МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Факультет педагогики, психологии и социальных наук

Кафедра «Прикладная психология»

Направление подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
Профиль «Психология образования»

Бакалаврская работа
на тему:

«Изучение самоотношения старших подростков с разным образом физического “Я”»

Студент _____ Рогальская Маргарита Витальевна
подпись

Руководитель _____ Ледовских И.А.
подпись

Нормоконтролер _____ Медведева И.А.
подпись

Работа допущена к защите (протокол заседания кафедры от 07.06.2017 №15)

Заведующий кафедрой _____ Медведева И.А.
подпись

Работа защищена с отметкой _____ (протокол заседания ГЭК от _____ №)

Секретарь ГЭК _____ Карманова Т.М.
подпись

Пенза 2017

Оглавление

Введение 3

Глава 1. Теоретический анализ литературы по проблеме изучения самоотношения старших подростков с разным образом физического «Я» 7

1.1 Изучение понятия образ физического «Я». Сущность, характеристика 7

1.2 Изучение особенностей подросткового возраста 16

1.3. Особенности формирования образа физического «Я» в подростковом возрасте 24

Выводы по главе 1 31

Глава 2. Эмпирическое исследование самоотношения старших подростков с разным образом физического «Я» 32

2.1 Организация и методы эмпирического исследования 32

2.2. Анализ результатов исследования 36

2.3. Математико-статистическая обработка диагностических данных 41

Выводы 44

Заключение 46

Список используемых источников 47

Введение

В современном мире восприятие окружающего мира каждым человеком субъективно. Оно базируется на множестве внутренних критериев, формирующихся у индивида в течение всей его жизни. Эти критерии обусловлены образованием, жизненным опытом, его интеллектом, расовой, этнической, половой принадлежностью и, как это ни странно, его генетикой. Но ещё существуют и внешние критерии оценки - это субъективные оценки небольшого проживающего сообщества индивидуумов, формируемые во временном интервале: общественное мнение, традиции, культура и т.д. Общество, формируя свои стереотипы восприятия, заставляет нас использовать чужие модели, пытаться достичь чужих целей. Да и в самом обществе понятие красоты никогда не оставалось постоянным. Красота тела в гармонии с красотой души, баланс внутренней и внешней сущности, формы и содержания. Внимание к особенностям внешнего облика человека - одна из базовых установок человеческого сознания. Интерес человека к собственной внешности и внешности окружающих его людей - бесспорный факт.

В подростковом возрасте происходит бурный рост, развитие и перестройка организма ребенка, сопровождающийся неравномерность физического развития. Осознавая это, подросток стесняется и старается замаскировать свою нескладность, недостаточную координацию движений, принимая порой неестественные позы, пытаясь храбростью, нарочной грубостью отвлечь внимание от своей наружности. Даже легкая ирония и насмешка в отношении его фигуры, позы или походки вызывает часто бурную реакцию, подростка мучает мысль о том, что он смешон и нелеп в глазах окружающих[7].

Подростковый возраст является одним из важнейших этапов в становлении личности человека. Он характеризуется рядом специфических особенностей. Это возраст преобразований в сфере сознания, деятельности и системы взаимоотношений. Происходит познание подростка самого себя,

формируется самоотношение, которое является способом познания своего ценностного смысла и собственного отношения к себе.

Актуальность выбора указанной проблематики подтверждается тем, что последствия неудовлетворенности своей внешностью подростка могут повлиять на формирование негативного самоотношения. Это может выражаться в негативной форме самоидентичности, в незначительных колебаниях настроения, депрессиях.

В психологии проблемами самоотношения к образу физического «Я» обращались такие психологи как Пантелеев С.Р., Столин В.В., Сарджвеладзе Н.И., Бернс Р., Рубинштейн С.Л., И. И. Чеснокова и другие.

Цель исследования: изучение самоотношения у старших подростков с разным образом физического «Я», для использования в практической работе педагога-психолога.

Объект исследования: самоотношение подростков с разным образом физического «Я».

Предмет исследования: личностные характеристики подростков с разным образом физического «Я».

Гипотеза: у подростков с неудовлетворительным отношение к образу физического «Я» преобладает негативная форма самоотношения, которая сопроваждается ярко выраженным внешним локус контролем, низким уровнем развития рефлексии и негативной сформированностью личностной идентичности.

В соответствии с целью, объектом, предметом и гипотезой в исследовании решались следующие задачи:

1. Проанализировать теоретические данные по проблеме изучения самоотношения и образа физического «Я» у старших подростков.

2. Провести диагностическое исследование по выявлению подростков с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я» и на основе этого сделать анализ самоотношения по данной тематике.

3. Проанализировать результаты диагностики и проинтерпретировать выявленные различия показателей у групп подростков с удовлетворительным и неудовлетворительным отношением к образу физического «Я».

Методы исследования: теоретические методы исследования (анализ, синтез, обобщение), практические методы (анкетирование, опрос, тестирование), методы математической обработки данных (угловое преобразование Фишера).

Методики исследования:

1. Авторскаяанекта изучения оценки своей внешности.
2. Специализированная анкета определения типа личностной идентичности подростка (С.С. Носова).
3. Опросник рефлексивности А. В. Карпова
4. Методика «уровень субъективного контроля» (УСК) Е.А. Бажина, Е. А. Голышкиной, А. М. Эткинда.

Базу исследования составляли ученики параллели 8 классов, общее количество обследуемых составило 40 человек, в возрасте 14-15 лет.

Эмпирическое исследование проходило в три этапа.

На первом этапе (октябрь – ноябрь 2016 г.) был проведен теоретический анализ научной литературы по проблеме исследования, сформулирована гипотеза исследования, определены теоретические и методологические составляющие, подобран диагностический инструментарий.

На втором этапе (декабрь 2016 г. – январь 2017 г.) было подготовлено и проведено эмпирическое исследование изучения самоотношения у старших подростков разным образом физического «Я».

На третьем этапе (февраль – март 2017 г.) осуществлялась математическая обработка полученных данных, формулировались выводы, полученные на предыдущих этапах исследования.

Глава 1. Теоретический анализ литературы по проблеме изучения самоотношения старших подростков с разным образом физического «Я»

1.1 Изучение понятия образ физического «Я». Сущность, характеристика

Представление о своем физическом облике (Образе Физического Я) и осознание его эстетического эффекта является одной из главных составляющих Я-концепции каждого человека. Положительная оценка собственного Образа Физического «Я» в сознании человека, а также в суждениях окружающих может существенно повлиять на позитивную оценку Я-концепции в целом, и наоборот: негативная оценка влечет за собой существенное снижение общей самооценки. Размеры и форма тела оказывают влияние на качественное своеобразие жизни индивида, так как они служат предметом, как собственных оценок, так и оценок, в той или иной форме передаваемых ему социумом, а представления о своей соматической организации являются одним из регуляторов поведения, которые проявляются в самопрезентации. [4].

В настоящее время существуют много разных теоретических моделей, описывающих процесс восприятия личностью своего телесного бытия. В научной литературе в качестве интегрального понятия, очерчивающего весь круг эмпирических фактов, относимых к переживаниям и представлениям субъекта о собственном теле, используются понятия физического «Я» (образа физического «Я»), телесного «Я», образа тела. В некоторых случаях при обращении к вопросам отношения личности к своему физическому облику говорится о внешнем «Я».

Формирование образа физического «Я» можно рассмотреть с двух сторон. С одной стороны - это влияние социума, которое выражается в мнениях, суждениях, эталонах, представлениях, стереотипах. С другой стороны - это самостоятельное осмыслениебазируемое на собственных критериях [15].

Образ физического «Я» является социальным феноменом, обладающим рядом особенностей, которые выражаются характеристиками внешней привлекательности [18].

Отношение к образу физического «Я» формируется в процессе социализации например через науку, искусство, опыт жизни, которые предъявляют личности определенные, соответствующие требованиям культуры и общества, социальные представления, гендерные стереотипы, идеологию, убеждения, мнения и образцы поведения. [27].

Теоретический анализ психологической литературы по проблеме самоотношения к образу физического «Я» показал, что самоотношение (по Столину В. В., Пантелееву С. Р. и др.) рассматривается как некое обобщенное отношение, которое является целостным, одномерным и универсальным образованием, выражающим степень положительного отношения индивида к собственному представлению о себе [39]. Самоотношение развивается в результате взаимодействия и социального влияния, где каждая конкретная социальная ситуация развития задает иерархию ведущих деятельностей и соответствующих им основных мотивов и ценностей, социальных представлений, стереотипов и эталонов, норм поведения, по отношению к которым индивид осмысливает собственное Я, наделяет его личностным смыслом. Самоотношение имеет две подсистемы, которые подразделяютсяна эмоционально-ценностную систему и систему самооценок, специфично связанных со смыслом Я[28]. В подростковом возрасте особенно чувствительна становится самооценка и внешность, что может привести к значительным колебаниям общего уровня самоотношения.

