

ФГАОУ ВПО «БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬ-  
НЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

На правах рукописи

**Цуркин Владислав Александрович**

**ОБРАЗ ФИЗИЧЕСКОГО «Я» У ЛИЦ С РАЗНЫМИ ТИПАМИ  
ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ПРИВЯЗАННОСТИ К МАТЕРИ**

Специальность: 19.00.01 – общая психология, психология личности,  
история психологии

**ДИССЕРТАЦИЯ**

на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Научный руководитель –  
доктор психологических наук, профессор  
Разуваева Татьяна Николаевна

Белгород - 2015

## Содержание

<b>Введение</b> .....	3
<b>Глава 1. Теоретические основы исследования феноменов привязанности и образа физического «Я»</b> .....	13
1.1. Понятие эмоциональной привязанности субъекта к матери в психологии.....	13
1.2. Проблема образа физического «Я» в психологии .....	24
1.3. Компоненты и факторы образа физического «Я».....	31
1.4. Обоснование гипотезы исследования.....	45
<b>Глава 2. Организация и методы эмпирического исследования</b> .....	54
2.1. Организация исследования.....	54
2.2. Методики исследования.....	55
<b>Глава 3. Эмпирическое исследование образа физического «Я» у лиц с разными типами эмоциональной привязанности к матери</b> .....	63
3.1. Связь эмоциональной привязанности к матери и образа физического «Я».....	63
3.2. Различие образа физического «Я» в группах с разными типами эмоциональной привязанности к матери.....	85
3.3. Психологические особенности образа физического «Я» у лиц с надежной, озабоченной, дистанцированной и испуганно-избегающей эмоциональной привязанностью к матери.....	101
3.4. Симптомокомплексы образа физического «Я» у лиц с надежным, озабоченным, дистанцированным и испуганно-избегающим типами эмоциональной привязанности к матери.....	135
<b>Заключение</b> .....	142
<b>Литература</b> .....	146
<b>Приложение</b> .....	161

## **Введение**

### **Актуальность исследования**

Диссертационное исследование посвящено изучению психологических закономерностей и механизмов формирования образа физического «Я» у лиц с разными типами эмоциональной привязанности к матери. Актуальность данной работы определяется причинами как практического, так и теоретического характера.

Для психологической науки особенно важными являются вопросы, связанные с изучением условий, механизмов, стратегий социализации и адаптации лиц взрослого возраста в современных социокультурных условиях, а также причин дезадаптивного поведения личности. Современные условия предъявляют повышенные требования к личности, в том числе и к внешнему облику, поэтому важно обнаружение причин, приводящих к искаженному образу физического «Я» и беспокойности внешним обликом. Особое значение данная проблема приобретает в связи с задачами профилактики нарушения здоровья во взрослости.

Изучение образа физического «Я» у лиц с разными типами эмоциональной привязанности к матери позволяет определить основные факты, закономерности и механизмы конструирования системы психопрофилактических и психокоррекционных мероприятий, направленных на предупреждение искажений в образе тела и отрицательного отношения к нему.

В исследовательском плане необходимость обращения к данному вопросу обуславливается отсутствием в науке устоявшейся системы взглядов на понимание закономерностей и механизмов формирования образа физического «Я», в частности роли эмоциональной привязанности индивида к матери и детско-родительских отношений в этом процессе, потребностью в

обобщении и систематизации многочисленных фактов, накопленных в психологии.

Методологические основы исследования самосознания в отечественной психологии заложены в XX веке в трудах Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна, Б.В. Зейгарник, В.Н. Мясищева, А.А. Бодалева, Л.И. Божович, И.С. Кона, Е.Т. Соколовой, А.Г. Спиркина, В.В. Столина, Н.И. Чесноковой, Е.В. Шороховой, которые впервые показали место и роль образа физического «Я» в развитии личности. В 70-х годах прошлого века данный аспект исследовался через невербальное общение В.А. Лабунской, А.А. Меграбян, Г.М. Андреевой. В настоящее время с целью систематизации знаний о телесности человека появилась отдельная дисциплина – психология телесности, получившая свое развитие в работах А.Ш. Тхостова, Е.В. Лисиной, В.В. Николаевой, Г.А. Ариной и др., предметом которой стал психический образ тела.

Конкретные исследования образа физического «Я» в отечественной психологии представлены в настоящее время различными направлениями, в которых обнаружены возрастные, половые и социальные факторы самовосприятия тела (Куницына В.Н., 1968; Гусева А.Г., 1977; Колоскова М.В., 1993; Мотовилин О.Г., 2001; Белугина, Е.В., 2003; Наровская Я.Б., 2005; Черкашина А.Г., 2012); проанализированы клинические аспекты нарушения образа физического «Я» (Коркина М.В., 1982; Дорожевец А.Н, 1991; Соколова Е.Т., 1991; Коваленко Н.В., 1996; Николаева В.В., 2011); выявлены психофизиологические характеристики схемы тела (Налчаджян А.А., 1988; Лисина Е.В., 1997; Эльконин Б.Д., 2004).

В зарубежной психологии образ физического «Я» исследуется через изучение его границ (Fisher S., 1970); внешности (Cleveland S., 1970); зависимости точности самовосприятия тела от состояния сознания испытуемого, от возраста, от культурных стереотипов, от коэффициента умственного раз-

вития, самооценки (Schontz F., 2012; Schwarzer R., 2013); тела как носителя определенного символического значения (Szasz T., 2006).

Анализ работ отечественных и зарубежных авторов показывает, что в психологии подробно и разносторонне изучены различные аспекты образа физического «Я». Вместе с тем следует обратить внимание на то, что в науке пока не исследован фактор детско-родительских отношений, в частности эмоциональной привязанности ребенка к матери, в становления образа тела взрослого. Содержанием данного исследования является экспериментальное обоснование особенностей образа физического «Я» у лиц с разными типами эмоциональной привязанности к матери. В научном плане необходимость обращения к данному вопросу и составляет **проблему** данного исследования. Одна из главных практических проблем состоит в ответе на вопрос, почему субъекты, тело которых вписано в культуру в виде соответствия современным параметрам красоты испытывают переживания, связанные с внешностью.

**Объект** исследования: образ физического «Я» у девушек.

**Предмет** исследования: образ физического «Я» у девушек с разными типами эмоциональной привязанности к матери.

**Цель** исследования: установить особенности образа физического «Я» у девушек с разными типами привязанности к матери.

Цель исследования конкретизируется в следующих **задачах**:

1. Дать анализ подходов к исследованию проблемы образа физического «Я» у лиц с разными типами эмоциональной привязанности к матери в отечественной и зарубежной психологии.

2. Исследовать связь образа физического «Я» и привязанности к матери девушек в выборке испытуемых.

3. Провести сравнительный анализ образа физического «Я» в группах девушек с надежным, озабоченным, дистанцированным и испуганно-избегающим типами эмоциональной привязанности к матери.

4. Выявить психологические особенности образа физического «Я» в группах девушек с надежной и ненадежной привязанностью к матери.

**Методологические основы исследования** заложены в личностном подходе применительно к теоретическому и практическому исследованию образа тела Е.Т. Соколовой, А.Н. Дорожевца, В.Н. Кунициной; теоретических положениях психологии телесности А.Ш. Тхостова, В.В. Николаевой, Д.А. Бесковой, Г.А. Ариной, Е.В. Лисиной, положениях психологии самосознания об уровне его строения в трудах В.В. Столина, И.С. Кона, И.Н. Чесноковой; принципах динамичности и преемственности возрастного развития Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н. Леонтьева; теории привязанности Дж. Боулби.

**Гипотеза исследования:**

Различия содержания образа физического «Я» девушек обусловлено типами их эмоциональной привязанности к матери: надежно привязанные к матери испытуемые отличаются положительной оценкой тела, высокой степенью когнитивной дифференцированности, адекватным образом тела, устойчивыми границами тела. Незрелость или разрушение эмоциональной привязанности между матерью и ребенком, характеризующие озабоченный, дистанцированный, испуганно-избегающий типы, могут рассматриваться в качестве механизма развития негативных симптомов образа физического «Я», что проявляется в нарушении перцепции тела, отношения к внешности, отсутствии целостности границ, искажении восприятия тела и несоответствии типа конституции тела образу физического «Я».

**Методы и конкретные методики исследования:**

- Организационный (сравнительный метод).
- Методы обработки данных (количественный и качественный анализ).
- Методы интерпретации (структурный).
- Эмпирические (коммуникативные, наблюдательные).

На основе теоретико-методологического обоснования структурной связи элементов привязанности к матери и образа физического «Я» была разработана программа эмпирического исследования. Разработка методического комплекса заключалась в подборе адекватных исследованию методик:

1. Исследование эмоционального компонента образа физического «Я» - методика «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика» (В.А. Лабунская);

2. Исследование когнитивного компонента - методика «Словесный автопортрет» (В.Н. Куницына) и методика «Изучение искажения образа физического «Я»» (Е.Т. Соколова);

3. Определение представления о границах физического «Я» субъекта - тест «Геометрические фигуры» (А.Ш. Тхостов);

4. Установление границ симбиоза с матерью – опросник привязанности к матери (Г.Г. Филиппова); интервью о привязанностях для взрослых (Adult Attachment Interview, AAI), разработанное М. Мэйн и адаптированное Калмыковой Е.С.

Для оценки связи между параметрами использовался коэффициент корреляции Пирсона, для оценки групповых отличий - коэффициент различия Стьюдента, для выделения симптомокомплексов – факторный анализ.

**Организация исследования.** Исследование проводилось в несколько этапов, охватывающих период с 2009 по 2014 гг.

1 этап. Сбор теоретического материала, анализ проблем образа физического «Я» и привязанности в отечественных и зарубежных источниках, а также определение методологических положений исследования (2009-2010гг.).

2 этап. Проведение эмпирического исследования, обработка полученных данных (2011-2012 гг.)

3 этап. Анализ полученных эмпирических данных, описание обнаруженных закономерностей (2012-2014 гг.).

**База исследования.** Опытнo-экспериментальная работа проводилась на базе Белгородского государственного национального исследовательского университета. В исследовании приняли участие 230 студенток.

**Научная новизна работы:** теоретически обоснована актуальность исследования фактора эмоциональной привязанности к матери в формировании образа физического «Я», теоретически обоснованы введенные понятия образа физического «Я» и эмоциональной привязанности к матери; эмпирически выявлены закономерности связи эмоциональной привязанности к матери и образа физического «Я», установлены особенности и различия характеристик образов физического «Я» у девушек с надежным, озабоченным, дистанцированным и испуганно-избегающим типами эмоциональной привязанности к матери; показано неблагоприятное влияние ненадежных типов эмоциональной привязанности к матери на развитие негативных симптомов образа физического «Я». Научную новизну исследования составляет также разработка критериев оценки сформированности образа физического «Я».

**Теоретическая значимость:** выявлен новый фактор формирования образа физического «Я» - тип эмоциональной привязанности к матери. Определены закономерности обусловливания образа физического «Я» взрослого эмоциональной привязанностью к матери. Впервые показано, что содержание образа физического «Я» различно у девушек с надежным, дистанцированным, озабоченным и испуганно-избегающим типами эмоциональной привязанности к матери; нарушение эмоциональной привязанности ребенка к матери приводит к искажению образа физического «Я» взрослого.

Выявление фактора привязанности, определяющего особенности образа физического «Я» индивида, вносит вклад в общую психологию, применительно к исследованию закономерностей и механизмов формирования образа тела. Полученные результаты в значительной мере расширяют круг представлений о внутренних механизмах формирования образа физического «Я» во взрослости.



**Практическая значимость** исследования заключается в возможности прогнозировать риск формирования искаженного образа физического «Я» и, как следствие, возникновение психосоматических симптомов в условиях ненадежной эмоциональной привязанности к матери, и учитывать фактор привязанности к матери в психотерапии данных нарушений. В исследовании предложен диагностический комплекс для изучения образа физического «Я» у лиц с разными типами эмоциональной привязанности к матери.

Полученные результаты могут быть использованы в практике психолога с целью повышения эффекта психотерапии, психологических консультаций, тренингов, направленных на устранение искажений в образе тела и нежелательного отношения к нему.

Результаты диссертационного исследования могут быть использованы для разработки спецкурсов по общей психологии и психологии телесности.

**Личный вклад соискателя** состоит в разработке и реализации комплексного исследования образа физического «Я» у девушек с разными типами эмоциональной привязанности к матери, в изучении, анализе и систематизации результатов теоретического и эмпирического исследований по изучаемой проблеме, а также в разработке программ спецкурсов по психологии телесности для студентов-психологов и внедрении результатов исследования в процесс подготовки психологов.

**Достоверность и надежность** полученных результатов обеспечивается обоснованностью методологических позиций, применением методов, адекватных цели, предмету, задачам и логике исследования, сочетанием количественного и качественного анализа, репрезентативностью выборки и статистической значимостью полученных результатов, преемственностью результатов на этапах исследования, научной апробацией полученных результатов.

#### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Существует 4 типа эмоциональной привязанности к матери (надежный, озабоченный, дистанцированный, испуганно-избегающий), каждый из

которых обуславливает формирование различного по своему содержанию образа физического «Я».

2. Эмоциональная привязанность к матери есть интегративная категория, структурными компонентами которой являются: поведение ребенка во взаимодействии с матерью (избегание матери; приближение к ней), эмоции, связанные с этим взаимодействием (тревога, радость), и образ матери (как надежной базы, способной адекватно удовлетворить потребности ребенка, или ненадежной). Образ физического «Я» девушек включает в себя: представление о своем теле, его особенностях; представление об индивидуальных границах собственного тела; представление об отдельных частях тела; отношение к собственной внешности.

3. Существует закономерная связь между образом физического «Я» девушек и их привязанностью к матери: снижение надежности привязанности к матери снижает положительную оценку внешности, степень когнитивной дифференцированности, нарушает границы образа физического «Я». Повышение надежности привязанности повышает удовлетворенность внешностью, степень когнитивной дифференцированности, понижает искажение образа физического «Я» и проницаемость границ образа тела.

4. Образ физического «Я» в группах девушек с разными типами эмоциональной привязанности к матери имеет ряд особенностей:

Для лиц с надежным типом привязанности характерны положительные оценки своей внешности и тела, минимальные искажения и высокая степень когнитивной дифференцированности образа физического «Я», соответствие образа физического «Я» реальному типу конституции. В описании тела чаще фиксируют социальные элементы внешности, позволяющие успешно ориентироваться в окружающей среде. Границы образа тела характеризуются сформированностью, защищенностью, отчетливостью и автономностью.

Лица с озабоченным типом привязанности удовлетворительно относятся к внешнему облику. Тип субъективного восприятия тела

соответствует телосложению. Уровень когнитивной дифференцированности выше среднего. Границы образа тела неоднородны: характеризуются как высоким, так и низким уровнем сформированности, защищенности, отчетливости и автономности. В описании тела чаще фиксируют элементы внешности, ответственные за опору и движение.

Лица с дистанцированным типом эмоциональной привязанности к матери имеют отрицательное отношение к собственной внешности, искаженный образ физического «Я», средний уровень когнитивной дифференцированности, несоответствие образа физического «Я» реальному типу конституции, нечеткие, плохо определенные, несформированные, неустойчивые, проницаемые границы образа тела. В описании тела чаще фиксируют функциональные элементы, имеющие защитные функции.

Образ физического «Я» девушек испуганно-избегающего типа эмоциональной привязанности к матери искажен и не соответствует реальному типу конституции. Когнитивная дифференцированность имеет низкие значения. В оценке внешности преобладает отвержение. Границы образа физического «Я» проницаемы, повреждены, имеют низкий барьер и высокую проницаемость. Значимым является объем фигуры.

#### **Апробация исследования:**

Результаты данного исследования докладывались на заседаниях кафедры общей и клинической психологии НИУ «БелГУ», на научно-практических конференциях в Белгороде (2009, 2010, 2011, 2012, 2013, 2014 гг.), Минске (2010 г.), Москве (2010 г.), Ялте (2013 г.). По теме исследования опубликовано 10 статей, 3 из которых – в рецензируемых журналах ВАК РФ.

#### **Объем и структура работы:**

Диссертационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, библиографического списка, включающего 170 наименований, и 6 приложений. Содержание диссертации изложено на 154 страницах машинописного текста. В работу включены 32 таблицы, 30 рисунков.



## **Глава 1. Теоретические основы исследования феноменов привязанности и образа физического «Я»**

### **1.1. Понятие эмоциональной привязанности субъекта к матери в психологии**

Видимо, не будет большим преувеличением утверждение, в соответствии с которым и в истории психологии, и в современной психологии на протяжении десятилетий одной из ключевых проблем в процессе развития личности остается проблема взаимодействия ребенка и взрослого. На роль взаимодействия ребенка и взрослого в развитии личности человека указывали многие ученые: Л.С. Выготский [39], М.И. Лисина [80], А.Н. Леонтьев [77], В.С. Мухина [97].

В соответствии с положениями культурно–исторического подхода, внесшего наибольший вклад в решение данной проблемы, социальное взаимодействие, протекающее в социальной ситуации развития ребенка, создает необходимые предпосылки для формирования зрелой личности, для трансформации натуральных психических функции в высшие психические функции [43]. Социальное развитие ведет за собой развитие личностное, когнитивное. Рассматривая ранние этапы онтогенеза психики, Л.С. Выготский констатировал факт существования единого, взаимопроникающего ряда факторов социально-биологического формирования личности ребенка. Биологические врожденные программы развития развертываются на ранних этапах жизни ребенка, далее центр тяжести переносится на культурные факторы – общение, воспитание, – делая их единственным источником развития высших психических функций. М.И. Лисина, развивая идеи Л.С. Выготского, показала наличие у ребенка особой потребности в общении, которая формируется на основе базовых биологических потребностей (в пище, тепле, безопасности и т.п.), и стремления к новым впечатлениям, богатым источником

которых является взрослый [81]. Критерием появления потребности в общении является улыбка в ответ на воздействие взрослого. В рамках общения со взрослым, как ведущей психической деятельности, в первое полугодие жизни младенца формируются различные формы активности и важнейшие психические процессы. Ею показано положительное влияние общения со взрослым на эмоциональное и когнитивное развитие ребенка и доказано, что такое общение есть необходимое условие его полноценного развития. В концепции М. И. Лисиной под привязанностью подразумевалась эмоциональная связь, возникающая в качестве одного из продуктов деятельности – общения, в частности, ситуативно–личностной формы общения ребенка со взрослым. Общение, по определению автора, есть «процесс взаимодействия людей, направленный на согласование и объединение их энергий с целью достижения общего результата» [80].

В концепции привязанности Дж. Боулби подчеркивается врожденная приспособленность новорожденного к социальному взаимодействию. Взрослый, с одной стороны, удовлетворяет физиологические потребности ребенка, а с другой стороны, удовлетворяет его потребность в безопасности. Центральное место в привязанности занимают ранние отношения ребенка с матерью. Именно опыт отношений с ней на первом году жизни ребёнка порождает стабильный и неизменный на всем протяжении жизни тип эмоциональной привязанности к матери. Эта связь, по П. Криттдену [69] и Д. Боулби [32; 161] определяет дальнейший ход психического и личностного развития ребенка. Учёный исследовал феноменологию привязанности, опираясь на общую теорию систем. Системный подход позволил ему представить привязанность не только как комплекс внешне наблюдаемых поведенческих реакций ребенка, но и как сложную систему внутренней регуляции. Структурными компонентами такой системы являются: когнитивные образования, эмоциональные реакции, собственно поведенческие реакции [33]. В своей первооснове данная регуляторная система ориентирована на поиск ребенком за-

щитной близости, контакта с матерью. У малышей и более старших детей система привязанности резко активизируется в ситуациях опасности, тревоги или любого дискомфорта. Таким образом, согласно концепции привязанности, Дж. Боулби, ребенок имеет врожденную приспособленность к социальному взаимодействию [164; 165].

Развивая данную теорию привязанности, Мери Эйнсворт подчеркивает, что дети «запрограммированы» на определенное поведение, вызывающее у окружающих их взрослых желание находиться поблизости и заботиться о них. Результат такого взаимодействия – развитие эмоциональной привязанности ребенка к матери [157]. По У. Крэйну ориентировочно–познавательные процессы и эмоционально–личностная сфера ребенка развивается в рамках системы привязанности как средства обеспечения связи ребенка с матерью, а не отдельно, сами по себе [68]. Таким образом, у детей существуют врожденные программы поведения, которые вызывают необходимую для выживания и развития заботу со стороны окружающих людей.

Д. Винникот [38], З. Фрейд [141] рассматривали мать и ребенка как сцепленную единицу, и вместо термина привязанность употребляли понятие инфантильная зависимость ребенка от взрослого, где взрослый есть основной источник удовлетворения потребностей ребёнка.

Согласно гуманистической концепции А. Маслоу, рождаясь, человек обладает лишь одними физиологическими потребностями и, в очень слабой и зачаточной форме, потребностью в безопасности, которая проявляется в реакции испуга. Только спустя несколько месяцев, ребенок начинает проявлять первые признаки социальной привязанности и избирательной любви к окружающим. Спустя еще некоторое время, ребенок, окруженный любовью и заботой родителей, чувствуя себя в безопасности, может обнаружить стремление к автономности, независимости, потребности в достижении какой–либо цели, в уважении, в оценке и похвале [86].

Взгляды А. Маслоу находят выражение в эпигенетической (психосоциальной) концепции личности Э. Эриксона. В контексте данной теории, окруженный любовью и заботой родителей младенец, чувствуя себя в безопасности, демонстрирует здоровый тип привязанности, а значит и базовое доверие к миру. Он может обнаружить в дальнейшем стремление к автономности, независимости, потребности в достижении какой-либо цели, в уважении, в оценке, в похвале, а также в последующем безболезненном отделении от матери в младшем школьном возрасте, при сохранении привязанности, но уже качественно другого уровня [158; 159].

Культурно-историческая психология, психоанализ, этологическое, гуманистическое, эпигенетическое направления акцентируют внимание на том, что именно мать обеспечивает ребенку необходимое взаимодействие, от которого зависит весь ход психического развития в будущем.

Этологическая точка зрения привела исследователей к высокой оценке способностей новорожденного и пониманию его активного «подстраивания» в процессе взаимодействия. Из этологии пришло описание активного поведения ребенка, подчеркивание его социальной компетентности и влияния на мать. В этом свете младенец стал рассматриваться не как пассивный объект, а как эффективный участник формирования отношений со взрослым [59; 135; 140]. Этологический подход указывает на то, что дети от рождения способны взаимодействовать с другими людьми. Это обусловлено тем, что у них имеются врожденные программы поведения, которые вызывают необходимую для выживания и развития заботу и защиту со стороны окружающих людей. При этом младенец также рассматривается как эффективный участник формирования отношений с взрослыми.

Согласно психоанализу и культурно-историческому подходу отношения формируются и закрепляются в непосредственном контакте ребенка и взрослого, при удовлетворении его ведущих потребностей, где мать и ребенок представляют единую единицу [79; 135].



Ряд современных отечественных и зарубежных авторов (В.В. Лебединский, В.В. Никольская, О.С. Баенская, Е.Р. Либлинг, Р. Мухамедрахимов, К. Тревартен, А. Мельтзоф, П.Хобсон и др.) также подчеркивают важность врожденных механизмов, позволяющих новорожденному взаимодействовать с матерью.

Так, по мнению В.В. Лебединского, адекватное эмоциональное взаимодействие наступает к 6 месяцам, когда эмоциональная подстройка на социальные стимулы достигает должного уровня [76].

По данным К. Тревартена, за социальную регуляцию ответственна лимбическая система, ретикулярная формация и базальные ганглии, то есть такая регуляция формируется внутриутробно и является очень древней. Р. Мухамедрахимовым показано, что младенец способен подстраиваться под сенсорный уровень чувствительности матери [95; 96].

Привязанность в процессе развития ребёнка приобретает индивидуальные свойства, заложенные в онтогенезе и проявляющиеся в процессе развития. Эти свойства могут быть типизированы, что позволяет выделить определённые типы привязанности.

В соответствии с этой теорией, М. Эйнсворт, используя тест «Незнакомая ситуация», обнаружила 4 типа привязанности ребенка к матери:

I тип привязанности – надежная, безопасная привязанность. Этот тип привязанности выражается в активной исследовательской деятельности ребенка в незнакомой обстановке. Ребенок, используя мать как «базу», не реагирует отрицательно на приближение незнакомого человека, радостно приветствует мать при ее появлении. По мнению Т.О. Арчаковой, к формированию такого типа привязанности приводит позитивная установка матери в отношении своего ребенка, чувствительность к его потребностям и способность к гармоничным отношениям. Все это формирует здоровый тип привязанности ребенка к матери [16].

II тип привязанности - ненадежная, небезопасная привязанность избегающего типа. Ребенок в данном типе привязанности замкнут, не допускает доверительных отношений со взрослыми и детьми. Подобное может быть, если младенец очень болезненно пережил разрыв отношений с близким взрослым, и горе не прошло, он «застрял» в нем; либо если разрыв воспринимается как «предательство», а взрослые — как «злоупотребляющие» детским доверием и своей силой.

Два паттерна воспитания приводят к формированию ненадежной привязанности избегающего типа. Первый паттерн – матери избегающих младенцев часто нетерпеливы со своими детьми, неотзывчивы к их сигналам, склонны к выражению негативных чувств по отношению к ребенку. Такие матери центрированы на себе, проявляют отвергающее отношение к ребенку. Второй паттерн – ревностные матери, проявляющие гиперопеку.

III тип привязанности – ненадежная небезопасная привязанность тревожно–сопротивляющегося типа. У матерей, непоследовательных в выражении заботы о младенце, проявляющих в зависимости от настроения то энтузиазм, то равнодушие, дети демонстрируют ненадежную привязанность. Ребенок борется с такой непоследовательностью в проявлении материнской заботы и любви с помощью отчаянных попыток: крика, плача, цепляния, пытаясь добиться эмоциональной поддержки и утешения, а потерпев неудачу, - становится озлобленным и мстительным.

