакова; опросник MBSRQ (мультимодальный опросник отношения к собственному телу) Т.Ф. Кэша. Математико-статистическая обработка данных исследования была осуществлена при помощи U-критерия Манна-Уитни для независимых выборок.

В рамках подготовительного этапа эмпирического исследования, с целью формирования выборок, нами была проведена диагностика специфики «образа тела» испытуемых. По итогам диагностики, на основании изучения комплекса таких параметров как «Оценка внешности» и «Удовлетворенность параметрами тела» испытуемые были разделены на две выборки: испытуемые с позитивным и негативным «образом тела». В первую выборку вошли юноши и девушки, в ходе диагностики, продемонстрировавшие высокий и средний уровень удовлетворенности собственной внешностью. Во вторую группу вошли испытуемые, оценивающие собственную внешность отрицательно, либо испытывающие недовольство параметрами тела и весом.

После распределения испытуемых в выборки, нами была произведена диагностика социально-психологической адаптации. Подвергнув данные диагностики статистической обработке, мы получили следующие результаты (Таблица 1).

Таблица 1. – Результаты расчета U-критерия Манна-Уитни по методике «Социально-психологическая адаптация» К. Роджерса, Р. Даймонд в адаптации Т.В. Снегиревой

	Лица юношеского возраста с позитивным «образом тела»	Лица юношеского возраст с негативным «образом тела»	Uэмп	Уровень значимости (p)
Адаптация	126,2	131,4	223,5	Не значимо
Дезадаптация	85,5	85,4	293	Не значимо
Интегральная шкала адаптированности	59,7	60,6	259,5	Не значимо
Принятие себя	41,3	43,5	227	Не значимо
Непринятие себя	19,3	18,1	227	Не значимо
Интегральная шкала принятия	57,1	59,8	233	Не значимо
Принятие других	23,9	22,4	236,5	Не значимо
Непринятие других	19,8	19,9	292,5	Не значимо
Интегральная шкала принятия других	59,3	57,6	271,5	Не значимо
Эмоциональный комфорт	23	21	201*	$p \leq 0.05$
Эмоциональный дискомфорт	18,1	19,2	263	Не значимо
Интегральная шкала эмоционального комфорта	56,7	52,8	223,5	Не значимо
Внутренний контроль	37,6	35,2	216,5	Тенденция
Внешний контроль	21,7	23,0	240,5	Не значимо
Интегральная шкала интернальности	55,2	52,0	219,5	Не значимо
Доминирование	12,0	10,4	200*	$p \leq 0.05$
Ведомость	18,9	20,5	261,5	Не значимо
Интегральная шкала доминантности	55,6	50,4	226	Не значимо
Эскапизм	14,5	13,7	240	Не значимо

Примечание:

$U_{кр} = 216$, при $p \leq 0.05$,

$U_{кр} = 182$, при $p \leq 0.01$, для $n_1 = 23$, $n_2 = 26$.

Согласно данным Таблицы 1, нами обнаружено достоверное различие между выборками по шкале «Эмоциональный комфорт» ($U_{эмп} = 201$, при $p \leq 0.05$). Сопоставление средних значений дает нам основание для вывода о том, что у испытуемых с позитивным «образом тела» степень эмоционального комфорта выше, чем у их сверстников с негативным «образом тела». Юноши и девушки с позитивным «образом тела» отличаются оптимистичным взглядом на происходящие события и в целом на жизнь, верой в лучшее и преобладанием положительных эмоций.

Будучи довольным собственными телесными параметрами, юноши и девушки вслед за телом принимают и собственные личностные черты, положительно оценивая проявления собственной индивидуальности. Будучи в гармонии с собственным телом, личность находится в состоянии эмоционального комфорта, все реже испытывая неуверенность, подавленность, вялость по отношению к окружающей действительности. Можно сказать, что на сегодняшний день красивое тело и привлекательная внешность являются определенными эталонами культуры, повышают статус человека и гарантируют ему успех в межличностном общении, принятие социальными группами.