Образ физического «Я» есть устойчивое образование, формирование которого завершается на ранних стадиях развития человека [43].

Положительным восприятием чувства своего «Я» как принимающего, привлекательного начала служит образ физического «Я». Физическое «Я» индивида может быть представлено осознанием себя как привлекательного или непривлекательного, красивого или некрасивого, крепкого или слабого,

полного либо худого и т. д. Кроме того, человеком осознается, причем часто болезненно, соответствие либо несоответствие своих конституциональных характеристик существующему стандарту. Любое несоответствие стандарту, как правило, вызывает повышенную озабоченность человека этим обстоятельством. Формирование образа физического «Я» является наиболее ранней стадией построения Я-концепции и может рассматриваться как некий базис, на котором создается дальнейшее ее развитие [26].

В исследованиях отечественных и зарубежных авторов (Е.Т. Соколова[38], А.Ш. Тхостов [40], М.О. Мдивани [23], и др.)подчеркивается, что образ тела является единством восприятия, установок,оценок, представлений, принадлежащих к функциям тела и внешности.

В русле психоаналитического направления, выделяют следующие компоненты образа физического «Я»:

1) актуальное субъективное восприятие тела, как внешности, так и способности к функционированию;

2) интериоризированные психологические факторы, являющиеся результатом собственного эмоционального опыта индивида так же, как и искажениякончепции тела, проявляются в соматических иллюзиях;

3) социальные факторы, связанные с тем, как родители и общество оценивают его тело;

4) идеальный образ тела, заключающийся в установках по отношению к телу, в свою очередь, связанных с ощущениями, восприятиями, сравнениями иидентификациями собственного тела с телами других людей.М.О. Мдивани выделяет три модальности «Я», представленные в «Я» концепции образа физического «Я»:

1) «Я»-физическое функциональное – это представления субъекта о своемтеле, которые основываются на функционировании тела, как физическогосубстрата, чаще всего на биологических обратных связях;

2) «Я»-физическое социальное – это представления о теле, которые формируются под влиянием социального окружения и являются знанием о том, каки каким он выглядит в восприятии других людей.

3) «Я»-физическое идеальное – это представление человека о себе, котороеформируется путем усвоения культурных форм и норм и является видениемчеловека таким, каким нужно быть [23].

Анализ отечественных исследований по данному вопросу показал, чтоструктура образа телесного «Я» состоит из внутренних и внешних компонентов. Внутренние компоненты (внутреннее пространство) познаются через внутренние ощущения, чувства и образы. М.М. Бахтин, выделяя внутреннее и внешнее тело, полагал, что внутреннее тело как момент самосознания –представляет собой совокупность внутренних органических ощущений, потребностей и желаний, объединённых вокруг внутреннего мира» [2]. Внешние компоненты (внешность и жизненное внешнее пространство) не толькоощущаемы, чувствуемы, но и внешне наблюдаемы. Большинство существующих психологических исследований посвящено именно видимому телу ивнешности как компоненту образа «Я».

Идеальное «Я» складывается, с одной стороны, из целого ряда представлений, отражающих желания и устремления индивида, с другойстороны, нужно учитывать, что эти желания обусловлены зачастую социумом, вследствие чего они бывают оторваны от реальности. Таким образом, выделенные компоненты согласуются друг с другом, и не вступают в противоречие.

Образ физического «Я» является устойчивым образованием. Формирование отношения к телу складывается на ранних стадиях онтогенеза и связано с социальной ситуацией развития ребенка. В подростковом возрасте особо уязвимой структурой образа «Я» становится внешность иее самооценка, колебания которой могут оказать значительное влияние наобщий уровень отношения к себе.

Наиболее обращенным к внешнему миру компонентом образа «Я» является представление человека о собственной внешности. Именно этот аспект физического образа непосредственно подводит исследователя к социально-психологической проблематике. Образ тела и схема тела формируютсяв непосредственном социальном взаимодействии. Данные процессы происходят на раннем этапе жизнедеятельности и завершаются к началу сознательнойжизни человека. Представление о собственной внешности также закладывается у ребенка относительно рано. Отличительной особенностью его формирования является связь с эмоционально-ценностным отношением к себе (самооценкой). Характер отношения к себе во многом определяется особенностями социального опыта человека [1]. Согласно исследованиям Е.Т. Соколовой, выполненным в русле разных психологических отечественныхшкол (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.Н. Мясищев, Б.В.Зейгарник, А.А. Бодалев), самооценки закладываются в раннем детстве, иглавным фактором при этом выступает характер детско-родительских отношений[37]. Так, неприязнь, отдаленность, неуважение родителями ребенка переходят в дефект самооценки вплоть до неприязни к себе - своим чертам, физическому облику. В итоге самооценка внешности оказывается практическине связанной с объективными физическими данными ребенка, становится зависимой от позитивного или негативного отношения со стороны родителей иближайшего окружения.

Я-физическое - это реально существующий психический механизм развития человека, который на системном уровне осуществляет саморазвитие, самодвижение, самореализацию.

Применительно к внутреннему компоненту образа физического «Я» можно выделить:

1) аффективный компонент – самооценка, аффективная оценка этого представления, то есть эмоциональное отношение к своему телу, находящееся в зависимости от временных и событийных факторов;

2) когнитивный компонент – представление индивида о своем теле;

3) поведенческий компонент – поведенческая реакция, конкретные действия,вызванные особенностями образа физического «Я».

В большинстве исследований образ тела рассматривается в качестве одного из важнейших компонентов самосознания.В процессе развития образ тела органически включается во все звенья структуры самосознания: притязание на признание, половая идентификация, психологическое время личности, социальное пространство личности, реализуемое через права и обязанности.

Термин "образ" - это значения и внутренние построения, которые противоположны реальности физического опыта. Образ телаесть осознаваемое человеком представление о собственном теле. Реальность таких образов отличается от реальности тела. Образ обретает реальность, когда соединяется с ощущениями и чувствами. Внутреннее здоровье предполагает, что образ совпадает с реальностью. В этом случае образ себя един с внешним видом тела и с чувствами человека [21].

Зачастую человек принимает свою личность как нечто, само собой разумеющееся. Распад Я и тела принято называть шизоидным отклонением, которое лежит в основе проблемы сравнения [44]. В подобном переживании отсутствует чувствование собственного тела, и человек ощущает нереальность себя как телесной оболочки. Такой феномен известен как деперсонализация. Если подобные явления продолжаются, человек теряет не только чувство единения, и конечно сознательное понимание личности.

Воспитываясь даже в полной семье, в которой для его развития созданы все необходимые условия, ребенок тем не менее сталкивается с трудностями формирования положительного образа своего тела.

Физическое «Я» создается в процессе взаимодействия человека с внешним миром [19]. Первый уровень взаимодействия - взаимодействие субъекта с объектным миром. Поскольку тело является материальным объектом, то некоторое представление о своей телесности, а вернее один из

источников построения комплексного образа своего тела, формируется на этом уровне. И, соответственно, в представлении о себе можно выделить соответствующий структурный компонент: Я физическое -функциональное - это тот образ, который основывается на биологических обратных связях и складывается на основе работы тела как физического объекта.

Второй уровень взаимодействия субъекта с внешним миром: субъект - субъектный. Здесь субъект сталкивается с оценкой себя окружающим миром. Такая оценка является источником построения образа Я, в том числе и физического «Я». Соответственно этому уровню взаимодействия можно выделить в представлении о своем физическом «Я» другой структурный компонент: Я - физическое социальное - это образ, складываемый на основе оцениваниясоциального окружения и являющийся представлением субъекта о том, каким он выглядит в глазах других людей.

Третий уровень взаимодействия - взаимодействие субъекта с социумом. На этом уровне субъект сталкивается с культурными ценностями. Так же на этом уровне находится еще один источник построения образа тела, соответственно которому можно выделить структурный компонент в физическом Я: Я физическое - идеальное - образ, создаваемый на основе усвоения культурных стереотипов и групповых норм и является представлением субъекта о том, каким нужно быть[8].

Таким образом, физическое «Я» субъекта складывается на основе различных источников. Во-первых, это опыт, который приобрел субъект в результате работы своего тела как физического объекта, во-вторых, это оценки окружения, воспринимаемые им в процессе общения, и, в-третьих, это культурные нормы, стереотипы и эталоны физического развития, усваиваемые в системе отношений субъекта и социума. Согласно этим принципиальным источникам можно выделить три компонента образа физического «Я»;

- Я - физическое функциональное;
- Я - физическое социальное;

- Я - физическое идеальное.