IV тип привязанности – ненадежная небезопасная привязанность дезорганизованного типа. Ребенок не знает, приблизиться ли к матери для получения приятных эмоций или отступить в целях безопасности. Это характерно для детей, подвергавшихся жестокому обращению и насилию и никогда не имевших опыта привязанности. К формированию такого типа привязанности приводит жестокое обращение со стороны матери [156; 157].

Таким образом, к концу первого года жизни у ребенка формируется тип привязанности к матери, основанный на повторяющихся моделях взаимодействия, ожиданий, чувств, поведения и образов матери [32].

А. Реан, Д. Боулби, М. Эйнсворт отмечают, что процесс развития привязанности проходит несколько этапов.

Дж. Боулби разработал периодизацию развития привязанности с учетом того, что с возрастом тип привязанности имеет свойство сохраняться. Развитие привязанности он условно делит на четыре стадии. Систематизируем данные, посвященные вопросу развития привязанности к матери в единую периодизацию, используя классические положения Дж. Боулби, М. Эйнсворт и других авторов.

Стадия первая (от рождения до 3 месяцев). Для этой стадии характерна недифференцированная реакция на людей. В первые 2-3 месяца жизни ребенок показывает различные виды реакции на людей, но, как правило, он реагирует на людей базовыми способами: улыбка, лепет, плач. Улыбка является средством, которое способствует взаимному проявлению любви и заботы – поведению, которое повышает шансы ребенка на то, что он будет здоровым и жизнеспособным. Примерно в тот период, когда ребенок начинает улыбаться, он также начинает лепетать при звуке человеческого голоса, и особенно при виде человеческого лица. Как и в случае улыбки, лепет первоначально не избирателен: дети лепечут почти независимо от того, какой человек находится рядом. Голосовые паттерны малыша побуждают опекуна взаимодействовать с ним. Плач является одним из паттернов сближения родителя и ребенка, он подобен сигналу опасности: оповещает, что малышу требуется помощь родителя. Ребенок также поддерживает близость путем цепляния. Новорожденный наделен двумя удерживающими реакциями: одна - это рефлекс хватания; другая – рефлекс Моро, который имеет место либо, когда ребенка пугает громкий звук, либо, когда он внезапно теряет опору [70].

Таким образом, сразу же после рождения дети наделены способностью взаимодействовать. При этом способность отличать одного человека от другого или совсем отсутствует, или очень ограничена.

Показателями привязанности на данной стадии являются: социальная улыбка, гуление, плач, рефлекс цепляния, ориентирующее поведение (взгляд).

На данном этапе, согласно Э. Эриксону, формируется установка на восприятие мира как безопасного или небезопасного, которая определяется чутким, заботливым участием матери, которая участливо и своевременно удовлетворяет потребности ребенка, или игнорирует их [143].

Стадия вторая (от 3 до 6 месяцев). Для этой стадии характерна ориентация на знакомых людей. Начиная с 3 месяцев, поведение ребенка меняется. Прежде всего, исчезают многие рефлексы, включая рефлексы Моро, цепляния и поиска, происходит сужение реакций на знакомые лица. Ребенок отдает предпочтение двум или трем людям, и одному, в особенности. Этим основным объектом привязанности обычно является мать [118].

Таким образом, социальные реакции ребенка (улыбка, голосовые реакции) становятся избирательными и адресуются матери.

Как отмечает Х. Би, ребенок, получая опыт взаимодействия с матерью, формирует впечатление положительного или негативного отношения к собственным действиям. Первые ощущения границ тела через прикосновения, ощущение «Мы», аффективный компонент привязанности, выражающийся в эмоциональном настрое по отношению к матери, которая удовлетворяет потребности ребенка, либо игнорирует их [25].

Стадия третья (от 6 месяцев до 3 лет). Для этой стадии характерно усиление привязанности и активные попытки поддержания пространственной близости. Начиная примерно с шестимесячного возраста, привязанность младенца к определенному человеку становится все более интенсивной и исключительной. Наиболее заметное изменение состоит в том, что младенцы гром-

ко плачут, когда материнская фигура покидает комнату, тем самым демонстрируют тревогу. Ранее они могли протестовать против ухода любого человека, который смотрит на них, однако теперь их расстраивает главным образом отсутствие этого единственного человека. К окончанию первого года жизни важной переменной становится появление у ребенка общей рабочей модели фигуры привязанности [75]. Это значит, что у ребенка на основе повседневных интеракций начинает формироваться общее представление о доступности и отзывчивости заботящегося о нем взрослого.

М. Эйнсворт считала, что сформированность привязанности, ее индивидуальные особенности и свойства у каждого отдельного ребенка во многом зависят от отношения к нему матери, от стратегии ее воспитания, способности своевременно удовлетворять его важные потребности, а также от ее индивидуально–личностных качеств [156]. На данном этапе, согласно Д. Винникоту [38], Д. Стерну [132], в 6-9 месяцев формируется когнитивная составляющая привязанности – это система ожиданий, складывающаяся на основе опыта обращения матери к ребенку, и эмоций, полученных ранее при взаимодействии с ней.

На этапе до года (в 9 – 12 месяцев), согласно Д. Боулби, формируется поведенческий компонент привязанности, основанный на рабочей модели взаимодействия матери и ребенка. Поведение ребенка может быть избегающим или, наоборот, приближающимся к матери.

Стадия четвертая (от 3 лет до окончания детства). Для этой стадии характерно партнерское поведение. До 2-3-летнего возраста детей беспокоит лишь их собственная потребность находиться в определенной близости к опекуну: они еще не принимают в расчет планы или цели опекуна. Для 2-летнего малыша знание, что мать или отец уходят по делам, ничего не значит: ребенок просто захочет пойти вместе с ними. Ребенок трех лет имеет некоторое понятие о подобных планах и может мысленно представить поведение родителя, когда тот отсутствует. Соответственно, ребенок более охотно

позволит родителю уйти. Ребенок начинает действовать больше как партнер в отношениях.

Дж. Боулби утверждал, что страх одиночества - один из самых сильных страхов в человеческой жизни. Можно считать такой страх глупым, невротическим или незрелым, но за ним стоят веские биологические причины.

Дж. Боулби признавал, что о четвертой стадии привязанности известно немного, и мало высказывался о привязанностях в течение остальной жизни. Тем не менее, он полагал, что привязанность продолжает играть очень важную роль. Подростки избавляются от родительского доминирования, но у них формируются привязанности к лицам, заменяющим родителей. Взрослые считают себя независимыми, но ищут близости с любимыми в периоды кризиса. Пожилые люди обнаруживают, что они все более зависят от более молодого поколения. Дж. Боулби заключает, что страх одиночества – один из самых сильных страхов в человеческой жизни. На протяжении всей истории человечества людям удалось наиболее эффективно выдерживать кризисы и противостоять опасностям с помощью привязанности.

В младшем школьном возрасте с постепенно возрастающей ориентацией на сверстников все менее значимой становится эмоциональная зависимость ребенка от матери. Более того, как пишут Й. Лангмейер, З. Матейчек, М. Айзенк, именно в этом возрасте и должна начаться так называемая «естественная сепарация», т.е. инициируемое и поддерживаемое взрослым постепенное отделение ребенка от взрослого и обретение им независимости и самостоятельности. Данная постепенная сепарация предоставляет очевидное условие для социального созревания ребенка, его самореализации и, наконец, психического здоровья [75].

З. Фрейд рассматривал всего один аспект привязанности ребенка к матери: «Причина, по которой грудной ребенок желает присутствия матери, в том, что она безотлагательно удовлетворяет все его потребности» [141, 9]. Взгляды З. Фрейда на формирование привязанности - «инфантильной зави-

симости» вытекают непосредственно из его теории развития. Согласно этой теории, первая стадия развития – оральная, которая продолжается в течение 18 месяцев, и в течение которой ребенок получает основное удовлетворение от сосания груди как орального опыта. Поэтому по Л. Хьелу статус матери является уникальным, установленным однажды и на всю жизнь статус первого и самого притягательного объекта любви и прототипа всех будущих любовных отношений [143]. В возрасте от 3 лет развивается острое чувство соперничества с родителем одного пола на почве привязанности к родителю противоположного пола («Эдипов» кризис).

Вскоре ребенок вступает в латентный период от 6 до 11 лет, в течение которого он относительно свободен от эдипальных тревог и терзаний, тем не менее, эдиповы чувства продолжают существовать в его бессознательном. Они грозят прорывом в сознание с наступлением пубертата и оказывают сильное влияние на жизнь взрослого человека, прежде всего на его дальнейшие отношения с противоположным полом. Далее наступает последняя генитальная фаза - с 11 лет, которая характеризуется «освобождением от своих родителей». Для сына это означает разорвать узы, связывающие его с матерью, и найти собственную близкую подругу. Он также должен разрешить проблему соперничества с отцом и выйти из-под отцовского влияния. Аналогичные задачи стоят и перед дочерью: она также должна преодолеть зависимость от родителей и начать самостоятельную жизнь [141].

З. Фрейд, однако, отмечал, что это обретение свободы никогда не бывает легким. Детские годы формируют у ребенка зависимость от родителей, и ему нелегко разорвать эмоциональную связь с ними в будущем. Для большинства людей цель обрести подлинную независимость так никогда и не достигается. Это последнее, хорошо и четко обозначенное З. Фрейдом, и является основным, кульминационным итогом развития привязанности личности в онтогенезе, определяющим его последующую жизнь в данном контексте.

На основе рассмотренных выше концепций можно сделать выводы:

1. Привязанность – интегративная категория, включающая три составляющих: поведение ребенка во взаимодействии с матерью (избегание матери; приближение к ней), эмоции, связанные с этим взаимодействием (тревога, радость), и образ матери (как надежной базы, способной адекватно удовлетворить потребности ребенка, или ненадежной). Таким образом, под привязанностью понимается вид социального поведения ребенка, адресованного матери, эмоциональную связь с матерью и ее сложившийся образ.
2. Привязанность как устойчивое образование индивида закладывается в раннем детстве.
3. Сила привязанности, надежность, тип, качество на протяжении жизни остаются устойчивыми и неизменными.
4. Привязанность формируется неосознанно и базируется на неосознаваемом опыте ребенка, эмоциональной связи с матерью, дающей ощущение близости, безопасности, надежности отношений.

В русле данной работы предполагается, что качество привязанности к матери обуславливает особенности восприятия и отношения взрослого к своему телу. Мать через характерную ей привязанность создает для ребенка единственную и неповторимую социальную ситуацию, в которой складывается развитие базового представления ребенка о теле и отношении к нему.

## **1.2. Проблема образа физического «Я» в психологии**

Прежде чем обратиться к данной проблеме, необходимо рассмотреть понятие самосознания, поскольку образ физического «Я» является его составной частью.

Исследователи Б.Г. Ананьев [10], Г.В. Акопов [9], А.А. Бодалев [27], Д.Г. Дьяков [52], А.В. Захарова [57], В.А. Мазилев [84], В.Н. Мясищев [98], А.П. Поваренков [110], Е.Т. Соколова [129], В.В. Столин [133], С. Гроф [48] указывают на сложность и нерешенность проблемы самосознания, терминологическую неопределенность данной области научного знания. Самосозна-



ние представляет собой сложное структурное психическое образование, в структуру которого включены различные характеристики человека.

В концепциях И.С. Кона [65], Э. Эриксона [158] уровни самосознания выделяются в соответствии с возрастными стадиями развития. Каждому уровню соответствует специфическая феноменология, характерная для определенного возраста. В положениях о личностных конструктах «Я» определяется как точка в семантическом поле [62]. О.Н. Арестова определяет понятие самосознания как единое образование, развивающееся от глубинного ощущения себя до речевых представлений о себе, где уровень конечного числа представлений о себе бесконечен. Каждый уровень имеет свои функции: глубинные слои отвечают за самоощущение, осознанные структуры за континуум поведенческих установок, речевые концептуальные слои имеют вид суждений человека о самом себе. Такие речевые суждения принято называть «Я» - концепцией [13].

Существует два больших направления в исследовании вопросов самосознания:

1. Первая группа исследователей раскрывает вопрос о развитии самосознания в рамках этапов его развития (Б.Г. Ананьев, Н.В. Антонова, Л.С. Выготский, Л.И. Божович, И.С. Кон, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, И.Н. Чеснокова, Е.В. Шорохова)

2. Вторая группа исследователей изучает частные вопросы: самооценку, ее связь с влиянием окружающих; «Я» - концепцию и «Я» - образ; структуры самосознания и их компоненты; особенности образа физического «Я». Согласно данному подходу исследователи выделяют несколько разновидностей образа «Я»:

1. «Я» - реальное и «Я» - идеальное (У. Джемс, К. Роджерс К. Левин, З. Фрейд);

2. Физическое, когнитивное, социальное, самооценка (Ш. Смюэль);

3. «Я» - динамическое, «Я» - фактическое, вероятное - Я, идеализированное – «Я», «Я» - настоящее (М. Розенберг).

