УДК 159.9

ФИЗИЧЕСКИЙ ОБРАЗ «Я» КАК ЭЛЕМЕНТ ТЕЛЕСНОГО СОЗНАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

В.В. Горячев
Рязанский филиал Московского психолого-социального университета, г. Рязань

Осуществлён анализ работ, посвящённых изучению физического образа «Я», обозначены проблемы формирования телесного сознания школьников. Уточнено содержание основных понятий, используемых в контексте телесно-ориентированных подходов, рассмотрен генезис становления соматического сознания. Определены параметры, функции переживания образа тела учащимися. Установлены взаимосвязи между удовлетворённостью образом своего физического «Я» и здоровьесозидающим поведением школьников.

Ключевые слова: соматическое сознание, телесность, телесное сознание школьников, физический образ «Я».

В школьном возрасте важное место занимают представления учащихся об образе своего телесного «Я», формирование которого связано с социальными, культурными, гендерными установками и стереотипами, воспитательными практиками, референтной средой и другими факторами [4, 9, 12, 18]. Анализ литературы выявил, что в отечественных и зарубежных исследованиях по педагогической психологии, вопрос о генезисе образа физического «Я» до сих пор является недостаточно разработанным. Данная проблема чаще всего рассматривается с позиции «кинесико-проксемического общения» [2, 5]. В формате этой концепции акцент делается на изучении невербальных знаков, пространственно-временных характеристик коммуникаций и особенностей экспрессивной невербальной интеракции при интерперсональных отношениях. Кинесико-проксемические паттерны представлены следующими характеристиками: расстояние между партнёрами, направлением перемещения их тел, местом расположения в группе, уровнем расслабленности-напряжённости, открытости-закрытости позы, характером и направленностью зрительного взгляда, телесного прикосновения и т. д.

Взаимосвязь между особенностями телесного сознания и представлениями индивида о своём физическом образе «Я» впервые была установлена в работах учёных психотерапевтического направления [13, 21], а также в современных телесноориентированных подходах [14, 20]. В исследованиях, посвящённых данной проблематике, была выявлена ведущая роль представлений о схеме тела, его функциях в развитии телесного сознания. О.Н. Молчанова констатировала взаимосвязь между физическим образом «Я» и самооценкой: «степень принятия своего телесного образа «Я» оказывает существенное влияние на самооценку подростков» [16, с. 225]. В.Н. Никитин обнаружил, что характер поведения человека может влиять на механизмы компенсации воображаемой ущербности тела [18].

Активное использование телесно-ориентированых технологий в психотерапии привело к представлениям о телесных границах [8, 15]. Тело человека стали наделять качеством трёхмерности и не отождествлять с образом физического «Я». В работе М.Л. Мельниковой «Телесная граница и агрессивность: клинико-психологическое исследование» показана устойчивая взаимосвязь между степенью определённости образа физического «Я» и личностными характеристиками индивида. Автор считает, что нарушение границ детской телесности свидетельствует о слабой автономии, завышенном уровне личностной защиты, неуверенности ребёнка в социальных контактах. В этом случае его личность может рассматриваться как некая «интернализация» системы отношений социальных объектов, которая в свою очередь выступает как «интериоризация» взаимоотношения индивида с его ближайшим окружением. Характер усвоенных границ тела определяет границу образа физического «Я» и возможные способы реагирования на социальное взаимодействие. По мнению М.Л. Мельниковой, дети, четко осознающие границы внутренней системы, больше ориентированы вовне, для них меньше характерно агрессивное поведение [15].

Образ физического «Я» исследуется и в русле восприятия внешних форм тела. Данный подход характеризуется пристальным вниманием к следующим вопросам: 1) тело как носитель личностных значений, эмоциональное отношение индивида к своей внешности; 2) тело как объект, наделённый определённой формой; 3) тело как символическая система.

Разумеется, понимание физического образа «Я» не может осуществляться только на уровне формальных структур определённой культуры. В этой связи важным выступает историко-культурный контекст, оказывающий существенное влияние на телесное сознание [9–11]. К примеру, кросскультурные исследования позволяют выделить панкультурные нормы невербальных знаковых коммуникаций.