Необходимо отметить, что эти три компонента присутствуют как на каждом из уровней иерархических моделей (вертикальные схемы), так и в любом аспекте широкого феноменологического поля телесных проявлений (горизонтальные схемы). Таким образом, предложенная модель может служить третьей координатой (объемной) для рассмотрения одной реальности - телесного опыта. В таком случае, все рассмотренные способы концепции телесного, включая последний, не противостоят друг другу, а скорее дополняют друг друга. Вопрос возникает лишь при соединении данной модели с генетическими схемами, т.е. что происходит со структурными компонентами физического «Я» с процессом развития. Казалось бы, проще всего считать три компонента - функциональный, социальный и идеальный - тремя этапами развития физического «Я», но порождающие эти структурные компоненты уровни взаимодействия с внешним миром субъект - объектный, субъект - субъектный и субъект - социумный невозможно распределить во времени. То есть образ физического «Я» объединен в процессе жизни. Однако можно предположить, что каждый структурный компонент имеет некоторую самостоятельность: во-первых, компоненты могут по-разному меняться с возрастом, во-вторых, их соотношение может быть различно в зависимости от возраста и от пола, и, в-третьих, они могут быть по-разному связаны с особенностями личности и общения, которые играют значимую роль в формировании образа Я.

Согласно одному из положений концепции структуры самосознания В.С. Мухиной, образ тела в процессе жизнивыступает в качестве основного элемента формирования структуры самосознания. В процессе развития образ тела органически включается во все звенья структуры самосознания: притязание на признание половая идентификация, психологическое время личности (индивидуальное прошлое, настоящее, будущее), социальное пространство личности, реализуемое через права и обязанности [25].

В концепции В.С. Мухиной идентификация и обособление представлены как универсальные психологические механизмы формирования самосознания личности. Ребенок, идентифицируя с телесностью своих родителей и ближайшего окружения, формирует собственный образ тела. В процессе присвоения ребенком эмоционально-ценностного отношения к нему взрослых и осознания своей телесной идентичности, значение имеет эмоционально положительно окрашенный физический контакт ребенка с матерью и другими близкими. Идентификация ярко представлена в инфантильных оценках ребенком своей внешности: "Я похож на папу" или "Я похожа на маму" [25].

Образ тела является важнейшей характеристикой, обусловливающей процесс половой идентификации [4]. Уже на ранних этапах жизни ребенок может отнести свой физический облик к тому или иному полу. По мнению автора, образ тела оказывается тесно связанным с психологическим временем личности. Если на ранних этапах онтогенеза ребенок воспринимает свою телесность в настоящем и еще смутно представляет перспективы изменения своего тела, то на более поздних этапах жизни он способен строить идеальные модели своего тела и развивать ту или иную степень активности по воплощении их в будущем. Другими словами, психологическое время личности способствует формированию активного отношения к своей телесности. Зафиксированные в культуре нормы, стереотипы поведения относительно прав и обязанностей человека создают ориентиры, позволяющие ребенку соотнести свой образ тела с условиями той или иной деятельности. Воспитываясь даже в полной семье, ребенок с физическими дефектами сталкивается с трудностями формирования адекватного положительного образа тела. К числу таких трудностей следует отнести потерю потребности в эмоциональном тепле и физическом контакте, ограничения на деятельность, нестандартные реакции окружающих[19].

1.2 Изучение особенностей подросткового возраста

Подростковый возраст является периодомперехода от детства к взрослости. Этот возрастотносится к числу критических периодов развития жизни личности, так как этот период связан с большими преобразованиями в сфере сознания, деятельности и системы взаимоотношений личности подростка. Этот этап характерен бурным ростом человека, формированием организма в процессе полового созревания, что способствует влиянию на психофизиологические особенности подростка. Происходит формирование новых личностных и психологических качеств подростка, которые составляютобщение в процессе различных видов деятельности. Главнойособенностьюобщения подростков выступает ярко выраженный личностный характер. Важным является стремление приобщиться к миру взрослых,ориентация поведения на нормы и ценности «взрослого мира»[21].

Для подросткового возраста характерно:

- Социальный статус подростка не отличается от детского возраста, так как практически все подростки находятся на содержании родителей или государства.
- Психологический статус крайне противоречив: для него характерны максимальные диспропорции в темпах и уровне развития.
- «чувство взрослости» - основное новообразование данного периода развития - определяет новый уровень притязаний, отсюда - типичные возрастные конфликты и их преломление в самосознании подростка. В целом это период завершения детства и начала «вырастания» из него.

Время взросления.

Подростковый возраст охватывает период жизни достаточно длительный. Его начало приходится на 11-12 лет. Заканчивается он по-разному: в 15, 16, 17 или даже в 18 лет.Границы подросткового возраста у каждого индивидуальны. Характерной особенностью является быстрый темп

полового созревания. Он начинается в младшем подростковом возрасте. К концу периода завершается физическое формирование взрослого.Самые глобальные изменения происходят в центральной нервной и эндокринной системах. Происходит выброс гормонов. Проявляются явные признаки полового созревания, у девочек и мальчиков окончательно формируется разница во внешнем облике и в моделях поведения. Подростковый возраст является очень сложным этапом для самих детей, их родителей и учителей.

Психологические особенности.

Психологические особенности подросткового возраста характеризуются противоречивостью во всем. С одной стороны подросток крайне болезненно относится к любой критике, но с другой – ждет общения с ним как с взрослым человеком. Из-за импульсивности и нетерпения подростки не могут справиться иногда даже с повседневными обязанностями, но становятся более ответственными и способными на выполнение сложных дел. Внимательность к мелочам и деталям совмещается у подростков с удивительной душевной черствостью и порой даже с жестокостью. Желание быть «как все» противостоит собственной индивидуальности и независимости от мнения окружающих. Независимость суждений и борьба с авторитетами граничит с обожествлением кумиров и копированием поведения случайных людей.Общая характеристика подросткового возраста отличаются следующими чертами поведения: эмоциональной неустойчивостью; резкими перепадами настроения; повышенным самолюбием;резкостью суждений;застенчивостью и неуверенностью в своих силах.

Половое созревание.

Наступление подросткового возраста со всей очевидностью проявляется во внезапном увеличении роста и развитии вторичных сексуальных признаков. У девочек этот процесс начинается приблизительно на 2 года раньше и длится в течение более короткого времени (3-4 года), чем

у мальчиков (4-5 лет). Этот возраст считается периодом выраженного увеличения сексуальных желаний и энергии, особенно у мальчиков.

Фазы биологического созревания параллельно формируются с развитием интересов подростка. С одной стороны, теряется интерес к вещам, которые его интересовали раньше, интерес к детским увлечениям пропадает. При этом не утрачиваются ни навыки, ни сложившиеся механизмы поведения. С другой стороны, возникают новые интересы. Подросток интересуется новыми книги, в основном, эротического характера. Прослеживаетсяострый сексуальный интерес.

Психологическая характеристика подросткового возраста определена ускоренными темпами полового развития. Это проявляется и во внешности подростков. И у девочек, и у мальчиков появляются вторичные половые признаки. У них меняется тембр голоса, у мальчиков это изменение более заметно. У девочек появляются менструации и налаживается менструальный цикл. У мальчиков увеличивается рост и вес.Подростки уделяют повышенное внимание своей «взрослости». Они начинают подражать старшим, причем не только их положительным чертам и привычкам, но и отрицательным.Во время смены интересов есть момент, когда кажется, что у подростка вообще отсутствует какой бы то ни было интерес.Позже, в начале новой фазы, у ребенка появляется множество новых интересов. Из них путем дифференциации выбирается группа центральных интересов. Причем вначале это происходит под знаком романтических стремлений, под конец - реалистический и практический выбор одного устойчивого интереса, связанного с основной жизненной позицией, избираемой подростком.

Развитие личности.

Возрастные особенности подросткового возраста ведут к развитию того или иного типа человеческой личности. Постепенно от слепого копирования оценок взрослых подростки переходят к анализу и оцениванию поступков и действий других людей. Они учатся оценивать и себя. Основным

инструментом обучения самооценке является сравнение поступков других людей и своей личности.

Одна из ярких особенностей подросткового возраста – реакция эмансипации. Взросление невозможно без принятия ответственности за свои поступки. Подростки стараются высвободиться из-под влияния взрослых, поступать и действовать самостоятельно. Иногда это стремление чрезмерно и выражается через крайние формы. Подростки конфликтуют с родителями, уходят из дома, пытаются отгородиться от своей семьи.