М. Розенберг выделил параметры измерения зрелости самосознания:

1. Когнитивная сложность, дифференцированность образа «Я»: есть количество осознанных человеком качеств. Чем больше качеств он выделяет у себя, тем выше уровень его самосознания;
2. Отчетливость и субъективная значимость;
3. Стабильность, устойчивость во времени;
4. Степень принятия и самоуважения.

И.Н. Чеснокова раскрывает самосознание как единство трех частей: эмоциональное отношение к себе, саморегулирующее поведение личности и самосознание [152].

В свою очередь, В.С. Мерлин отмечает четыре составляющих самосознания личности: 1) сознание собственного «Я»; 2) осознание своих психических свойств; 3) сознание своей тождественности; 4) определенная система социально-нравственных самооценок. [90; 91].

Рассмотрению самооценки, как одному из главных образований самосознания, в отечественной психологии уделяется много внимания. Ее анализом занимались: Т.А. Араканцева [12], Е.Ю. Артемьева [15], А.В. Захарова [57], С.М. Петрова [107], Е.Ф. Рыбалко [117] и другие. Данные исследователи вычлениют в структуре самосознания и «Я» – образа: эмоциональный, поведенческий, когнитивный компоненты. При функционировании эти компоненты взаимосвязаны: неудовлетворенность внешностью, фиксация на телесном дефекте, повышенное внимание к определенным частям тела или внешности влияют на образ тела. Содержание представлений о своем физическом «Я» определяют частные самооценки и глобальное отношение к себе в виде принятия или отвержения в процессе самоидентификации.

Выделение физического «Я» как компонента самосознания встречается в трудах многих отечественных исследователей [46; 47; 51; 55; 56; 83; 134,

155]. В процессе индивидуального развития сознания сначала складывается представление о телесном облике, а затем появляются знания о себе [155]. Зарождение самосознания тесно связано с зарождением физического «Я» как подструктуры самосознания. Необходимым источником развития самосознания является форма и размеры тела. В.В. Столин отмечает: «Самосознание как сознание возникает не сразу, не с рождения, а по мере овладения своим телом, в процессе превращения обычных движений в произвольные действия» [133, 15].

На то, что телесный опыт влияет на развитие самосознания, указывали также представители психоаналитического направления. З. Фрейд указывал на важную роль тела в развитии эго-структур [141]. А. Адлер делает заключение о связи между образом тела и самооценкой, а именно: существует компенсаторное поведение, направленное на устранение физических недостатков (неполноценности).

Самое первое отграничение себя от другого проявляется на уровне тела в тот момент, когда младенец берет предметы, хватает их, держится, бросает. Очень большую роль в формировании образа физического «Я» и физических навыков оказывает мать. Мать либо положительно, либо отрицательно подкрепляет и оценивает успешность действий ребенка. Л.С. Выготский [42], А.Н. Леонтьев [77], Е.Т. Соколова [128] и ряд других авторов отмечают, что в основе осознания своих телесных качеств лежит познавательный процесс отражения (познания) окружающей действительности.

Таким образом, из всего вышесказанного следует вывод о том, что образ физического «Я» (телесный образ), как восприятие и осознание своих соматических качеств, есть один из образов «Я», включенный в когнитивный компонент «Я» – концепции.

В когнитивные компоненты образа физического «Я» включены особенности нашего привычного восприятия себя. В особенности восприятия себя входит набор описания себя человеком, его презентация, которая может

быть, в частности, негативной или позитивной, иметь отношение к настоящему моменту опыта или к прошлому [130].

В настоящее время существует терминологическая неопределенность в применении понятий, относящихся к образу тела. Р. Фишер вводит понятие «телесный опыт», которое включает все, что имеет отношение к категории «субъект и его тело». При описании индивидом своего тела предлагается применять словосочетание «восприятие тела». По О. Фенихелю, термин «телесное «Я» следует применять, когда исследуется телесная идентичность [139].

Е.Т. Соколова выделила три главных подхода к исследованию образа физического «Я».

В первом подходе образ тела рассматривается как результат работы отдельных нейронных систем. Согласно В.М. Бехтереву, чтобы изучить образ тела, необходимо изучить определенные структуры мозга, ответственные за его появление. В этом подходе термин «образ тела» часто употребляется как синоним термина «схема тела», который ввел впервые Р. Боньер в 1893 году, и часто употреблял в своих работах Х. Хэд. В.М. Бехтерев обнаружил, что схема тела в работах названных ученых представляет собой гибкую систему, которую каждый регулирует на основе собственных ощущений. Выделены функции «схемы тела»: регулировка и контроль положения тела в пространстве, коррекция и контроль движений [23; 24].

Исходя из представлений В.П. Зинченко, схема тела - это сложный синтетический образ собственного тела и его частей, образующийся в мозге человека на основе восприятия, ощущения кинестетических, тактильных, болевых, вестибулярных, зрительных, слуховых и других стимулов в сопоставлении со следами прошлого сенсорного опыта. Схема тела имеет значение в становлении позы и движений, регулируемых как сознательными, так и бессознательными рефлекторными механизмами. Схема тела обеспечивает гра-

ницы локализации стимулов на поверхности тела, взаимодействия частей тела друг с другом [58].

В работах И.М. Сеченова главная роль в формировании представлений о себе и своем теле отводится рефлекторной деятельности мозга посредством мышечных ощущений [123].

Таким образом, в психологии принято считать, что «схемой тела» является образ взаимного расположения частей тела, возникший на основе проприорецепции и являющийся исключительно субъективным образом, возникшим посредством ощущений и чувствительности [58; 119]. Схема тела участвует в формировании позы и двигательных актов, управляемых как сознательными, так и неосознанными рефлексам.

Второй подход определяет образ физического «Я» как продукт отражения, как индивидуальную, субъективную картину своего тела. Внутри этого подхода Дж. Чаплин выделяет понятие «концепция тела». Д. Беннета разъясняет, что концепция тела представляет собой один из аспектов образа тела, другим будет «восприятие тела». Если «восприятие тела» - продукт познавательного процесса восприятия, то «концепция тела» есть набор признаков, указываемых человеком, когда он описывает свое собственное тело.

В третьем подходе образ тела является единством восприятия, установок, оценок, представлений, принадлежащих к функциям тела и внешности. Этот подход в настоящее время считается самым современным и распространенным, его разработчики: И. М. Быховская [34], А.Н. Васина [35], Д.А. Леонтьев [77], В.В. Столин [133], В.А. Ядов [158], И.И. Чеснокова [149], И.С. Кон [65], Р. Шонц [68] и др. По определению Д.А. Леонтьева, физическое «Я» – это переживание своего тела как воплощения «Я», переживание физических дефектов, сознание здоровья или болезни [78]. Р. Шонц рассматривает восприятие и образ тела на следующих четырех уровнях:

Первый уровень восприятия тела - схема тела. Схема тела – есть вся кинестетическая осведомленность, которая поступает в самосознание чело-

века. Ее можно еще назвать базисной надстройкой «Я» - концепции, которая встраивается в нее как самочувствие, ощущения. Н.А. Бернштейн отмечал, схема тела формируется на основе стимулов от положения тела и самочувствия органов [21; 22]. По мнению С.Л. Рубинштейна [113], Б.Г. Ананьева[10], телесное существование человека отражено в ощущениях организма, в самочувствии и тонусе, то есть в состоянии здоровья.

Второй уровень восприятия - образ тела. Образ тела - результат психического отражения тела, действий когнитивной системы, представленный в виде картины физического «Я». В его составе присутствует самооценка своего тела, а также комплекс оценок окружающих и близких людей. Под действием этих оценок формируется принятие или непринятие физического «Я».

Третий уровень – «телесное представление». Телесное представление есть фантазии, сны, символы, метафоры, непривычные знаки и ассоциации по поводу тела, которые не имеют строгой логики.

Четвертый уровень, по Е.Т. Соколовой, восприятия тела – «концепция тела». Д. Беннет под «концепцией тела» подразумевает знание о теле через описание наборов признаков своего тела, когда человек пишет или отвечает на вопросы о своем теле или рисует фигуру человека [128].

Е.Т. Соколова в своих работах также разграничивает схему тела и образ физического «Я», полагая, что за этими понятиями стоит разная природа феноменов. В основу схемы тела заложена работа проприорецепторов, а в основе образа тела лежит отражение, которое может быть осознанным или неосознанным [130].

В.Н. Куницына замечает, что в зарождении «схемы тела» важную роль играет проприорецепция, а в получении образа физического «Я» – зрительный канал восприятия. Важно заметить, что образ тела в своем основании имеет схему тела, все знания, полученные человеком прижизненно, а также оценки его внешности окружением и значимыми другими. Таким образом, образ тела - это более широкое понятие, чем схема тела [72].

Резюмируя вышесказанное, констатируем: образ физического «Я» включает в себя:

- 1) представления о своем теле, его особенностях;
- 2) представления об индивидуальных границах собственного тела;
- 3) представление об отдельных частях тела, представленных в сознании;
- 4) отношение к собственной внешности;
- 5) самоотношение к собственному телу в процессе самоидентификации.

### **1.3. Компоненты и факторы образа физического «Я»**

В исследованиях отечественных и зарубежных авторов (Е.Т. Соколова[127], А.Ш. Тхостов [137], М.О. Мдивани [88], Ф.С. Шонтц [168] и др.) подчеркивается, что образ тела является единством восприятия, установок, оценок, представлений, принадлежащих к функциям тела и внешности.

В. Шонфельд, в русле психоаналитического направления, вычленяет 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 искажения концепции 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 и идентификациями 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 своем теле, которые основываются на функционировании тела, как физического субстрата, 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, как (каким) он выглядит в восприятии других людей.
- 3) «Я»-физическое идеальное – это представление человека о себе, которое формируется путем усвоения культурных форм и норм и является видением человека таким, каким нужно быть [88].

Анализ отечественных исследований по данному вопросу показал, что структура образа телесного «Я» состоит из внутренних и внешних компонентов. Внутренние компоненты (внутреннее пространство) познаются через интроцептивные 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» [17]. Внешние компоненты (внешность и жизненное внешнее пространство) не только ощущаемы, чувствуемы, но и внешне наблюдаемы. Большинство существующих психологических исследований посвящено именно видимому телу и внешности как компоненту образа «Я».

Применительно к внутреннему компоненту образа физического «Я» принято выделять:

- 1) когнитивный компонент – представление индивида о своем теле;
- 2) аффективный компонент – самооценка, аффективная оценка этого представления, то есть эмоциональное отношение к своему телу, находящееся в зависимости от временных и событийных факторов;
- 3) поведенческий компонент – поведенческая реакция, конкретные действия, вызванные особенностями образа физического «Я».



Представляется оправданным представить образ физического «Я» как систему структурно связанных между собой компонентов, как это делают Е.Т. Соколова [137] и А.Ш. Тхостов [125], которые выделяют в структуре образа внешнего компонента три модальности представлений о своем теле:

- 1) реальное физическое «Я» - представления человека о том, каково его тело на самом деле;
- 2) зеркальное (социальное) физическое «Я» - установки, связанные с представлениями о том, как его тело видят другие;
- 3) идеальное физическое «Я» - установки, связанные с представлениями индивида о том, каким он хотел бы стать внешне.

Для целостности образа физического «Я» необходимо, чтобы все три модальности совпадали. Между содержанием реального физического «Я» и содержанием идеального физического «Я» могут наблюдаться расхождения. Идеальное «Я» складывается, с одной стороны, из целого ряда представлений, отражающих сокровенные желания и устремления индивида, с другой стороны, необходимо учитывать, что эти желания обусловлены зачастую социумом, вследствие чего они бывают оторваны от реальности. Таким образом, выделенные компоненты согласуются друг с другом, не вступают в противоречие.

Самым изученным исследователями и наиболее полно описанным считается когнитивный компонент образа «Я» в структуре «Я»-концепции [54]. Исследователь самосознания С.Т. Джанерьян отмечает, что образ «Я» есть набор воспринимаемых качеств о себе [53]. По своей сути образ «Я» есть самописание субъекта, представленное в вербальном плане. Описание себя происходит через определенный комплекс черт, которые могут быть как более или менее связанные с поведением и быть негативными или позитивными, так и связанные с текущим или прошлым опытом. Таким образом, когнитивный компонент образа физического «Я» есть совокупность представлений индивида о своей внешности, признаков, образов, в которых он ее описывает.