Из современных исследований, посвящённых изучению телесности, нельзя не выделить работу

А.Ш. Тхостова «Субъект и тело». Автор отмечает важную характеристику телесного сознания – нестабильность границ физического образа «Я», что позволяет изменять содержание объективного мира. Для нас это положение интересно тем, что, становясь «своим», внешний мир теряет для школьника свою «плотность», растворяется в субъекте. Овладевая метрическими системами, способами действий, технологиями, учащиеся участвуют в формировании телесности и субъект-объектной конфигурации. Как отмечает А.Ш. Тхостов: «Инструмент лишь тогда становится «орудием», когда хорошо освоен и перестаёт существовать в качестве объекта, на границе с которым действует субъект» [19, с. 14]. Так, школьник начинает играть не в мяч, а в баскетбол, осуществляет не рисование букв, а пишет слово.

Физический образ «Я» школьника, как элемент телесного сознания, следует рассматривать в контексте учебной деятельности. Анализ психолого-педагогической литературы по этому вопросу выявил ограниченность экспериментальных исследований по выявлению связи между уровнем зрелости представлений учащихся о своём внешнем виде и особенностями их социальной идентичности, адаптированности, коммуникативных возможностях.

Большинство теорий формирования идентичности указывают на значимую роль образа физического «Я» в сознании личности [1, 7, 14, 17]. Так, В.В. Налимов, позиционируя вероятностно-ориентированную модель личности, считает, что телесность является базовым элементом, поддерживающим сознание. Он пишет: «Эмоции, столь сильно влияющие на состояние сознания человека, возникают, вероятно, в теле, а не непосредственно в мозге» [17, с. 138].

Среди современных исследователей телесного сознания школьников нам наиболее близки взгляды И.М. Быховской, А.А. Гостева, И.С. Кона, С.А. Завражина, рассматривающих образ физического «Я» как результат сложного взаимодействия социокультурных, индивидных и личностных характеристик. Авторы подчеркивают, что телесное бытие всегда несет в себе отпечаток культуры общества. И.С. Кон отмечает: «Тело как внешность, наружность, проявление «Я», оцениваемое по его воздействию на других, в зависимости от их восприятия и его критериев… имеет отчётливо социальную природу» [11, с. 189].

Восприятие и оценка внешних параметров тела осуществляется как на интерсубъективном, так и на интрасубъективном уровне. Первый проявляется в сравнении своих телесных форм с другими индивидами, второй – с переживанием удовлетворённости/неудовлетворенности от восприятия своих внешних данных, предъявляемых себе личностью.

Рассматривая переживание физического образа «Я» школьника, на наш взгляд, целесообразно выделить его следующие характеристики: значимость в общей структуре образа «Я», параметры и функции.

Значимость переживания физического образа «Я» варьируется в зависимости от половозрастных особенностей и системы отношений, в которую включен ребенок. Это переживание может различным образом влиять на образ «Я»: позитивно, относительно нейтрально, негативно.

Параметры переживания образа физического «Я»: общий знак (обычно его определяет доминирующая в составе переживания эмоция); интенсивность и продолжительность; характер компонентов (бывают переживания сложные, бывают простые).

Функции переживания: стимулирующая (представляя образ тела, школьник может совершать действия по изменению его); проясняющая (например, учащемуся становится понятно, почему не удаётся выполнить сложнокоординированное физическое упражнение); ориентирующая (даёт возможность принять решение при осуществлении тех или иных двигательных действий).

Условно можно различать два типа отношения школьников к своему образу физического «Я»: 1) физическое «Я» полностью определяется социальными нормами и требованиями других; 2) образ физического «Я» в основном не зависит от суждения окружающих. Однако, и в первом, и во втором случае субъективная оценка личностью своей телесности не может являться внегедонистической. Так, по мнению С.К. Бондаревой, «…гедонистическое (приятное или неприятное) возникает как конкретный механизм и содержание оценки существом не только объектов окружающего мира, но и себя самого в плане успешности своего взаимодействия с ними» [3, с. 11].

Значимость становления своего физического «Я» в школьном возрасте детерминировано филогенетически закреплёнными законами воспроизведения себе подобных и сложившимися в процессе онтогенеза личности нормативными представлениями о телесной организации человека. Судя по всему, «столкновение» в сознании школьника двух бинарных оценок образа физического «Я»: для себя и для окружающих, – является одной из причин психологического нездоровья учащегося.

В то же время исследование корреляционных связей между степенью удовлетворённости школьником образом своего физического «Я» и его отношением к физкультурно-оздоровительной деятельности показали положительную зависимость между желанием выполнять учащимися физические упражнения для сохранения и укрепления здоровья и оценкой ими своих телесных характеристик [6]. Таким образом, можно гипостазировать, что через изменение отношения школьников к физкультурно-оздоровительной деятельности возможно изменение их представлений о своей телесности в целом, а также к стратегиям и формам здоровьесозидающего поведения.