Чувство «взрослости», рост самосознания, пробуждение интереса к противоположному полу можно отнести к новообразованиям подросткового возраста. Подросток уже чувствует себя полноценной личностью и отстаивает свое право на самостоятельность суждений и на принятие решений. Он хочет занимать активную жизненную позицию,приносить пользу обществу. Но реализовать себя и осуществлять серьезную деятельность подросток еще не в состоянии. Поэтому для него характерна показная «взрослость», отстаивание которой часто оборачивается конфликтами с окружающими.

Особенности подросткового возраста психология признает одним из самых сложных периодов развития личности. Это трудное время родители должны пройти вместе со своими детьми. С их стороны позиция должна быть определенной и твердой. Чрезмерная опека и большое количество требований может привести к неразрешимым конфликтам. Попустительство, равнодушие, недостаток требовательности родителей не менее вредно для детей в подростковом возрасте. Это приведет к возникновению новых проблем и углублению существующих.

Самоотношение в подростковом возрасте.

Большинством авторов отмечается, что подростковый возраст является критическим для формирования самоотношения (И.С. Кон, В.С. Мухина, И.И. Чеснокова, Д.И. Фельдштейн и др.).

Это обусловлено неоднозначностью и противоречивостью развития детей на данном возрастном этапе. Особенности развития личности в этот период во многом определяют и последующий жизненный путь. В подростковом возрасте наиболее чётко проступают все особенности психической сферы ребёнка и проявляются результаты воздействия социальной среды.

Как считают многие авторы, самоотношение является ведущим компонентом структуры самосознания подростка. Это обусловливает развитие в его сознании совершенно новых психологических образований - рефлексии на себя, на других, на общество [6].

Под влиянием комплексных ситуационных и психологических факторов происходит качественная перестройка или «закреплением» ранее сложившихся критериев оценочного и эмоционально-ценностного отношения к себе.

Своеобразие самоотношения в подростковом возрасте определяется тем, что именно в этот период происходит становление самосознания личности, сопровождаемое рядом психосоциальных противоречий: с одной стороны подросток воспринимает себя как личность исключительную, ставит себя выше других людей, с другой стороны сомневается в себе, но старается не допускать в сознание эти сомнения [12].

Ещё одной отличительной чертой самоотношения подростка является то, что выработанная им ранее система оценочных суждений в свой адрес, и в адрес «других», сложившееся эмоционально-оценочное отношение к собственному «Я». Такая оценка была привита родителями подростка, через свое отношение к нему. Впоследствии такая оценка начинает подвергаться влиянию оценочных суждений сверстников, выступающих на данном возрастном этапе предпочтительной группой. Создающееся внутриличностное противоречие в оценке себя и других, ценностях, интересах имеет своё проявление в поведении [20].

Ключевым противоречием самосознания данного периода, согласно Фельдштейну, является противоречие между критическим отношением подростка к себе, недовольством собой, с одной стороны, и потребностью в общем положительном отношении к себе как к личности со стороны окружающих - с другой [41].

Внешний вид.

Осознание особенностей своей внешности также влияет на формирование у подростка многих важных качеств личности (например, уверенности в себе, жизнерадостности, замкнутости, индивидуализма). Начиная с подросткового возраста, общая самооценка у девочек существенно ниже, чем у мальчиков, и эта тенденция напрямую связана с самооценкой внешности. Причем, Я-концепция девушек сильнее коррелирует с оценкой привлекательности своего тела, чем с оценкой его эффективности: у юношей, наоборот, ведущим критерием самооценки является эффективность тела. В конце подросткового возраста, на границе с ранней юностью, представления о себе обычно стабилизируются и образуют целостную систему «Я-концепция», что является важнейшим этапом в развитии самосознания.

Характерной особенностью подростков является повышенное внимание к своим особенностям, к тому, что отличает их от других или делает похожими на других. Особое внимание в этих сравнениях уделяется внешнему виду. Перестройка организма в течение пубертатного периода создает предпосылки для частого недовольства своей внешностью[14].

Общение со сверстниками.

Характеристикой подросткового возраста является чрезвычайно сильное влияние сверстников. Одним из самых важных факторов является их положение в группе. Для них характерно желание слиться со значимым кругом сверстников, быть похожим на лидера группировки. При этом мнение родителей и других взрослых часто проигрывает по сравнению с авторитетом подросткового сообщества.

Комфортная обстановка в пределах своей группы, слияние с друзьями по взглядам, привычкам, поведению дает подростку чувство эмоциональной безопасности. Но иногда слепое следование правилам компании, которую предпочитает подросток, может привести к самым неблагоприятным последствиям.

Подростки часто мечтают о единственном, самом верном друге. В то же время они могут менять друзей, ссориться и находить новых знакомых, которые быстро становятся идеалом и кумиром.

Неустойчивость поведения.

Психология подросткового возраста обусловлена физическими изменениями организма ребенка. В начале периода скорость развития эндокринных центров опережает развитие половой системы. Поэтому центральная нервная система подростков находится в неуравновешенном состоянии.

Наблюдается высокая утомляемость. Из-за ускоренного роста и недостатка витаминов и полезных веществ могут появиться проблемы в опорно-двигательном аппарате: сутулость, искривление позвоночника. Это еще больше влияет на психическую устойчивость подростков. От анатомо-физиологических особенностей подросткового возраста зависит процесс развития психики детей от 11 до 17 лет.

Процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Отсюда резкая, часто неадекватная реакция на замечания и на действия взрослых и сверстников. Настроение часто меняется, от приподнятого до угнетенного состояния и наоборот.

В подростковом возрасте значительно усиливается и формируется окончательно интерес к противоположному полу. Развиваетсяи возникает половое влечение. Предъявляются повышенные требования к своей внешности.

Особенности мышления.

Новое мышление оказывает влияние и на язык, речь. Эту стадию можно сравнить, только с ранним детством, когда развитие мышления продвигается вслед за развитием речи.

Мышление в подростковом возрасте - одна из самых важнейших функций в процессе развития. Под влиянием мышления закладываются основы личности и мировоззрения подростка.

Мышление в понятиях перестраивает и низшие, ранние функции:восприятие, память, внимание, практическое мышление (илидейственный интеллект). Кроме того, абстрактное мышление является предпосылкой (но не гарантией) того, что человек достигнет высшей стадии нравственного развития.

Так же у подростка наблюдаетсяснижение продуктивности и способности к учебной деятельности даже в той области, в которой ребенок одарен. Ухудшения проявляются, когда задается творческое задание. Дети способны выполнять так же, как и прежде, только механические задания. Это связано с переходом от наглядности и знания к пониманию и выводам. Происходит переход на новую, высшую ступень интеллектуального развития, которое влечет за собой новый способ поведения, новый механизм мышления. На смену конкретному приходит логическое мышление. Это проявляется в требовании доказательств и критическому обращению к информации. Подросток теперь интересуетсяопределенным, его интересуют философские вопросы. Он охладевает к рисованию и начинает любить музыку, самое абстрактное из искусств.Происходит открытие мира психического, внимание подростка впервые обращается на окружающих лиц. С развитием мышления наступает интенсивное самонаблюдение, познание мира собственных переживаний. Происходит разделение мира внутренних переживаний и внешней действительности.

Иногда переходный этап от подросткового к юношескому возрасту называютфазой второго негативизма в сравнении с кризисом 3 лет. Ребенок становится враждебным к окружающим,склонным к нарушению дисциплины. Одновременно испытывает внутреннее беспокойство,

недовольство, стремление к одиночеству, к самоизоляции, отчуждение. У мальчиков негативизм проявляется ярче и чаще, чем у девочек, и начинается позже - в 14-16 лет.

Поведение подростка во время кризиса не обязательно имеет негативный характер. Л.С.Выготский пишет о трех вариантах поведения.

1) Негативизм ярко выражен в каждой области жизни подростка. Это длится либо несколько недель, либо подросток надолго выпадает из семьи, недоступен уговорам старших, возбудим или, наоборот, пассивен. Такое трудное и острое протекание наблюдается у 20% подростков.

2) Подросток является возможным оппозиционером. Это проявляется лишь в некоторых жизненных ситуациях, главным образом как реакция на отрицательное влияние среды, например конфликты в семье,угнетающее действие школьной обстановки. Таких детей большинство, примерно 60 %.

3) Негативных явлений нет вовсе у 20 % детей [6].

Подростковый период выделяется не во всех обществах, а лишь с высоким уровнем культуры. Промышленное развитие приводит к тому, что требуется все более продолжительное время для общественного и профессионального обучения детей и соответственно расширения рамок подросткового возраста.