Хотя многие из признаков выглядят как чисто описательные, большинство из них допускают количественную оценку. Два уровня сравнительной оценки признака достаточно очевидны:

1. **Интерсубъектный.** На этом уровне сравнение происходит в рамках сопоставления «Я – Другой» (по принципу «больше – меньше»);

2. **Интрасубъектный,** где сравнение происходит в рамках сопоставления «Я - «Я», во временной перспективе: «Я»-наличное – «Я»-прошлое», либо в пространственно-временной перспективе: «Я» в одной ситуации - «Я» в другой ситуации», либо в аспекте желаемого: «Я»-наличное – «Я»-желаемое». Эти сравнения характеризуют представления индивида о степени выраженности у него того или иного качества. Физическое «Я» как объект, имеющий определенную форму и размер, допускает еще один тип сравнения - **объективный:** представление о степени выраженности какого-либо из своих качеств можно получить путем сравнения его с реальным объектом, в частности, сравнение может приобретать характер количественного измерения. Например: «Я человек среднего роста», «За последний год «Я» значительно вырос», «Мой рост 176 см» [128].

Изучение когнитивного компонента показывает, насколько четко и объективно человек воспринимает свое тело. Поэтому исследование когнитивного компонента чаще всего основывается на различных измерительных приборах или аппаратах, например, рамках, фотографиях, зеркалах с разной кривизной, видеоаппаратуре, линейке [128; 139].

Соколова Е.Т., систематизируя знания, отмечает, что в зарубежных исследованиях М. Джиллом, Н. Бренном, Э. Кетчером, М. Левиным проведены практические исследования когнитивного компонента образа тела, где доказана зависимость точности восприятия от культурных стереотипов. [125; 126]. Д. Гарнером были сделаны выводы, что при разных типах психических патологий при шизофрении и анорексии, обнаруживаются глубокие нарушения восприятия тела [127].

Таким образом, когнитивный компонент представляет собой, с одной стороны, образ социально обусловленного эталона тела с перечнем наиболее значимых параметров внешности, с другой стороны, образ реального тела индивида, который формируется в результате сравнения реального и социального «Я».

Когнитивный компонент, в свою очередь, побуждает эмоциональную оценку себя в виде самооценки. Р. Бёрнс указывает на то, что любая попытка субъекта описать себя будет иметь в своей основе эмоциональный компонент, определяемый культурными нормами, эталонами. Поэтому считается возможным сделать вывод о том, что разделение знаний о себе в виде компонентов является условностью и абстракцией, так как разграничить два этих знания представляется очень трудным. Именно поэтому оба эти компонента составляют целостный образ физического «Я» [19; 20].

Ранее в психологии главный упор в исследованиях делался либо на когнитивный, либо на эмоциональный компонент, подчеркивался приоритет одного из них. В настоящее время исследователи отвели им роль самостоятельных компонентов, взаимосвязанных друг с другом [127]. Так, в исследованиях С. Эпштейна когнитивные и аффективные составляющие «Я» четко разделяются. В теоретическом плане «Я» - концепции им выделяются преимущественно когнитивный и аффективный компоненты. По А.Г. Черкашиной, когнитивный компонент – это теория человека о себе, которая более или менее организована и направлена на понимание человеком себя. Эмоциональный компонент – это отношение субъекта к себе, выражающееся в том, насколько он принимает себя, уважает и оценивает себя [153].

В настоящее время наиболее употребительным в психологии является термин отношение к себе, под ним подразумевается комплекс установок, оценок, эмоций по отношению к себе, выражающихся в одобрении или обвинении, похвале или порицании себя.

В зависимости от того, какое отношение о себе положено в основу, выделяются различные компоненты этого феномена, сумма которых - обобщенное отношение, интегрируется в общую оценку себя [153]. Здесь кроется некоторая проблема или рассогласование в подходах к изучению структуры самоотношения, поскольку ряд ученых выделяет в качестве компонентов отношения частные самооценки, другие же включают такие компоненты, как самоуважение, симпатию, интерес к себе и антиципируемое отношение от других [106; 133].

Самооценка же представляется как оценка человеком самого себя, своего характера, тела, своего места среди людей. По В.В. Столину, самооценка - это устойчивое структурное образование, компонент «Я»- концепции, самопознания, это процесс оценивания себя [133].

Важным фактором развития самооценки является сравнение себя с другими людьми. Разработчик теории социального сравнения Л. Фестингер отмечает, что при отсутствии точных стандартов оценки своих качеств субъект находит людей, чтобы сравнить себя с ними и через это сравнение дать себе оценку. Если реальный образ не согласуется с образом других, то человек ищет способы устранить противоречие.

Другой механизм - смысловая интеграция жизненных переживаний. Так, И.С. Кон отводит первостепенную роль в этом феномене когнитивным схемам, которые интегрируют прошлый опыт человека, а также упорядочивают, организуют новые образы «Я» [64].

Каждый из выделенных факторов формирует самооценку по-своему в комплексе. На нее также оказывают влияние возраст и пол субъекта.

Самооценка может быть адекватной только тогда, когда реальный уровень оценки приближен к объективным достижениям.

Представление человека о теле является одной из главных составных «Я» - концепции. Субъект представляет свое тело с помощью когнитивного компонента и оценивает его через эмоциональный компонент. Оба компо-

нента взаимосвязаны друг с другом и выступают как единство одного процесса. Здесь встает вопрос о факторах, опосредующих процесс влияния аффективных оценок на когнитивный компонент.

Анализ литературы в качестве данного фактора позволил выделить такую черту когнитивной сферы, как ее дифференцированность – один из показателей чувствительности когнитивных процессов дезорганизующему влиянию аффективных состояний. Е.О. Федотова и Е.Т. Соколова в совместном исследовании показали, что когнитивная недифференцированность приводит к неустойчивости самооценки, ее легкой подверженности внешним влияниям [128].

В исследованиях восприятия тела у больных ожирением и нервной анорексией Е.Т. Соколовой обнаружено, что искажения восприятия тела связаны с низкой когнитивной дифференцированностью. В то же время у больных ожирением с гиперфагической реакцией на стресс и больных булимическим вариантом нервной анорексии можно ожидать еще более низкий уровень когнитивной дифференцированности, что позволяет выдвинуть гипотезу о крайне высокой степени искажения представления о себе, характерном для этих больных [128].

В данном аспекте очень важно на основе психологических источников изучить процесс эмоциональной оценки своего тела. Наиболее полное обоснование этого процесса находим у Е.Т. Соколовой.

По Е.Т. Соколовой, аффективный компонент образа внешности характеризует эмоционально-ценностное отношение к своему внешнему облику и складывается из совокупности эмоционально ценностных отношений к отдельным телесным качествам. Каждое такое отношение образовано двумя параметрами – эмоциональной оценкой качества и его субъективной значимостью.

Эмоциональная оценка появляется в результате тех же процессов сравнения, что и когнитивная, однако они имеют не когнитивный, а аффективный акцент.

На интерсубъектном уровне, в рамках сопоставления «Я – Другой», сравнение имеет смысл «хуже или лучше, чем у других людей». На интрасубъектном уровне, в рамках сопоставления «Я - Я», речь идет об оценке какого-либо из своих качеств по шкале «нравится – не нравится», отражающей степень соответствия данного качества тем требованиям, которые оценивающий к себе предъявляет. Оценку первого вида Е.Т. Соколова называет социально-компаративной оценкой качества, а оценку второго вида – удовлетворённостью качеством [128].

Для характеристики аффективного компонента необходимо определить психологическую иерархию эмоциональных оценок, выяснить, какие из них являются для субъекта центральными, интегрирующими, влияющими на глобальное аффективное отношение к своему внешнему облику, то есть определить их субъективную значимость. Исследуя характер восприятия себя, в данном случае – восприятия своей внешности, в роли личностного компонента мы рассматриваем аффективный компонент образа внешности, представленный как эмоциональными оценками, так и субъективной значимостью телесных качеств [128].

В работах Р. Бернса установлены факторы, влияющие на формирование представления субъекта о своем теле:

1. Иррациональные убеждения в средствах массовой информации. В этом случае субъект сравнивает себя с героями рекламы, фильмов, глянцевого журналов и дает себе оценку.
2. Неполюценные части тела, которые являются значимыми в культурной среде. В исследованиях Р.Бернса отмечено, что внешняя привлекательность является оценкой своего тела у женщин. У мужчин главным критерием самооценки является выносливость и сила тела [19; 164]. Е.Т. Соколова,

Я.Б. Наровская и ряд других авторов отмечают также гендерные закономерности. Культурные особенности относят к мужественности физическую силу, спортивное телосложение, физические достижения, силу, выносливость, тогда как для женщин эти признаки нежелательны, для них важным является привлекательность лица, фигуры и кожи. Это еще раз подтверждает, что мужчины ориентированы на физическую эффективность, а женщины - на межличностные отношения [36; 49; 50; 100; 101; 128].

3. Влияние оценок значимых окружающих. Какое-либо несоответствие в своей внешности среднему показателю индивид воспринимает как недостаток или уродство. Вследствие отрицательных переживаний, страхов и фрустраций может сформироваться дисморфофобия [19].

Дисморфофобия - это расстройство психики, при котором субъект сильно переживает и занят незначительными дефектами или особенностями своего тела. Обычно такое отношение к своему телу наблюдается у людей, критически настроенных по отношению к своей внешности [67].

Таким образом, все вышесказанное указывает на существование связи между когнитивными и аффективными компонентами образа физического «Я», связи между эмоциональной оценкой своего тела и отношением к себе.

Вопрос возникновения сознания и самосознания в науке остается открытым. В частности, не разработанным остается аспект сенситивного возраста формирования самосознания. В контексте данного исследования данный вопрос очень важен, преломляясь в контексте одной из структур самосознания образа физического «Я».

Существует несколько точек зрения на процесс формирования самосознания, опирающихся на труды зарубежных и отечественных ученых: Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, В.М. Бехтерева, И.М. Сеченова, И.А. Бернштейна, Ж. Пиаже.

Так, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, выделяя самосознание как первый этап возникновения сознания, подчеркивают значимость в этом процессе

речи, произвольных движений. Самосознание, по мнению этих авторов, возникает в 2-3 года [40; 41; 44; 116].

И.М. Сеченов считал, что самосознание и сознание формируются одновременно друг с другом. Сознание включает в себя самосознание и предметное сознание. Самосознание субъективно, предметное сознание - объективно и отражает внешний мир. Ребенок в процессе развития разобщает эти две составляющие и осознает их отдельно. Такое выделение себя связано с зарождением самосознания [122].

Ж. Пиаже связывал формирование самосознания с возникновением логического мышления у детей. Самосознание, по Ж. Пиаже, возникает в подростковом возрасте [109].

И.А. Бернштейн, опираясь на учение И.М. Сеченова, отмечал, что выделение себя из внешнего мира происходит не только путем восприятия внешних объектов и построения движения, оно заключено в форме ощущений состояния органов и в болевых ощущениях. Различия между феноменами выделением себя и принятия себя в расчет находятся в процессах восприятия и движения (самочувствие, схема тела) процесса осознания психических процессов. Образ физического «Я» развивается путем двигательной схемы, поэтапно: выделение себя (здесь появляются границы тела «Я»), осознание границ «Я» или не «Я» [21; 22].

П.Р. Чамата добавляет, что самосознание возникает по мере овладения своим телом, в том случае, когда спонтанные действия превращаются в произвольные действия [146; 147]. Таким образом, становление физического «Я» человека тесным образом связано с взаимодействием его с окружающим миром. Через контакт с миром предметов и его познание формируется самосознание.

Кроме контакта с объектами, ребенок взаимодействует и развивается в социальной среде. Контакт ребенка с окружающими предметами опосредован взрослыми. Обратим внимание на роль матери, где ее собственное пове-



дение и сознание является движущим источником развития самосознания ребенка. В данном исследовании мы демонстрируем влияние качества привязанности ребенка и матери на формирование особенностей образа его физического «Я».

Можно выделить несколько направлений исследования влияния фактора социальных отношений на формирование самосознания:

1. Психоаналитическое направление объясняет возникновение самосознания путем отделения ребенка от матери, а также путем идентификации с одним из родителей. К концу первого года ребенок может отделять себя от матери, а до этого находится в полном слиянии с ней [141].
2. Исследователи Ч. Кули и Дж. Мид объясняют зарождение самосознания способностью вставать на место другого человека и с позиции другого оценивать себя.
3. Согласно концепции отношений В.Н. Мясищева, самосознание формируется путем возникновения эмоционального отношения к другим людям [99].

Таким образом, отмеченными исследователями признается важность социальных отношений в развитии самосознания.

Опираясь на исследования Е.Т. Соколовой, А.А. Реана, О.Г. Мотовилини, М.В. Колосковой и других исследователей, выделим этапы развития образа физического «Я» в онтогенезе [63; 93; 111; 125]:

1. Младенчество. Основной зоной, получающей наибольшую стимуляцию после рождения, является рот, а затем с 2,5-месячного возраста «рот - руки». С самого начала новорожденный отождествляет себя с матерью как ее продолжение, чувствует себя «слитым» с ней. Путем постепенного взаимодействия с окружающей средой происходит развитие физического «Я» ребенка, путем исследования им окружающего мира, через прикосновения к своему телу и телу матери, что и является началом формирования образа физического «Я». В результате ухода матери за ребенком, в 2 месяца, происходит смещение внутренних ощущений к периферии, что является знаковым

этапом в развитии образа физического «Я», знаменующим постепенное отделение ребенка от матери.