На уровне тенденции обнаружено различие по параметру «Внутренний контроль» ($U_{эмп}=216,5$). Юноши и девушки с позитивным «образом тела» отличаются большей выраженностью внутреннего контроля (интернальности). Их отличает требовательность к себе, признание собственных ошибок, неудач и личной ответственности за них, деятельное, энергичное и инициативное отношение к жизни. Им свойственна уверенность, оценка своих сил и способностей как соответствующих тем задачам, которые ставятся перед ними окружающей действительностью. Можно предположить, что «образ тела», являясь базой для формирования целостной «Я-концепции» и адекватной самооценки, также выступает основой для внутреннего локуса контроля, который предполагает уверенность в себе и своих силах, последовательность и настойчивость в достижении целей. Уверенность в себе и своем телесном «Я» обеспечивает способность личности противостоять давлению со стороны окружающих, определяет высокую степень самостоятельности в процессе принятия решений. Таким образом, позитивный «образ тела» является фундаментом высокой самооценки, а с ростом общей самооценки у личности возрастает уровень субъективно контроля над любыми значимыми ситуациями.

Выявлено значимое различие по шкале «Доминирование» ($U_{эмп}=200$, при $p \leq 0.05$). Испытуемые с позитивным «образом тела» отличаются большим честолюбием, и ярко выраженным мотивом достижения, потребностью в успехе и похвале, внутренним ощущением превосходства над другими. Они чаще стремятся к лидерству, управлению, признанию и власти, характеризуются высокой оценкой себя как автора сценария своей жизни. Выступая в качестве основы позитивной «Я-концепции», «образ тела» служит базой для достижения необходимой уверенности в себе, способствующей ощущению лидерского потенциала.

Необходимо отметить, что практически все показатели адаптивности (поведенческая регуляция, моральная нормативность, адаптивный потенциал) ярче выражены у юношей и девушек с негативным «образом тела». Данный, на первый взгляд парадоксальный факт, можно объяснить тем, что неудовлетворенность собственной внешностью и низкая самооценка в целом часто выступают для человека в качестве усвоенного механизма выживания в той среде, в которой он воспитывался и вырос.

Коммуникативный потенциал при этом выше в группе с позитивным «образом тела». Поскольку в современном мире тело и его субъективный образ уже не является исключительно средством труда и воспроизводства популяции. Ему отводятся важные функции в процессе удовлетворения потребностей в уважении, признании, принятии социальной группой. Сегодня человек должен быть сексуально привлекательными, чтобы являться социально приемлемыми, иметь возможность объединяться со сверстниками, развивая собственные коммуникативные способности. При этом человек с негативным или нарушенным «образом тела», пытающийся привести себя в соответствие современным стандартам, часто испытывает повышенную тревожность и чувство стыда. Ощущение, что он постоянно находится в поле зрения других, может привести к усилению чувства уязвимости, снижению уровня и качества общения и коммуникации.

Подвергнув результаты статистической обработке, мы получили следующие значимые различия (Таблица 2).

Таблица 2. – Результаты расчета U-критерия Манна-Уитни по методике «Адаптивность» А.Г. Маклакова, С.В. Чермянина

	Лица юношеского возраст с позитивным «образом тела»	Лица юношеского возраст с негативным «образом тела»	Uэмп	Уровень значимости (p)
Поведенческая регуляция	5,48	6,62	283,5	Не значимо
Коммуникативный потенциал	7,52	6,73	213,5*	$p \leq 0.05$
Моральная нормативность	6,56	7,85	152,5**	$p \leq 0.01$
Адаптивный потенциал	5,91	7,19	221	Не значимо

Примечание:

$U_{кр} = 216$, при $p \leq 0.05$,

$U_{кр} = 182$, при $p \leq 0.01$, для $n_1 = 23$, $n_2 = 26$.

Согласно данным Таблицы 2 выявлено достоверно значимое различие по шкале «Коммуникативный потенциал» ($U_{эмп} = 213,5$, при $p \leq 0.05$). Юноши и девушки с позитивным «образом тела» обладают более высокими показателями коммуникативного потенциала. Они отличаются общительностью, с желанием принимают участие в массовых мероприятиях, в которых нередко занимают ведущие позиции. Положительная оценка своего физического «Я» в коммуникационном контексте, на наш взгляд, тесно связана с феноменом социальной смелости, проявляющейся в инициативности в общении, открытости новым контактам. Позитивно оценивая состояние своего тела, человек с симпатией относится и собственной личности, ощущает уверенность в себе, своих силах и возможностях. Внешняя красота занимает одно из ведущих мест в системе ценностей современных юношей, и обладание физической привлекательностью и подтянутой фигурой обеспечивает личности положительную оценку со стороны значимых других, вслед за этим повышая ее самооценку.