1.3. Особенности формирования образа физического «Я» в подростковом возрасте

Подростковый возраст является сложным периодом развития ребенка. Часто его называют периодом «гормонального взрыва». Так как в данном периоде происходит кризис подросткового возраста. В это тяжелое впсихологическом смысле время, происходит постепенное превращение ребенка во взрослого, влекущее за собой изменения во всех сферах:физической, физиологической и личностной, социальной и

нравственной. Эти изменения, представляют собойпсихологические достижения, отражающие содержание каждого моментаразвития [48].Основное содержание самосознания в подростковом и юношескомвозрасте - это образ физического «Я». В этот период происходит не толькостановление духовного мира и мировоззрения, осознание и обогащениекачеств личности, но и овладение собственным телом.Организмразвиваетсявтечение всей жизничеловека,нонаибольшую интенсивность данный процесс получает в детском иподростковом возрасте. В период подросткового возраста с телом ребенка происходят кардинальные изменения, которые влекут за собой потребность в изменение образа своего физического «Я», и построение его мужской или женской идентичности, а также последовательный переход квзрослой генитальной сексуальности. Резкий переход психического ифизического развития ставит перед подростком задачу переустройства своеготелесного образа,чтоприводиткутратеимпривычного образа физического «Я» и обретению нового образа тела.Осознание своего физического образа является одним из самых главных процессов,принимающихучастиевстановлениилиличности подростка,одним из направляющих факторов поведения человека. Оценка своей внешности влечет за собой изменение самочувствия, можетопределять характер взаимоотношений между людьми [13].

В период подросткового возраста интенсивно возрастает интерес к собственной внешности. Это происходит посредством бурного роста,перестройки организма. Формируется новый образ физического «Я», который имеет значительную важность для подростка [5]. Он тяжелопереживает наличие изъянов собственной внешности, даже если они ложные.Непропорциональноетелосложение,несоответствиеобщепринятым стандартам черт лица, не идеальная кожа, худощавость или полнота - это все очень расстраивает подростка, у него начинает развиватьсячувство

неполноценности, он становится замкнутым, в некоторых случаях это может привести к неврозу.

Негативные эмоциональные реакции подростка на свою внешностьмогут значительно смягчить дружеские, доверительные отношения сблизкими взрослыми, например с матерью. Она должна в этот непростойпериод оказывать максимальную поддержку своему ребенку, проявлять вобщении с ним понимание и тактичность, ведь любое бестактноезамечание,подтверждающееухудшиеопасенияподростканасчетнедостатков своей внешности, или ирония по поводу его бесконечногонахождения у зеркала, еще больше усугубляют пессимизм подростка. [14].

На физический облик и самосознание подростка большое влияниеоказывает скорость полового созревания, которое зависит от эндокринныхизменений. Ворганизмеэтопроисходитвизменении роста и веса, что иногда может сопровождаться появлению неуклюжести подростка, появлению вторичных половыхпризнаков,возникновениетрудностейвфункционированииисердца илегких,кровоснабжения головного мозга, которые могут вызывать характерныеперепады сосудистого и мышечного тонуса, быструю смену физическогосостояния и, соответственно, настроения. В связи с этим ребеноквынужден постоянно приспосабливаться к физическим и физиологическимизменениям, происходящим в его организме, переживать «гормональнуюбурю»[32]. Подростки как будто все время находятся в состоянии стресса.В более выгодном положении оказываются дети с более раннимсозреванием, так как акселерация дает возможность благоприятногоразвития личности.

Особенно характерно это проявляется у мальчиков. Подростки сранним половым созреванием более развиты физически, успешны вспорте, увереннее чувствуют себя в отношениях с противоположнымполом. К ним формируется отношение, как к более взрослым, в отличие оттех, созревание которых происходит медленнее, соответственно к нимдольше сохраняется

отношение, как к маленьким, что вызывает у нихчувство протеста, негативные эмоции. Для них характерно неестественноеповедение, излишняя разговорчивость, это связано с их стремлениемзавоевать авторитет среди сверстников.

У девочек с наличием раннего полового созревания это выражаетсяв большей уверенности в себе, спокойной манере поведения [37].В подростковом возрасте изменения тела разнообразны и являютсяважными в социальном функционировании. В этот период для подростка очень важно восприятие его внешности окружающими людьми, то как его внешность влияет на социум,благодаря восприятию своей внешности он составляет мне ние о себе. Говоря о себе, подросток намного чаще, чем дети и взрослые,описывает черты своего внешнего облика. Это можно объяснить тем, чтопериод взросления наиболее полно проявляется у подростка в результатеизменения внешних данных.Подростки по-разному переживают отсутствие красоты, высокогоинтеллекта или физической силы. Кроме того, представлениям о себедолжен соответствовать определенный стиль поведения. По мнениюИ.Ю. Кулагиной, девочка, считающая себя привлекательной, держитсяиначе, чем ее сверстница, которая находит себя некрасивой, но очень умной [21]. Описывая процесс познания собственных качествподростком,подчеркивается,чтоприэтомсохраняетсятажепоочереднос ть, что и в процессе познания характеристик другого. Первостепенно выделяются чисто внешние, физические характеристики, потом умения и навыки в любых видах деятельности, и, лишь в конце,личностные качества, обогащенность внутреннего мира [44].В отечественной психологии взгляд на образ физического «Я»представлен как комплексное объединение восприятий, установок, оценок.А.А. Бодалев показал зависимость между точностью восприятиясвоей внешности и самооценкой личности. По мнению автора, такие чертывнешности, как рост, комплекция, цвет волос и глаз, форма носа, являютсяосновными и наиболее общими, главенствующими характеристиками для всех людей [6].

В.Н. Куницына подробно анализировала особенности формированияобраза тела у подростков. По мнению автора, знания человека, полученныев результате образования, жизненного опыта, оценки физических качестваго внешности другими людьми в большой степени способствуют формированию образа тела [22].Доказано, что степень и адекватность осознания соматическойконституции является одним из важных внутренних условий, котороеактивно участвует в формировании личности человека. Особое значениеприобретаетправильносформированноепредставлениеосебевподростковом и юношеском возрасте. В образе воспринимаемого человека любого возрастаглавнымидляподросткаявляются физические особенности,внешность,затемодежда,прическаивыразительноеповедение. В этом возрасте процесс закрепления знаний о своем организмеи чертах собственной внешности тесно связан с формированиемтаких личностных качеств, как уверенность в себе, жизнерадостность,замкнутость, индивидуализм.

С возрастом увеличиваются объем и адекватность оцениваемыхкачеств,расширяетсякругкатегорийипонятий,снижаетсякатегоричностьсуждений,ипоявляется снисходительностьиразносторонность. В физическом облике другого человека, его одежде, прическе чаще отмечаютсяпризнаки,отражающиехарактер,неповторимость, индивидуальность. Восприятие определенным образом можетбытьобусловленовлияниеминдивидуальныхособенностей,влиянием группового мнения, а также влиянием стереотипов.

В исследовании Б.В. Ничипорова сказано, что в подростковомвозрасте повышается значимость внешнего облика в шкале ценностей,образуется представление о собственной внешности и ее элементах. В этотпериод создается устойчивая самооценка внешности[28].

В сознании образуется связь между идеалом внешней привлекательности личности исамооценкой внешности. Для здоровых

подростков характерно наличиесозданного идеала внешней привлекательности, но с отсутствием прямойсвязи между самооценкой внешнего облика, эмоциональным фоном настроения и установкой личности на приятие или неприятие себя[27].

Значимость внешности для старшеклассника подчеркивал И.С. Кон:«Подростки и юноши особенно чувствительны к особенностям своего телаи внешности, сопоставляя свое развитие с развитием товарищей. Для ребят очень важно, насколько их тело и внешность соответствуют «стереотипному образу». При этом юношеский эталон красоты и просто приемлемой внешности нередко завышен, нереалистичен» [16].

Разбирая, можно сказать, что в подростковом и раннем юношескомвозрасте продолжается становление знаний о своем теле, его функциональных возможностях. Более углубленный интерес к самомусебе, по сравнению с интересом к другому человеку вобластисвоего физического облика, объясняется характерным для этоговозраста углубленным процессом самопознания, исоответствие физического развития ребенка стандартам, принятым в группе егосверстников, становится определяющим фактором в его социальномпризнании.

Итак, физические изменения, происходящие в период подросткового возраста, очень существенны,так как происходит постепенный переход от ребенка к взрослому. Сильные перемены во внешнем образе,неуклюжесть, проблемы с кожей, непропорциональность тела, приводят к серьезным переживаниям подростка. Родителям важно предоставлять детямэмоциональную поддержку в такой непростой период, вызывающий убольшинства из подростков рост неуверенности в себе, помогать приспосабливаться к происходящим с нимиизменениям. Разбирающиеся ввопросах физического развития, взрослые смогут объяснить своему ребенку, что и почему происходит с ним, подготовить его к неравномерному развитию организма. Это имеет большое значение, потому что основы

самооценки закладываются в раннем детстве, и главным фактором при этом выступает характер детско-родительских отношений.