Таким образом, привязанность к матери, выраженная знаком отношения матери к ребенку, позволяет последнему ощущать отношение к себе, что формирует отношение к себе и своему телу в соответствии с опытом, который получил он в раннем детстве.

Таким образом, в младенческом возрасте образ физического «Я» начинает формироваться посредством телесного контакта с окружающими предметами и с матерью, что означает движение развития от схемы тела к зачаткам образа тела.

2. Ранний возраст знаменуется появлением границ физического «Я», в связи с кризисом 1 и 3 лет. Здесь происходит отделение «Я» от «не-Я» путем преодоления симбиоза с матерью, возникновения потребности в самостоятельности. В этом процессе важна также роль матери: насколько она позволит и себе, и ребенку отделиться друг от друга.

3. В дошкольном возрасте моторная и сенсорная функции являются ведущими, и тело становится главным фактором формирования самосознания. Этот возраст характеризуется окончательным установлением границ тела. Развитие двигательной сферы, а через нее - образа тела, происходит в игровой деятельности.

4. Младший школьный возраст характеризуется зарождением эмоциональной оценки своего тела и внешности других людей, с точки зрения привлекательности и красоты. С 6 до 14 лет - время активного совершенствования двигательной сферы. В возрасте 6-7 лет формируется «поза внимательности», необходимая в обучении и являющаяся признаком сформированной произвольности.

5. Подростковый возраст характеризуется изменениями в образе физического «Я», в результате сравнения подростком себя с неким эталоном [61; 66; 71]. В этом возрасте одежда и приемлемый социальный эталон играют

ведущую роль в принятии своего тела. Образ физического «Я» состоит из привнесенных эталонов взрослости. На этом этапе завершается эмансипация от значимого взрослого. Чтобы организовать свой образ, подросток экспериментирует с разными образами, активно меняет свою внешность.

6. Юношеский возраст характеризуется тем, что физическое выражается в индивидуальности человека, индивидуальными способами выражения себя через модель феминности и маскулинности.

Таким образом, образ физического «Я» формируется поэтапно до тех пор, пока идет развитие индивидуальности и личности человека.

Перейдем к факторам, которые обуславливают развитие образа физического «Я» тем или иным образом. Существует три основных подхода к исследованию факторов формирования физического «Я»:

1. Фактор физического контакта ребенка с матерью.

М. Монтегю отмечает, что фундаментом того, как человек относится к своему телу, являются прикосновения матери к его телу. Дефицит прикосновения приводит к дефициту соприкосновения с реальностью [128]. М. Малер, изучая детские неврозы, отмечает, что появление чувства целостности тела, его четких ощущений и восприятий, границ имеет связь с материнской стимуляцией в виде касания к младенцу. Недостаток стимуляции приводит к нарушению чувства целостности, что в свою очередь приводит к перцептивным и когнитивным проблемам восприятия тела.

По мнению Е. Газаровой, прикосновения матери важны не только для физического, но и для психологического развития личности, обеспечивая развитие чувственной и когнитивной сфер [45].

2. Р. Бёрнс подчеркивал фактор того, как другие воспринимают и относятся к индивиду, и то, как он интерпретирует их реакции, что приводит к формированию отношения к собственному телу [19].

3. Факторы социально-психологических источников самовосприятия. Л.С. Выготский, А.А. Бодалев, Л.И. Божович, И.С. Кон, Е.В. Лисина, В.А. Лабунская выделили следующие источники восприятия себя:

- 1) восприятие себя через идентификацию с другими – субъективная идентификация;
- 2) восприятие себя через восприятие другими. Значимость этой стороны общения, в которой отражены взаимные переходы «Я» - «Ты», «Я» - «Другой», связана с отражательной природой всего психического. В системе отношения «Я» - «Ты» человек не только рефлектирует, но и активно познает самого себя, открывает «себя в себе» и «себя в других». Можно сказать, что сущность обсуждаемого источника восприятия себя заключается в опоре на межличностную обратную связь;
- 3) интроспекция. Внутренний монолог и образы есть основной инструмент изменения, конструирования, преобразования и оценки образа физического «Я»;
- 4) восприятие и оценка тела через продукты своей деятельности;
- 5) непосредственная оценка и восприятие тела и внешности.

Таким образом, факторами формирования образа физического «Я» являются как социальные детерминанты, так и субъективные ощущения человека.

#### **1.4. Обоснование гипотезы исследования**

В качестве теоретической базы определены методологические подходы исследования:

1. Культурно-историческая концепция Л.С. Выготского;
2. Деятельностный подход А.Н. Леонтьева;

В соответствии с культурно-исторической концепцией, ребёнок растёт не только в ситуации тесного контакта с предметным миром, но в тесном взаимодействии с окружающими его другими людьми, которые для него

являются своеобразным инструментом познания оуружающей действительности. Контакт ребенка с действительностью опосредован взрослыми, при этом для формирования осознанных и рефлекслируемых представлений о собственном теле велика роль матери [39; 137]. Согласно культурно-историческому подходу, телесность и одна из его структур - образ физического «Я» являются культурными феноменами, развитие которых осуществляется путем превращения натуральных телесных функций в общественно-детерминированные действия [136]. Телесность, а также образ физического «Я» есть высшая психическая функция, которая вырастает в ход развития человека, приобретая символический характер. Первичным носителем психосоматического развития является отношения «мать-ребенок», благодаря такой диаде знаковый план психосоматического феномена реализуется совместно с природным планом развития [40].

Л.С. Выготский указывает на то, что все изменения, происходящие в психике ребенка, возрастные новообразования связаны с социальной ситуацией развития, которая определяет строго закономерно весь образ его жизни и выступает основным источником формирования новообразований, свойственных данному возрасту [43].

Процесс становления телесности, в рамках культурно-исторической концепции, имеет два контура:

1. Процесс окультуривания телесных функций (внешний план);
2. Формирование представлений о теле в виде образов и отношений к нему (внутренний план).

Процесс развития внешнего и внутреннего плана проходит путем интериоризации совместно-разделенных действий и эмоций между матерью и ребенком. Позитивная оценка, поощрение матерью телесных действий и функций, забота, адекватное удовлетворение потребностей формирует позитивное отношение к телу и его функциям, адекватное отражение его параметров, высокую степень когнитивной дифференцированности [14].

Исходя из этого, становление представлений ребенка о собственном теле тесно связано с социальной ситуацией его развития. В исследованиях Н.В. Коваленко, выполненных в русле культурно-исторической концепции, было показано, что представления о теле детей с бронхиальной астмой обусловлены особенностями отношений ребенка и матери [61]. В работах В.В. Николаевой было обнаружено, что формирование внутренней картины болезни тесно связано с отражением тела в условиях болезни, зависит от ведущей деятельности субъекта, обусловленной, в первую очередь, социальной ситуацией развития ребенка и матери. [102]. О.Г. Мотовилин, сравнивая детей, пребывающих в условиях интерната и в условиях семейной среды, отмечает заметное отставание в развитии соматических ощущений первых [94].

Л.С. Выготский считал, что через других мы становимся собой, т.е. отождествление является фундаментом возникновения всех свойств сознания, доказал, что высшие психические функции проходят через внешнюю стадию развития. Это является центром всей проблемы внутреннего и внешнего поведения [44]. В данной части работы уместно говорить об идентификации, как механизме присвоения субъектом отношения к нему матери, которое определяет когнитивный и эмоциональный компонент образа физического «Я» особенно на более поздних возрастных этапах онтогенеза. Утверждение С.Л. Рубинштейна о том, что личность не только формирует свое «Я», смотрясь в другого, но что «Я» вообще не может быть раскрыто через отношение к самому себе, приобретает важное значение. Идентификация как процесс построения и обнаружения «Я» возможна только благодаря наличию «Другого». «Другой» позволяет ощутить для «Я» плотность бытия [113]. «Другой» является мерой обнаружения, фиксации изменения собственной психической реальности. «Другие люди в их деятельности выступают как фокусы или центры, вокруг которых организуется мир человека» [116]. Поэтому правомерно утверждать, что механизмом социализации телесности является идентификация, которая первостепенную роль приобретает при переходе от детства к

взрослому возрасту, когда образ физического «Я» с ростом и созреванием субъекта приобретает новые качества. В.А. Мазиллов, Ю.П. Поваренков используют близкий критерий принятия ценностей, рассматривая идентичность как принятие индивидом на социальном и психологическом уровнях ценностных позиций, нормативных для данного пространства. В этом ключе они обозначают ее как субъективный критерий развития [84, 110]. Важно подчеркнуть, что на данном этапе происходит самоидентификация личности на основе оценки тела и отношения к девушке матери, что приводит к формированию образа физического «Я».

В рамках психологии деятельности А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина процесс оформления физического «Я» осуществляется в совместно-разделенных действиях, где мать выполняет функцию означивания и наполнения смыслом витальных потребностей и телесных действий ребенка. Преобразование смысловой стороны психосоматических феноменов определяется этапами развития смыслового, интенционального компонента деятельности ребенка, сменой ведущей деятельности, возникновением психологических новообразований. Так, фундаментом существования осмысленных психосоматических феноменов является коммуникация с матерью: мать не только означает телесный феномен для ребенка словесно, но и раскрывает своим эмоциональным реагированием смысл и ценность каждого телесного явления. Так, боль до ее означивания и наделения определенным смыслом ребенок не отличает от дискомфорта, а значит и не получает своего специфического поведенческого эквивалента реагирования. Власть коммуникативного смысла над телесными феноменами ребенка настолько велика, что в самом процессе коммуникации феномен не только может проявляться, но и исчезать. Примером может служить магическая сила материнского поцелуя, «излечивающего» любую детскую боль, а по психологической сути – заменяющего смысл телесного явления: от страдания к любви [84; 102; 103].

Осознание своей телесной сущности формируется на самых ранних этапах онтогенеза и в норме остается достаточно стабильной в течение всей жизни. Теоретико-экспериментальные исследования в русле деятельностного подхода также показывают, что одним из факторов, определяющих развитие самосознания в раннем онтогенезе, является осознание ребенком своего «Я»-физического в результате манипулирования совместно со взрослыми. В сферу осознания «Я»-физического вовлекаются вначале отдельные органы чувств и части тела. Перцептивный и двигательный опыт ребенка при сопоставлении с действиями взрослого приводит его к оценке своих рефлекторных и моторных возможностей. Через синтез отдельных представлений, у него возникает первичный образ собственного тела и способность владения им в форме произвольных движений, что также свидетельствует о моменте выделения ребенком себя из того пространства, в котором он находится [90; 147].

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 формируются в непосредственном социальном взаимодействии. Данные процессы происходят на раннем этапе онтогенеза и завершаются к началу сознательной жизни 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 [154]. Согласно исследованиям Е.Т. Соколовой, выполненным в русле разных психологических отечественных школ (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.Н. Мясищев, Б.В. Зейгарник, А.А. Бодалев), самооценки закладываются в раннем детстве, и главным фактором при этом выступает характер детско-родительских отношений. Так, неприязнь, отдаленность, неуважение родителями ребенка пере-



ходят в дефект самооценки вплоть до неприязни к себе – своим чертам, физическому облику. В итоге самооценка внешности оказывается практически не связанной с объективными физическими данными ребенка, становится зависимой от позитивного или негативного отношения со стороны родителей и ближайшего окружения.

В ряде зарубежных исследований относительно развития образа физического «Я» показано становление его важнейших структур в зависимости от отношения ближайшего окружения. По мнению М. Малер, возникновение чувства целостности собственного тела, четкости и определенности его границ тесно связано с периодически возникающими циклами соматосенсорной стимуляции, идущей от матери на ранних стадиях симбиоза с младенцем. Неспособность к интеграции этой стимуляции приводит к недоразвитию чувства целостности и ограниченности собственного тела, а также к проявлению различных перцептивных и когнитивных нарушений. М. Малер подчеркивает, что такого рода нарушения оказывают сильное воздействие на все последующее развитие физического «Я». С точки зрения исследователя, основным фактором, организующим шизофреническую патологию, является неудачная попытка сохранения интеграции телесного «Я» путем регрессии на стадию психосоматического симбиоза с матерью. Фишер, Кливленд отмечают, что если отношения ребенка с матерью основаны на четких, понятных, хорошо определенных ожиданиях и установках с обеих сторон, то границы этой интериоризированной системы будут четкими, хорошо определенными. Качества границ первичных интериоризацией распространяются на границы образа тела и определяют способы реагирования на стимулы внешнего мира. Если значимые для ребенка люди придают особый смысл какой-либо части тела или его функции, подчеркивая ее ценность или отрицательно реагируя, то у ребенка образуются ассоциативные связи между этой частью тела и ее функцией, с одной стороны, и особым к ней отношением или поведением – с другой [167]. Р. Бернс указывал на то, что человек видит себя так, как видят и

думают о нем значимые люди. «Я-каким-меня-видят-другие»=«Я-каким-я-сам-себя-вижу» [20].