Обнаружено достоверное различие по параметру «Моральная нормативность» ($U_{эмп}=152,5$, при $p \leq 0.01$). Сопоставление средних значений дает нам основание для вывода о том, что юноши и девушки с негативным «образом тела» отличаются от сверстников более высоким уровнем принятия установленных в обществе моральных норм и правил. Морально-нравственные характеристики испытуемых с позитивным «образом тела» определяются более выраженным желанием не подчиняться законам, нарушать правила, бытующие в обществе. Можно предположить, что обозначенное снижение показателей ориентации на моральные нормативы может быть связано с переосмыслением юношами системы ценностей, ориентацией на поверхностные представления. Более низкая моральная нормативность проявляется также в их отношении к требованиям непосредственного социального окружения, что может быть связано с их неконформностью, потребностью в доминировании, нежеланием подчиняться и следовать указаниям других людей, стремлением жить исключительно по собственным правилам.

Таким образом, подводя итог эмпирического этапа исследования, мы можем сделать вывод о частичном подтверждении выдвинутой нами гипотезы о том, что лица юношеского возраста, имеющие негативный «образ тела» отличаются более низким уровнем, как социально-психологической адаптации в целом, так и отдельных ее компонентов.

Действительно, испытуемые с позитивным «образом тела» обладают более высокой степенью выраженности таких показателей социально-психологической адаптации как эмоциональный комфорт, доминирование, коммуникативный потенциал, однако по иным параметрам значимых различий не выявлено, отсутствуют различия и по интегральным шкалам, по общему уровню адаптации и адаптационного потенциала.

Список литературы

1. Белогай К.Н., Борисенко Ю.В., Бугрова Н.А. Концептуализация

- понятия «позитивный образ тела» в современных зарубежных исследованиях // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2021. № 4(47). С. 33-39.
2. Журавлева И.В., Никитина Е.С., Сорокин Ю.А., Реут Д.В., Тхостов А.Ш. Психосемиотика телесности / Под общ. ред. и с предисл. И.В. Журавлева, Е.С. Никитиной. Москва : КомКнига, 2005. 152 с.
 3. Соколова Е.Т. Исследования образа тела в зарубежной психологии / Е.Т. Соколова, А.Н. Дорожевец // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 2015. № 4. С. 39-49.
 4. Стребкова Ю.А. Психологические аспекты изучения телесности [Электронный ресурс] // Известия Самарского научного центра РАН. 2018. №6-1. С.183-187. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-aspekty-izucheniya-telesnosti> (дата обращения: 20.09.2022).
 5. Тхостов А. Ш. Психология телесности. М., Смысл, 2019. 287 с.
 6. Шишковская А.В. Теоретические представления об образе физического я в психологии [Электронный ресурс] // Северо-Кавказский психологический вестник. 2019. №3. С.71-78. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-predstavleniya-ob-obraze-fizicheskogo-ya-v-psihologii> (дата обращения: 20.09.2022).

References

1. Belogaj K.N., Borisenko Yu.V., Bugrova N.A. Konceptualizaciya ponyatiya «pozitivnyj obraz tela» v sovremennyh zarubezhnyh issledovaniyah // Vektor nauki Tol'yattinskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika, psihologiya. 2021. № 4(47). S. 33-39.

2. Zhuravleva I.V., Nikitina E.S., Sorokin Yu.A., Reut D.V., Thostov A.Sh. Psihosemiotika telesnosti / Pod obshch. red. i s predisl. I.V. Zhuravleva, E.S. Nikitinoj. Moskva : KomKniga, 2005. 152 s.
3. Sokolova E.T. Issledovaniya obraza tela v zarubezhnoj psihologii / E.T. Sokolova, A.N. Dorozhevec // Vestn. Mosk. un-ta. Ser. 14, Psihologiya. 2015. № 4. S. 39-49.
4. Strebkova Yu.A. Psihologicheskie aspekty izucheniya telesnosti [Elektronnyj resurs] // Izvestiya Samarskogo nauchnogo centra RAN. 2018. №6-1. S.183-187. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-aspekty-izucheniya-telesnosti> (data obrashcheniya: 20.09.2022).
5. Thostov A. Sh. Psihologiya telesnosti. M., Smysl, 2019. 287 s.
6. Shishkovskaya A.V. Teoreticheskie predstavleniya ob obraze fizicheskogo ya v psihologii [Elektronnyj resurs] // Severo-Kavkazskij psihologicheskij vestnik. 2019. №3. S.71-78. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-predstavleniya-ob-obraze-fizicheskogo-ya-v-psihologii> (data obrashcheniya: 20.09.2022).