Так, неприязнь, отдаленность, неуважение переходят в дефект отношенияиндивида к себе, вплоть до абсолютной неприязни - к своим чертам,физическому облику. В итоге самооценка внешности оказывается необъективной, а зависит от позитивного или негативного отношения состороны родителей и ближайшего окружения.

В подростковом возрасте резко повышается интерес к своей внешности. Формируется новый образ физического «Я». Из-за его глубокой значимости подросток остро переживет все изъяны своей внешности, действительные и надуманные. Непропорциональность частей тела, неловкость движений, неправильность черт лица, кожа, теряющая детскую чистоту, излишний вес или худоба - все расстраивает, а иногда приводит к чувству неполноценности подростка.

На образ физического «Я» так же,само собой влияет и темп полового развития.

Девочки с ранним физическим развитием обычно более уверены в себе и держатся спокойнее. Для мальчиков же сроки их созревания особенно важны. Физически более развитый мальчик сильнее, успешнее в спорте и других видах деятельности, увереннее в отношениях со сверстницами. Он вызывает отношение к себе как к более взрослому. Напротив, к мальчику с поздним созреванием чаще относятся как к ребенку и, тем самым, провоцируют его протест или раздражение. Такие мальчики менее заметны среди сверстников, они часто становятся агрессивными,суетливыми, излишне разговорчивыми, пытаются привлечь к себе внимание и ведут себя неестественно, у них чаще образуется низкая самооценка и появляется чувство отверженности.

Выводы по главе 1

Проведенный теоретический анализ литературных источников показал, что подростковый возраст является критическим для формирования самоотношения так как оно является ведущим компонентом структуры самосознания подростка.

Самоотношение личности подростка непосредственно зависит от физического образа «Я». Неудовлетворенность подростка своими физическими данными, переживания по поводу своей внешности складываются в представление о своем телесном «Я» и снижают уровень самопринятия. Принятие подростком своего тела определяет принятие себя, формирования позитивной формы самоотношения. Задача развития телесной идентичности заключается в том, чтобы прийти к принятию своего телесного «Я». В частности, отношение к себе с точки зрения довольства или недовольства своим телом, различными его частями и индивидуальными особенностями является существенным компонентом сложной структуры самооценки и имеет огромное влияние на самореализацию личности во всех сферах жизни.

Формирование позитивного физического «Я» подростка связано с познанием схемы собственного тела, его уникальных двигательных возможностей, а также с освоением жестов, мимики и др. Построение целостной структуры телесного образа «Я» в формирующей работе возможно при условии включения в деятельность всех уровней индивидуальности и всех аспектов самосознания.

И, наконец, осознание и развитие субъектного отношения к образу физического «Я» обеспечит целостность, стабильность и позитивный характер самоотношения подростка.

Глава 2. Эмпирическое исследование самоотношения старших подростков с разным образом физического «Я»

2.1 Организация и методы эмпирического исследования

Для подтверждения гипотезы было организовано и проведено исследование по изучению самоотношения старших подростков с разным образом физического «Я». Гипотеза исследования: у подростков с неудовлетворенным отношением к образу физического «Я» преобладает негативная форма самоотношения, которая сопровождается ярко выраженным внешним локус контролем, низким уровнем развития рефлексии и негативной сформированностью личностной идентичности.

В исследованииприняли участие ученики 8 классов школыим. С. Е. Кузнецова, с. Чемодановка в количестве 40 человек. Возрастные границы учащихся - 14-15 лет. Диагностика была проведена в феврале 2017 года.

Необходимые для проведения исследования методики обладают достаточными психометрическими характеристиками по критериям валидности и надежности.

В исследовании были использованы следующие методики:

Авторская анкета изучения оценки своей внешности.

Данная анкета содержит десять вопросов, направленных на выявление отношения к своей внешности. Анкета содержит в себе варианты ответов такие как Да и Нет. Каждый положительный ответ оценивается в 1 балл. В итоге суммируется набранная сумма баллов и определяется отношение испытуемого к своей внешности.Оно может быть удовлетворительным или неудовлетворительным. Все результаты оцениваются качественным образом, анализируется каждый ответ, за позитивный ответ начисляется 1 балл. По сумме баллов судят об удовлетворительном/неудовлетворительном отношении к своей внешности. Более половины положительных развернутых

ответов свидетельствует об удовлетворительном отношении к своей внешности испытуемого.

Методика «Определение типа личностной идентичности подростка» С. С. Носова.

В основу вопросов даннойанкеты были заложены критерии, выделенные Э. Эриксоном и Дж. Марсиа, отвечающие основным линиям формирования идентичности подростка. Тест включает в себя шкалы: отношение к будущему, к прошлому, настоящему, самоотношение, позитивные и негативные идентификации, уход от близких взаимоотношений, размывание времени, способности к продуктивной работе, открытость и закрытость новому опыту. Все результаты оцениваются качественным образом, анализируется каждый ответ, за позитивный ответ начисляется 1 балл. По сумме баллов судят о позитивной/негативной идентичности. Более половины положительных развернутых ответов свидетельствует о позитивном самосознании испытуемого.

Методика диагностики рефлективности А. В. Карпова.

Методика предназначена для определения уровня развития рефлексии у личности. Тест состоит из 27 суждений по отношению к которым подростки должны выразить степень своего согласия.Варианты ответов: «Абсолютно верно» - 1; «Неверно» - 2; «Скорее неверно» - 3; «Не знаю»-4; «Скорее верно»-5; «Верно»-6; «Совершенно верно»-7.

Из этих 27 утверждений 15 являются прямыми (номера вопросов: 1,3,4, 5,9,10,11,14, 15, 18, 19,20,22,24,25). Остальные 12 – обратные утверждения, что необходимо учитывать при обработке результатов, когда для получения итогового балла суммируются в прямых вопросах цифры, соответствующие ответам испытуемых, а в обратных – значения, замененные на те, что получаются при инверсии шкалы ответов. Т.е. 1=7, 2=6, 3=5, 4=4, 5=3, 6=2, 7=1.

При интерпретации результатов целесообразно исходить из дифференциации полученных результатов на три основные категории. Результаты методики, равные или большие, чем 7 стенов, свидетельствуют о высокоразвитой рефлексивности. Результаты в диапазоне от 4 до 7 стенов – индикаторы среднего уровня рефлексивности. Показатели, меньшие 4-х стенов – свидетельство низкого уровня развития рефлексивности.

Методика «Уровень субъективного контроля» Е. А. Бажина, Е. А. Голышкина, А. М. Эткинд.

Методика, предназначенная для диагностики интернальности - экстернальности, то есть степени готовности человека брать на себя ответственность за то, что происходит с ним и вокруг него. Разработана на основе шкалы Дж. Роттера в НИИ им. Бехтерева и опубликована Е. Ф. Бажиным, Е. А. Голынкиным, Л. М. Эткиндом.Опросник состоит из 44 пунктов.Методика содержит в себе 7 шкал:

1) Шкала общей интернальности (Ио). Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. Для определения УСК по данной шкале необходимо помнить, что максимальное значение показателя по ней равно 44, а минимальное - 0.
2) Шкала интернальности в области достижений (Ид). Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над эмоционально положительными событиями. Максимальное значение показателя по этой шкале равно 12, минимальное - 0.
3) Шкала интернальности в области неудач (Ин). Высокий показатель по этой шкале говорит о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неприятностях и неудачах. Низкий показатель свидетельствует о том, что человек склонен приписывать ответственность за подобные события другим людям или

считать их результатами невезения. Максимальное значение Ин - 12, минимальное - 0.

4) Шкала интернальности в семейных отношениях (Ис). Высокий показатель Ис означает, что человек считает себя ответственным за события, происходящие в его семейной жизни. Низкий Ис указывает на то, что субъект считает своих партнеров причиной значимых ситуаций, возникающих в его семье. Максимальное значение Ис -10, минимальное - 0.
5) Шкала интернальности в области производственных отношений (Ип). Высокий Ип свидетельствует о том, что человек считает себя, свои действия важным фактором организации собственной производственной деятельности, в частности, в своем продвижении по службе. Низкий Ип указывает на склонность придавать более важное значение внешним обстоятельствам -руководству, коллегам по работе, везению -невезению. Максимум Ип - 8, минимум - 0.
6) Шкала интернальности в области межличностных отношений (Им). Высокий показатель поИм свидетельствует о том, что человек чувствует себя способным вызывать уважение и симпатию других людей. Низкий Им указывает на то, что субъект не склонен брать на себя ответственность за свои отношения с окружающими. Максимальное значение Им - 4, минимальное -0.