Эти данные позволяют сделать следующее предположение: тип эмоциональной привязанности, сложившийся в детстве, определяет особенности образа физического «Я» во взрослости. Испытуемые с надежной привязанностью к матери проявляют положительное отношение к своему телу, характеризующееся принятием, тогда как неблагоприятная привязанность будет формировать отвержение тела. В процессе многократно повторяющихся взаимодействий с матерью у ребенка формируются так называемые рабочие модели отношения к себе и другим людям. В дальнейшем они помогают ему ориентироваться в новых ситуациях, интерпретировать их и соответствующим образом реагировать. Внимательные, чувствительные, заботливые родители формируют у ребенка чувство базисного доверия к миру, создается позитивная рабочая модель окружающих. Дисгармоничные отношения, для которых характерны нечувствительность к инициативе, пренебрежение интересами ребенка, навязчивый стиль отношений, наоборот, приводят к формированию негативной рабочей модели. На примере взаимоотношений с родителями ребенок убеждается в том, что другие люди, так же как и родители, не являются надежными, предсказуемыми партнерами, которым можно доверять. Результатом взаимодействия и общения с родителями является также рабочая модель отношения к себе. При позитивной модели у ребенка формируется инициативность, самостоятельность, уверенность и уважение к себе, а при негативной – пассивность, зависимость от других, искаженный образ «Я». Центральным понятием в теории привязанности является внутренняя рабочая модель, которая представляет собой неразрывное и взаимообусловленное единство себя и другого. Ребенок познает себя через отношение к нему матери, а мать воспринимает как источник отношения к себе. Эта сложная взаимосвязь в первоначальном варианте понималась как

отношение к себе и к близкому взрослому, которое дает чувство защищенности и безопасности.

Таким образом, 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 и ее самооценка, колебания которой могут оказать значительное влияние на общий уровень отношения к себе. В этой связи, представление человека о своем физическом облике и его оценка непосредственно связаны с типом привязанности к матери, сложившимся в раннем детстве, ожиданиями и прогнозами относительно реакций на себя матери. Опыт успешной или неуспешной привязанности формирует у индивида соответствующее отношение к своему телу, границы тела, «схему тела» и восприятие тела.

Таким образом, закономерности связи эмоциональной привязанности к матери и образа физического «Я» взрослого схематично может быть представлена следующим образом (Рис. 1).

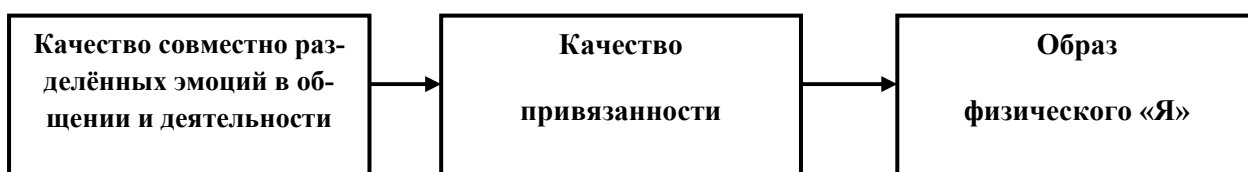


Рис. 1. Связь привязанности ребенка к матери и образа физического «Я»

Рисунок 1 показывает связь привязанности и образа физического «Я» через совместно-разделенные эмоции. Становление самосознания и частных самооценок рассматривается как результат усвоения, интериорзации человеком определенных параметров отношения к нему матери: неприязнь, отдаленность, неуважение переходят в дефект отношения к себе вплоть до неприязни к себе – своим чертам, физическому облику.

Нормальное развитие образа физического «Я», высокий уровень когнитивной дифференцированности, адекватность восприятия тела, непроницае-

мые границы обеспечивает безопасная привязанность к матери. Мать, через позитивные эмоции, поощрение телесных действий и функций, заботу и своевременное, адекватное удовлетворение потребностей, участвует в процессе формирования положительного образа тела субъекта.

В случае отсутствия положительных эмоций, замещения их родительской тревогой образ физического «Я» имеет негативные характеристики. Таким образом, результатом становится культурное тело, которое, пройдя социально-нормативные трансформации путем привязанности матери и ребенка, обретает тот или иной внутренний план регуляции в виде образа физического «Я».

Формирование частных самооценок образа физического «Я» может рассматриваться как результат усвоения, интериоризации ребенком определенных параметров отношения к нему родителей: неприязнь, отдаленность, неуважение переходят в дефект отношения к себе. Образ «Я» и самооценка в этом случае будут содержать черты, транслируемые через родительскую привязанность и воспитание.

## **Глава 2. Организация и методики эмпирического исследования**

### **2.1. Организация исследования**

Эмпирическое исследование проводилось в период с 2009 по 2014 гг. В нем приняли участие 230 девушек - студентки НИУ «БелГУ» в возрасте от 18 до 20 лет. Выбор испытуемых объясняется несколькими причинами. Первая из них связана с тем, что студенты зависимы от родителей (недостаточно самостоятельны) прежде всего, в материальном и физическом отношении: проживают вместе, пользуются их материальными благами. Вторая причина заключается в том, что студенты – представители юношеского возраста. А в науке пока не исследовано влияние привязанности к матери на развитие личности в юношеском возрасте, хотя взаимодействие и контроль со стороны родителей продолжают. В менталитете русской культуры взрослые заботятся о детях до позднего возраста. В консультационной практике психологи и психотерапевты часто сталкиваются с вопросами взаимодействия и привязанности взрослых испытуемых и их родителей. Немаловажным фактором, заставляющим продолжить исследование применительно к другим, более зрелым возрастным категориям, является повышенная значимость внешности для девушек в юношеском возрасте, когда они стремятся нравиться юношам и быть привлекательными. В данном возрасте продолжает формироваться самосознание, и физическое «Я» приобретает большое значение. Кроме того, в науке пока не существует ответа на вопрос, почему субъект, образ тела которого вписан в культуру, испытывает психологические переживания, связанные с телом.

Характеристика выборки испытуемых представлена в таблице 1.

Таблица 1

## Характеристика выборки испытуемых

Пол	Численность	Возраст	Семейное положение	Профессиональный статус
Женский	230 человек	18-20 лет	Не замужем	Студент

Исследование проводилось в три этапа. На первом этапе определялся характер связи образа физического «Я» с привязанностью к матери. На втором этапе исследовались особенности образа физического «Я» у людей с разными типами привязанности к матери. На третьем этапе изучались различия образа физического «Я» у лиц с разными типами привязанности к матери.

### 2.3. Методы исследования

В отечественной и зарубежной психологии предлагаются следующие методы изучения образа тела [87; 89; 108]:

- 1 – объективные тесты, аппаратные методики;
- 2 – стандартизированные самоотчеты;
- 3 – проективные методы;
- 4 – диалогические (интерактивные) методы.

Для изучения характера связи образа физического «Я» с привязанностью к матери нами применялся широкий набор методик.

Эмоциональный компонент образа физического «Я» исследовался с помощью следующих методик:

- 1) интервью,
- 2) анкетирование,
- 3) опросник В.А. Лабунской «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика»;
- 4) методика В.Н. Куницыной самоописания внешности «Словесный автопортрет».

Когнитивный компонент исследовался с помощью методик:

- 1) «Методика выявления типа образа физического «Я» и его искажений» Е.Т. Соколовой, А.Н. Дорожевец;
- 2) когнитивная дифференцированность (сложность) образа физического «Я» исследовалась с помощью методики В.Н. Куницыной самоописания внешности «Словесный автопортрет»;
- 3) представление о границах образа тела исследовались с помощью проективной методики А.Ш. Тхостова «Геометрические фигуры».

Привязанность к матери изучалась с помощью:

- 1) интервью о привязанностях для взрослых (Adult Attachment Interview, AAI), разработанное М. Мэйн, адаптированное Калмыковой Е.С.
- 2) опросника «Привязанность к матери взрослого в детстве», Г.Г. Филипповой

Опросник «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика», разработанный В.А. Лабунской и Е.В. Белугиной, был выбран, исходя из задач исследования, для обширного, всестороннего и глубокого изучения отношения субъекта к собственной внешности [18].

Данная методика позволила комплексно изучить 3 параметра отношения человека к своей внешности:

- 1) оценка частных компонентов внешнего облика, таких, как лицо, тело, оформление внешности;
- 2) оценка отраженной внешности;
- 3) общая удовлетворенность своими внешними данными.

В методике учитывается не только индивидуальная удовлетворенность некоторыми частями тела, но и подвергаются самооценке социально-желательное содержание параметров тела, лица и оформления внешности, что отвечает задачам исследования.

Испытуемые дают оценку своей внешности по дихотомии:  
красиво – некрасиво,

изящно – неизящно,  
заурядно – незаурядно,  
привлекательно – непривлекательно.

Испытуемым предлагается оценить по пятибалльной шкале 40 дихотомий из прилагательных и 11 пар различных утверждений, характеризующих параметры внешности:

1 балл – крайне отрицательная оценка, соответствующая оценке «некрасивое».

2 балла – отрицательная оценка;

3 балла – удовлетворительная оценка;

4 балла – положительная оценка;

5 баллов – отличная оценка, высокая, соответствующая оценке «красиво» (Приложение 2).

В итоге по каждому параметру высчитывается средний балл, полученный делением суммарной единицы по каждому параметру на количество входящих в него пар утверждений.

Представление о своем теле, в структуре когнитивного компонента образа внешности, исследовалось с помощью методики определения телесного образа Е.Т. Соколовой и А.И. Дорожевец.

Методика выявляет:

- степень соответствия бессознательного образа физическому телу;
- количество искажений телесного образа «Я»;
- степень понимания своего тела, адекватность его ощущения;
- воображаемый и реальный образ физического «Я» в структуре когнитивного компонента образа внешности [130; 138].

Испытуемый в процессе эксперимента с закрытыми глазами показывает ширину головы, плеч, грудной клетки, талии и бедер и переносит их на лист бумаги размером 1 м x 1.5 м так, словно видит себя в зеркале. Экспериментатор осуществляет замер реальной и воображаемой величины тела.



Величина и направление искажения определяются по формуле:

$$\text{Искажение} = \frac{\text{Субъективная ширина}}{\text{Объективная ширина}} \times 100 - 100$$

Оценка результата: например, «+20%» означает, что испытуемый переоценивает ширину данного параметра на 20%, «-20%» - на 20 % недооценивает.

Первоначально методика применялась с целью, которая была заявлена инструкцией, а затем было установлено, что полученные данные могут выявить специфику телесного образа «Я», вплоть до типа конституции (феминный, маскулинный, бесполой и андрогинный).

Следующим этапом эксперимента было определение характера привязанности субъекта к матери.

С целью изучения типа привязанности к матери у взрослых людей использовался опросник привязанности к матери в детстве Г.Г. Филипповой и Н.В. Матушевой (Приложение 3). Опросник включает 36 вопросов, из них 18 направлены на выявление уровня тревоги в составе привязанности к матери, 18 - на изучение уровня избегания в составе привязанности к матери. Респондентам давалось 7 вариантов ответа на каждый вопрос: от «совершенно не согласен» (1 балл) до «полностью согласен» (7 баллов). Таким образом, опросник позволил получить данные по шкалам «тревога» и «избегание» в содержании привязанности.

Результаты двух шкал выявляют взаимосвязь между уровнем тревоги и уровнем избегания по отношению к объекту привязанности. На основании этих данных испытуемый относился к одному из четырех типов привязанности к матери: надежный (низкий уровень тревоги, низкий уровень избегания), озабоченный (высокий уровень тревоги, низкий уровень избегания), испуганно-избегающий (высокий уровень тревоги, высокий уровень избегания) и дистанцированный (низкий уровень тревоги, высокий уровень избегания).

Испытуемым предлагался бланк с инструкцией: «Вспомните, пожалуйста, Ваши отношения с матерью, и отметьте наиболее подходящий вариант ответа».

В методике вопросы чередуются: 50% - на обнаружение степени тревожности и 50 % - на избегание. Суммируются баллы по всем вопросам о тревоге и делятся на количество вопросов. Так же - с исследованием избегания. Получившийся средний балл отмечается на оси координат (Рис.2). На основе исследованных параметров тревоги и избегания строится «модель себя», и испытуемый попадает в один из секторов, который соответствует типу привязанности.



Рис.2 Сектора привязанности субъекта к матери и отношения к себе

Интервью о привязанностях для взрослых (Adult Attachment Interview, AAI), разработанное М. Мэйн, адаптированное Калмыковой Е.С., включает вопросы, касающиеся в основном детских воспоминаний испытуемых. Во время беседы, интервьюер задает вопросы о том, как испытуемый представляет отношения с матерью в детстве и в настоящее время; предлагает актуализировать воспоминания в связи с временным отсутствием; а также просит описать степень значения ее поведения для развития личности субъекта в

настоящее время. Ответы на вопросы методики ААІ экспериментатор стенографирует и оценивает в соответствии с типом эмоциональной привязанности к матери (надежный, озабоченный, испуганно-избегающий, дистанцированный) (Приложение 1).