Итак, в статье были рассмотрены некоторые

аспекты физического образа «Я», которые играют, по нашему мнению, заметную роль в формировании телесного сознания школьников.

Литература

1. Бернс, Р. Я-концепция и Я-образы / Р. Бернс // Самосознание и защитные механизмы личности. – Самара: БАХРАХ-М, 2003. – С. 133–219.

2. Бодалёв, А.А. Психология общения / А.А. Бодалёв. – М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2002. – 256 с.

3. Бондарева, С.К. Переживание (психология, социология, семантика) / С.К. Бондарева. – М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та, 2007. – 160 с.

4. Быховская, И.М. «Homo somatikos»: аксиология человеческого тела / И.М. Быховская. – М.: Эдиториал УРСС, 2000. – 208 с.

5. Волкова, А.И. Психология общения / А.И. Волкова. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 446 с.

6. Горячев, В.В. О причинах, влияющих на формирование отношения к телу старшеклассников / В.В. Горячев // Современные социальные процессы: человеческое измерение: материалы Второй Всерос. науч.-практ. конф. (г. Набережные Челны, 25 дек. 2010 г.). – Набережные Челны: Изд-во Ин-та управления, 2011. – С. 101–103.

7. Гостев, А.А. Психология вторичного образа / А.А. Гостев. – М.: Ин-т психологии РАН, 2007. – 512 с.

8. Дольто, Ф. Бессознательный образ тела / Ф. Дольто. – Ижевск: ERGO, 2006. – 376 с.

9. Завражин, С.А. Детская телесность в отечественном историко-педагогическом формате / С.А. Завражин // Психолого-педагогический поиск. – 2012. – № 1. – С. 82–86.

10. Кон, И. Мужчина в меняющемся мире / И. Кон. – М.: Время, 2009. –496 с.

11. Кон, И.С. В поисках себя: Личность и её самосознание / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.

12. Коццолино, М. Невербальная коммуникация. Теории, функции, язык и знак / М. Коццолино. – Харьков: Гуманитарный центр, 2009. – 248 с.

13. Кречмер, Э. Строение тела и характер / Э. Кречмер. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 336 с.

14. Лоуэн, А. Предательство тела / А. Лоуэн. – М.: Ин-т общегуманитарных исследований, 2010. – 256 с.

15. Мельникова, М.Л. Телесная граница и агрессивность: клинико-психологическое исследование / М.Л. Мельникова. – Ижевск: ERGO, 2009. – 180 с.

16. Молчанова, О.Н. Самооценка: Теоретические проблемы и эмпирические исследования / О.Н. Молчанова. – М.: Флинта: Наука, 2010. – 392 с.

17. Налимов, В.В. Спонтанность сознания. Вероятностная теория смыслов и смысловая архитектоника личности / В.В. Налимов. – М.: Академ. проект: Парадигма, 2011. – 399 с.

18. Никитин, В.Н. Онтология телесности: Смыслы, парадоксы, абсурд / В.Н. Никитин. – М.: Когито-Центр, 2006. – 320 с.

19. Тхостов, А.Ш. Субъект и тело / А.Ш. Тхостов // Психосемиотика телесности. – М.: Ком-Книга, 2005. – С. 10–29.

20. Фельденкрайз, М. Осознавание через движение: двенадцать практических уроков / М. Фельденкрайз. – М.: Ин-т общегуманитарных исследований, 2011. – 224 с.

21. Фрейд, З. Интерес к психоанализу / З. Фрейд. – Минск: Попурри, 2009. – 592 с.

Горячев В.В., кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и социальной работы, Рязанский филиал Московского психолого-социального университета (Рязань), d-vadi@yandex.ru.

Bulletin of the South Ural State University
Series "Education, Healthcare Service, Physical Education"
2013, vol. 13, no. 3, pp. 11–13

THE PHYSICAL IMAGE "I" AS THE ELEMENT OF CORPORAL CONCIOUSNESS OF STUDENTS

***V.V. Goryachev**, Ryazan branch of Moscow Psychological and Social University, Ryazan, Russian Federation, d-vadi@yandex.ru*

The analysis of works dedicated to the study of physical image "I" has been done, problems on the formation of corporal consciousness have been specified. The content of basic concepts used in the context of corporal-oriented approaches was clarified; the genesis of somatic consciousness formation was studied. The parameters, functions of experiencing a body image by students were clarified. The correlation between the contentment of a physical image "I" and the health-creative students' behavior was revealed.

Keywords: somatic consciousness, corporality, corporal consciousness of students, physical image "I".

Поступила в редакцию 10 июня 2013 г.