7)Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни (Из). Высокий показатель Из свидетельствует о том, что человек считает себя во многом ответственным за своё здоровье и полагает, что выздоровление зависит преимущественно от его действий. Человек с низким Из считает здоровье и болезнь результатом случая и надеется на то, что выздоровление придет в результате действий других людей, прежде всего врачей. Максимальное значение Из - 4, минимальное - 0.

2.2. Анализ результатов исследования

Мы предположили, что, у подростков с неудовлетворенным отношением к образу физического «Я» преобладает негативная форма самоотношения, которая сопровождается ярко выраженным внешним локус контролем, низким уровнем развития рефлексии и негативной сформированностью личностной идентичности.

Процедура проведения эмпирического исследования включает в себя несколько этапов:

1 этап – проведение анкетирования с целью оценки внешности с помощью авторской анкеты.

2 этап – определение типа личностной идентичности подростка по методике (С.С. Носова).

3 этап – выявление степени рефлективности у групп испытуемых по методике «Опросник рефлексивности» (А.В. Карпова.)

4 этап – выявление уровня субъективного контроля по методике «УСК».

5 этап – выявление различий у групп испытуемых с разным образом физического «Я», с помощью углового преобразования Фишера.

Перейдем к рассмотрению данных диагностики. В авторской анкете «Изучение оценки своей внешности», мы выявили подростков с удовлетворительным отношением к образу физического «Я» и неудовлетворительным отношением к образу физического «Я». Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты исследования авторской анкеты изучение оценки своей внешности (%)

Группы испытуемых	Кол-во человек	% соотношение
Испытуемые, с удовлетворительным отношением к образу физического «Я»	20	50
Испытуемые, с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я»	20	50

Полученные результаты, приведенные в табл. 1 говорят о том, что у 50% испытуемых преобладает удовлетворительное отношение к своей внешности, это характеризуется позитивным восприятием собственной внешности. У 50% испытуемых преобладает неудовлетворительное отношение к своей внешности, что характеризует их как испытуемых недовольных своим внешним видом.

Также на первом этапе была проведена специализированная анкета определения типа личностной идентичности подростка (С. С. Носова). В исследовании приняли участие ученики 8 классов, в количестве 40 человек

Полученные результаты представлены в табл. 2

Таблица 2

Результаты исследования диагностики личностной идентичности на группах испытуемых с разным образом физического «Я» (%)

Параметры	Испытуемые, с удовлетворительным отношением к образу физического «Я»	Испытуемые, с неудовлетворительным отношением к образу физического Я»
Позитивная идентичность	100	70
Негативная идентичность	0	30

Полученные данные, отображенные в табл.2, позволяют сделать выводы о том, что 70% испытуемых недовольных своей внешностью имеют позитивную идентичность, что свидетельствует о позитивном сознании испытуемых, о позитивном отношении к будущему, настоящему и прошлому, о способностях к продуктивной работе, позитивной форме самоотношения, позитивной идентификации и открытости новому опыту.

На втором этапе был проведен опросник рефлексивности А. В. Карпова. В исследовании приняли участие ученики 8 классов, в количестве 40 человек

Полученные результаты представлены в табл. 3

Таблица 3

Результаты измерения степени рефлексивности на группах испытуемых с разным образом физического «Я» (%)

Степень рефлексивности	Испытуемые, с удовлетворительным отношением к образу физического «Я»	Испытуемые, с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я»
Высокая	-	-
Средняя	30	45
Низкая	65	55

Результаты методики предоставленные в табл.3 позволяют сделать выводы о степени развития рефлексивности у подростков с разным образом физического «Я».

У группы испытуемых с удовлетворительным отношением к образу физического «Я» средними значениями обладает 30% испытуемых и низкими значениями 65%.

У группы испытуемых с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я» средней степенью развития рефлективности обладают 45% и 55% обладают низкой степенью развития рефлексивности, что свидетельствует о недостаточно развитой способности испытуемых анализировать, сравнивать и переосмыслять свои поступки, решения. Испытуемые с низкой степенью рефлективности не всегда могут принимать взвешенные и обдуманные поступки, проводить предварительный анализ всех возможных вариантов решения проблем.

На четвертом этапе исследования была проведена методика «уровень субъективного контроля» (УСК) Е. Ф. Бажиной, Е. А. Голышкиной, А. М. Эткинда. В исследовании приняли участие ученики 8 классов, в количестве 40 человек.

Полученные результаты представлены в табл. 4

Таблица 4

Результаты исследования субъективного уровня контроля у групп испытуемых с разным образом физического «Я» (%)

Параметры	Испытуемые с удовлетворительным отношением к образу физического «Я»	Испытуемые с неудовлетворительным образом физического «Я»
Внутренний локус контроль	100	75
Внешний локус контроль	0	25

Полученные результаты позволяют сделать выводы о том, что испытуемые первой группы 100% и испытуемые второй группы 75 % обладают внутренней направленностью локус контроля. Что свидетельствует о интернальном типе личностей испытуемых, что характеризует подростков, как людей умеющих принимать ответственность за свои поступки, происходящие события в их жизни. Они приписывают успехи и неудачи только лишь своим внутренним факторам и не перекладывают ответственность на окружающий мир.

Испытуемые, второй группы 25% обладают внешней направленностью локус контроля, они относятся к экстернальному типу. Что свидетельствует о зависимости удач и неудач испытуемых от внешних факторов, непринятии ответственности за свои поступки, ищущих причины вовне. Впервой группе подростков с внешней направленностью локус контроля выявлено не было. Таким образом, испытуемые с удовлетворительным отношением к образу физического «Я» характеризуются только внутренней направленностью

локус контроля, что свидетельствует о принятии ответственности за все, что происходит в их жизни только на себя.

2.3. Математико-статистическая обработка диагностических данных

Полученные в процессе проведения эмпирического исследования данные, мы подвергли математико-статистической обработке, с целью выявления достоверных различий между подростками с разным образом физического «Я».

Из гипотезы, которая была сформулирована нами выше, следует необходимость использования критерия различия, так как нам нужно выявить достоверность либо недостоверность различий между показателями.

Для определения различий у подростков с разным образом физического «Я» нами был использован критерий углового преобразования Фишера.

Гипотезы:

Н0: различия между группой испытуемых с удовлетворительным отношением к образу физического «Я» и группой испытуемых с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я» достоверно не отличается от нуля

Н1: достоверно отличается

Таблица 1

Сравнительная таблица степеней рефлексии у подростков с разным образом физического «Я» по методике А.В. Карпова (в %) с использованием критерия Фишера

Степень	Испытуемые с удовлетворенным отношением к образу физического «Я»	Испытуемые с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я»	Ф*эмп.	Различия (достоверны или недостоверны)
Высокая	35	45	3.05	Достоверны
Низкая	65	55	5.17	Достоверны

Анализ результатов математической обработки данной методики показал, что у группы испытуемых с удовлетворительным отношением к образу физического «Я» и испытуемых с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я» показатели рефлексии значительно отличаются. Гипотеза Н1-принимается, различия достоверны.

Таблица 2

Сравнительная таблица показателей личностной идентичности у подростков с разным образом физического «Я»

Показатели	Испытуемые с удовлетворительным отношением к образу физического «Я»	Испытуемые с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я»	Ф*эмп.	Различия (достоверны или недостоверны)
Положительная идентичность	100	70	11.6	Достоверны
Отрицательная идентичность	-	30	-	-

Анализ результатов по данной методике показал, что различия между первой и второй группой испытуемых достоверны. Гипотеза Н1 принимается.

Таблица 3

Достоверность различий по критерию Фишера показателей локус контроля (УСК) у подростков с разным образом физического «Я»

Показатели	Испытуемые с удовлетворительным отношением к образу физического «Я»	Испытуемые с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я»	Ф*эмп.	Различия (достоверны или недостоверны)
Внешняя направленность локус контроля	-	25	-	-
Внутренняя направленность локус контроля	100	75	10.48	Достоверны

Анализ результатов данной методики показал, что различия между первой и второй группой испытуемых достоверны. Гипотеза Н1 принимается.

В первой группе испытуемых доля лиц 100% обладают внутренней направленностью локус контроля, что значительно превышает показатели по данному параметру у второй группы 75%.

Выводы

На основании проведенного нами эмпирического исследования, направленного на изучение самоотношения у старших подростков с разным образом физического «Я», можно сделать следующие выводы:

1) По данным специализированной анкеты определения типа личностной идентичности подростка (С. С. Носова), были получены результаты, благодаря которым можно сделать вывод, что подростки с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я» в большинстве своем 70%, имеют позитивную идентичность, которая характеризуется позитивным самосознанием испытуемых, психологической уверенностью в себе.

2) По результатам проведения «опросника рефлективности» (А. В. Карпова) были сделаны следующие выводы. Подростки с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я» обладают низкой степенью рефлексивности, что характеризует их как людей затрудняющихся участвовать в анализе своих поступков и действий. Такие подростки слабо обладают умением прогнозировать ситуацию, искать пути решения проблем, сравнивать ситуации, происходящие в жизни с их причинами.

3) Диагностика уровня субъективного контроля у подростков с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я», выявила преобладание внутреннего локус контроля, что свидетельствует о склонности приписывать результаты своей деятельности и происходящим вокруг событиям только себе, это означает, что ответственность за все происходящее вокруг подростки берут на себя.

4)Выявленные нами различия между группами подростков с разным образом физического «Я» позволяют сделать вывод, что испытуемые с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я» обладают низкой степенью рефлексивности, позитивной идентичностью и внутренней

направленностью локус контроля. Это свидетельствует о позитивномсамоотношении подростков с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я». Делая вывод можно сказать, что образ физического «Я» не в значительной степени играет на формировании позитивной формы самоотношения у подростков. Наша гипотеза была подтверждена частично.

Заключение

Подростковый возраст является очень важным этапом в становлении личности. На данном этапе происходит познание ребенком самого себя и в связи с этим формирование его самоотношения. Самоотношение есть отношение личности к собственному «Я».

Актуальность выбранной проблематики подтверждается тем, что последствия неудовлетворенного отношения к образу физического «Я» подростка, может повлиять на формирование негативного самоотношения, которое в последствии может привести к непринятию своей личностной идентичности, заниженной самооценки, колебанию настроения подростка и др.

Целью нашего исследования было изучение самоотношения у старших подростков с разным образом физического «Я», для дальнейшей разработки рекомендаций педагогам и родителям.

Гипотезой нашего исследования являлось предположение о том, что у подростков с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я», преобладает негативная форма самоотношения, которая сопровождается ярко выраженным внешним локус контролем, низким уровнем развития рефлексии и негативной сформированностью личностной идентичности.

В результате нашего исследование было установлено, что у подростков с неудовлетворительным отношением к образу физического «Я» преобладает низкий уровень развития рефлексии, внутренняя направленность локус контроля и позитивная личностная идентичность. Но имеют при этом позитивную сформированность личностной идентичности и внутреннюю направленность локус контроля. Это свидетельствует о частичном подтверждении гипотезы.

Список используемых источников

1.Алфеева Е.В. «Технология развития» Я-концепции детей в работе психолога // Ежегодник Российского психологического общества. СПб.,2003. -С. 90-94.

2.Бахтин М.М.Фрейдизм Издательство: «Лабиринт» 2004 . -17с.

3. Бернс Р. Развитие Я - концепции и воспитание. - М.: Прогресс. 1986. -420 с.

4.Бескова Д. А. Клинико-психологические характеристики внешней и внутренней границ телесности: на модели соматоформных расстройств: Дис. канд. психол. наук. М., 2006. - 220 с.

5.Быкова Е.Б. Образ будущего в картине мира и Я-концепциииличности: Дис. канд. психол. наук. Спб., 2003.-с.87.

6.Выготский, Л.С. Психология развития как феномен культуры./ Выготский Л.С., ред. и автор ступ, статьи М.Г. Ярошевкий. -М.: Издательство "Институт психологии"; Воронеж: НПО "МОДЭК", 1996.-512 с.

8.Гусева А.Г. Особенности восприятия своей внешности студентами // Вопросы психологии познания людьми друг друга и самосознание. Краснодар: КГУ, 1977. - С. 52-56.

9. Джемс У. Психология. М.: Высшая школа, 1991. - 369 с.

10. Зимбардо Ф., Ляйппе М. Социальное влияние. Спб.: Питер,2000-300с.

11. Зинкевич О.В. О значении разработки понятия «рефлексия» для исследования самосознания личности // психологическая служба в высшей школе. Новосибирск, 1981. - С. 11-20.

12. Зинченко В.П. Миры сознания и структура сознания // Вопросы психологии №2. М., 1991. - С. 15-37.

13. Зотова О.И., Кряжева И.К., Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности / Психологические механизмы регуляции социального поведения. -М.,1979.-67с.

14. Каган В.Е. Стереотипы мужественности-женственности и образ Я у подростков // Вопросы психологии. 1989. № 3. С. 53-62.

15.Киященко Л.П. О границах телесности человека. М., 2000. -154 с.

16. Кон И.С. Публичная интимность //Psychologies. -2010. - № 50. -С. 31–35.

17. Корнилова Т.В. Экспериментальная психология: Теория и методы: Учебник для вузов. М.: Аспект Пресс, 2002. - 381 с.

18. Крылов А.Н. «Образ Я» как фактор развития личности: Дис. канд. психол. наук. М., 1984. - 141 с.

19. Кун М., Макпартлэнд Т. «Кто Я?» // Психология самосознания. Хрестоматия. / Под.ред. Д.Я. Райгородского. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2000. - С. 460-468.

20. Куненкова С.А. Критерии, показатели и уровни развития самооценки в структуре Я-концепции подростка. М.: МОСУ, МАИ, 2004. - 33с.

21.Кулагина И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учебное пособие. 5-е изд. -М.: Изд– воУРАО, 1999.- 176с.

22. Куницина В.Н. Межличностное общение: Учебник. СПб.,2001.-с.23.

22. Лурия А.Р. Лекции по общей психологии / А.Р. Лурия. - СПб.: Питер. -2006. -320 с.

23. Мдивани М.О. Исследование структуры образа физического «Я» школьников: Дис. канд. психол. наук. - М., 1991. -98 с.

24. Мерлин В.С. Структура личности: характер, способности, самосознание. - Пермь, 1990. -110 с.

25. Мухина В.С.. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник для студ. высш. учеб.заведений / В.С.Мухина. -10-е изд., перераб. и доп. -М.: Издательский центр «Академия»2006. -68с.

26. Наровская Я.Б. Социально-психологические особенности женщин преобразующих свой внешний облик: Автореф. дис. канд. психол. наук. Ростов-на-Дону, 2007. - 28 с.

27. Николаева В.В., Арина Г.А. Клинико-психологические проблемы психологии телесности //Психологический журнал. -2003.- №1.-24 с.

28.Ничипоров Б.В. Введение в христианскую психологию размышления священника-психолога.- Москва, "ШКОЛА-ПРЕСС", 1994.

28. Пантилеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. М.: Изд-во МГУ, 1991. - 110 с.

29. Панферов В.Н. Восприятие и интерпретация внешности людей // Вопросы психологии, 2008, №2. С. 59-64.

30. Петрова Е.А. Визуальная психосемиотика общения: Дис. докт. псих.наук. М., 2000. - 402 с.

31.Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб.: Из-во «Питер», 2000. – 624 с.

32.Реан А.Л., Л.Р. Кудашев, А.Л. Баранов Психология адаптации личности // Учебно-научное издание. - СПб.: Медицинская пресса, 2002.-55с.

33. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности. М.: Наука, 1994. - С. 255-319.

34. Роджерс К.Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. -М.: Высшая школа, 2000.-С.119-153.

35. Рубинштейн С. Основы обшей психологии. Спб.: Питер,1999.-С. 639-640.

36. Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. Тбилиси.: Мецниереба, 1989. - С.160-186.

37. Соколова Е.Т. Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях. М. - 1995. -359 с.

38. Соколова Е.Т. Я-образ тела // Психология самосознания. Хрестоматия. / Под.ред. Д.Я. Райгородского. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2000. - С. 406-422.

39. Столин В.В. Психодиагностика самосознания // Общая психодиагностика / Под ред. А.А.Бодалева, В.В.Столина. М.: МГУ 1987. -С. 245-289.

40. Тхостов А.Ш. Психология телесности. М.: Смысл, 2002. - 287с.

41.Фельдштейн Д.И. Сайко Э.В., Подросток на дистанции взросления и в пространстве его определения // Мир психологии. 2007. № 4. С. 3–10.

42.Фельдман И.Л. Сущностная характеристика и структура Я-концепции учителя начальных классов. М.: РУДН, 2004. - 22 с.

43.Хомская Е.Д. Нейропсихология. – СПб.: Питер. 2013. – 496 с.

44. Черкашина А. Г. Образ физического Я в самоотношении девушек 17-18 лет: Дис. канд. психол. наук. Самара, 2004. - 197 с.

45. Шибутани Т. Я-концепция // Психология самосознания / Под ред Д.Я. Райгородского. Самара: БАХРАХ, 2000. - С. 245-269.