Для исследования феноменов внутренних границ тела использовалась методика «Геометрические фигуры» А.Ш. Тхостова. Методика состоит из набора 13 карточек с рисунками геометрических фигур (Рис. 3).

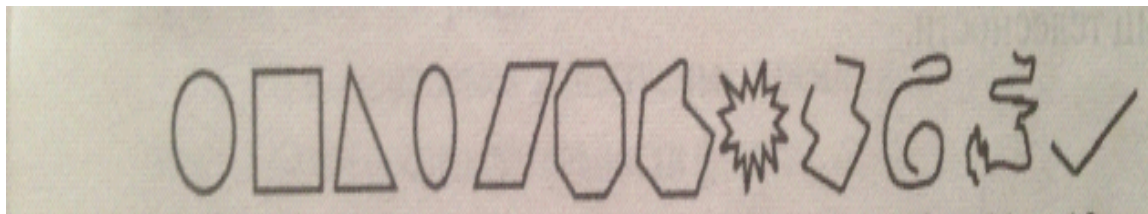


Рис. 3. Геометрические фигуры.

Методика позволяет на уровне образов исследовать феномены внутренних границ тела. Многолетний опыт использования данного проективного метода показал адекватность применения графических изображений для изучения внутреннего опыта человека [58].

Изучаются следующие 3 характеристики границ:

1. «Хорошая» форма (правильная, симметричная, устойчивая структура) / «плохая» форма;
2. Замкнутость контура / открытость;
3. Сглаженность углов (закругленная форма) / наличие углов.

Выбор этих факторов связан с существованием характеристик границ:

- целостность,
- степень устойчивости качества контакта: проницаемость границы и стратегия построения контакта с миром или избегания.

При получении данных анализируется последовательность выбираемых фигур, которые субъект ассоциирует со своим телом. Выбор фигуры в первую очередь можно рассматривать как отражающий приемлемые характеристики границ. Фигура, оказавшаяся на последних, 12-13 местах, - как

описывающая отвергаемые, неприемлемые, пугающие качества границ. Середина ряда не является ярко репрезентативной.

Испытуемым дается следующая инструкция: «Вы видите перед собой изображения различных геометрических фигур. Представьте, что эти фигуры символически изображают ваше тело. Выберите фигуру, более всего похожую на ваше тело, про которую можно сказать, что вы внутри нее находитесь, как находитесь внутри вашего тела. Затем выберите из оставшихся 12 изображений фигуру, наиболее похожую на ваше тело. Все фигуры надо расположить по убыванию сходства с вашим телом (если представить себе, что символически изображают ваше тело)».

В ходе эксперимента применялась методика самоописания внешности «Словесный автопортрет» В.Н. Куницыной, для установления субъективной значимости элементов внешности образа физического «Я».

Она заключалась в том, чтобы субъекту предлагалось описать свою внешность так подробно, что по одному только «словесному портрету» можно было бы узнать, о ком идет речь.

Содержание «словесных портретов» было подвергнуто анализу и получены результаты, которые удовлетворяли следующим задачам исследования:

1. Установить значимые для испытуемого элементы физического облика.
2. Изучить эмоциональные оценки внешности у испытуемых с разными типами привязанности к матери.
3. Изучить когнитивную дифференцированность образа физического «Я».

Таким образом, в ходе экспериментального исследования испытуемым было предложено ответить на вопросы опросников и написать «словесный автопортрет» своей внешности, после чего проводились необходимые замеры тела для определения воображаемого и реального образа «Я». В результате были построены две схемы тела: воображаемая и реальная.

Первый этап экспериментального исследования был направлен на обнаружение связи привязанности и образа физического «Я». Анализ связи привязанности и образа физического «Я» проводился в 5 направлениях:

1. Анализировалась связь между характеристиками привязанности (тревога, избегание) к матери и самооценкой внешности и образа физического «Я» субъекта.
2. Рассчитывалась величина коэффициента корреляции между привязанностью к матери и искажением образа физического «Я» испытуемого.
3. Изучалась связь между описанием своего внешнего облика и привязанностью к матери.
4. Исследовалась связь привязанности к матери и характеристик границ образа физического «Я» субъекта.
5. Выявлялась связь когнитивной дифференцированности образа физического «Я» и привязанности к матери.

Вторым этапом стало описание различий образа тела у испытуемых с разными типами привязанности к матери.

Третьим этапом экспериментального исследования явилось описание особенностей образа физического «Я» у испытуемых с разными типами привязанности к матери.

### **Глава 3. Эмпирическое исследование образа физического «Я» у лиц с разными типами эмоциональной привязанности к матери**

В главе 3 представлены результаты исследования образа физического «Я» у лиц с разными типами привязанности к матери, их анализ и интерпретация. Для выявления взаимосвязи качеств образа физического «Я» и эмоциональной привязанности к матери в группах с разной надежностью эмоциональной привязанности был применен корреляционный анализ по К. Пирсону. Для выявления различий между образами физического «Я» у лиц, принадлежащих к разным типам эмоциональной привязанности к матери, был применен t-критерий Стьюдента и t-критерий Тьюки.

#### **3.1. Связь эмоциональной привязанности к матери и образа физического «Я»**

Исследование проводилось на базе факультета психологии Белгородского государственного национального исследовательского университета. Всего было обследовано 230 студенток дневного отделения, не состоящих в браке, не имеющих на момент участия в исследовании собственных детей и проживающих с родителями.

В соответствии с задачей № 2 исследования определялась связь эмоциональной привязанности испытуемых к матери на психологические характеристики образа физического Я.

Обобщение полученных данных по степени надежности эмоциональной привязанности к матери позволило выделить 2 группы испытуемых - с надежной и ненадежной эмоциональной привязанностью к матери.

В результате изучения эмоциональной привязанности к матери у взрослых испытуемых выделено 4 группы по типу привязанности: надёжный, дистанцированный, испуганно-избегающий, озабоченный.

Обработка данных, полученных в исследовании, позволила распределить испытуемых по названным типам эмоциональной привязанности к матери, результаты которой представлены в диаграмме (Рис. 4).

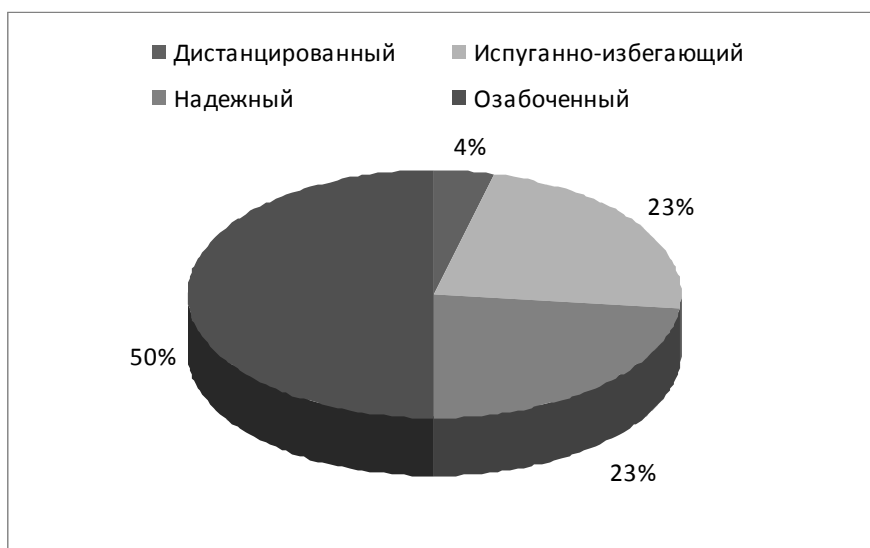


Рис. 4. Распределение испытуемых по типу эмоциональной привязанности к матери

В надежную (безопасную) группу вошли все испытуемые с надёжным типом привязанности к матери - 23%. Всех остальных испытуемых относим к выборке с ненадежной привязанностью к матери (77%), куда вошли испытуемые с дистанцированным (4%), испуганно-избегающим (23%), озабоченным (50%) типами привязанности.

По данным «Интервью о привязанностях для взрослых» (Adult Attachment Interview, AAI), адаптированного Калмыковой Е.С., и опросника Г.Г. Филипповой составлена характеристика каждой группы по типу эмоциональной привязанности к матери.

Большая часть респондентов (77%) принадлежат к группе с ненадежной привязанностью к матери. Испытуемые данного типа чаще всего в интервью указывают следующие характеристики отношений с матерью:

1. Дискомфорт в отношениях с ней;

2. Уязвимость, ненадёжность, высокая тревога или избегание при взаимодействии с ней;
3. Отсутствие эмоциональной поддержки со стороны матери;
4. Дистанция во взаимоотношениях с ней;
5. Фрустрация в удовлетворении базальных потребностей в безопасности, принятии и любви.

Матери детей с ненадежной привязанностью мало или совсем не проявляли любви, заботы, поддержки, что и привело к вышеописанным эмоциональным реакциям.

Девушки с высоким уровнем эмоциональной привязанности к матери или надежным (23%) в описаниях отношений с матерью выделяют следующие особенности:

1. Позитивно окрашенные отношения с матерью. Мать ими воспринимается как отзывчивая и доступная;
2. Ощущение любви, поддержки и заботы со стороны матери.

Матери с надежной привязанностью к ребенку заботятся о детях, удовлетворяя потребности в любви, одобрении, принятии, что приводит к обозначенным эмоциональным проявлениям. Они отличаются отзывчивостью, сензитивностью, доступностью, быстро откликаются на сигналы ребенка, доступны для своих детей. Дети, в свою очередь, в такой социальной ситуации развития демонстрируют здоровый паттерн привязанности в виде уверенности и базовой безопасности. Поведение человека в результате имеет следующие признаки: спокойствие, уверенность, радость. У человека закладываются уверенность и безопасность как важнейшие качества личности. По результатам интервью надежно привязанные к матери взрослые характеризуются сбалансированным представлением о своих ранних отношениях, ценят привязанность и придают большое значение отношениям с матерью в формировании их личности. По наблюдению, они отличаются устойчивым отношением к себе.



Испытуемые группы с озабоченным типом привязанности при описании отношений с матерью указывают на низкий уровень избегания и высокую тревогу в отношениях с ней. По результатам интервью поведение матерей отличается амбивалентностью в воспитании, непоследовательностью в выражении заботы о ребенке, они проявляют то заботу, то равнодушие. В свою очередь, ребёнок борется с такой непоследовательностью в проявлении материнской заботы и любви с помощью отчаянных попыток, пытаясь заслужить эмоциональную поддержку. Сталкиваясь с трудностями, эти испытуемые реагируют очень эмоционально и сильно. Им нелегко справиться с проблемой самостоятельно, поэтому они немедленно обращаются за помощью к другим людям. Чувствительны, ревнивы, страдают от страха потерять партнера. Аффективны до крайней степени, что создает множество проблем. Они часто взывают к чьим-то чувствам, чтобы получить внимание и поддержку. Имеют свойство неразборчиво открывать свои чувства собеседникам. Постоянно находятся в конфликте с окружением, аргументируя это тем, что окружающие им постоянно чего-то недодают. Для них очень важна тесная дружба. Очень многого ожидают от друзей. Нагнетают в себе потребность в «единственном лучшем друге». Из-за своих высоких запросов видят в своих друзьях ненадежных или недостаточно поддерживающих их партнеров, ощущают себя использованными.

У матерей в данном типе привязанности наблюдается амбивалентность заботы о ребенке в зависимости от настроения: то энтузиазм, то равнодушие, иногда они бывают ласковыми и отзывчивыми, а иногда нет. Эта непоследовательность, по всей вероятности, сформировала у детей неуверенность относительно того, будет ли мать рядом, когда они будут в ней нуждаться. Ребенок борется с такой непоследовательностью в проявлении материнской заботы и любви с помощью: крика, плача, цепляния, пытаясь добиться эмоциональной поддержки и утешения, а потерпев неудачу - становится озлобленным и мстительным.

По результатам исследования, 4% испытуемых имеют дистанцированный тип привязанности к матери. Исходя из наблюдения и интервью, испытуемые этого типа привязанности к матери холодны, рациональны, равнодушны и отстранены в отношениях. Сдержаны в эмоциях, избегают помощи других при решении проблем. Имеют тенденцию к эмоциональной независимости, в делах полагаются только на себя. Дистанцированные испытуемые в ходе беседы проявляли дискомфорт в связи с темой интервью, всячески отрицали значимость детских отношений с матерью для своего развития, испытывали большие сложности в воспроизведении в памяти определенных ситуаций и часто идеализированно вспоминали раннее детство. В их поведении преобладают такие три характерных черты, как: обсессивная самодостаточность; чрезмерное стремление к автономии; эмоциональная неприязнь.

К названным признакам можно добавить еще один, четвертый - подверженность депрессии. У респондентов дистанцированного типа привязанности, вследствие отстранения от матери, вытеснения неприятных воспоминаний, эмоциональной отчужденности, отказа от поддержки и утешения, сформировалась повышенная когнитивная уязвимость, приводящая к депрессии.

В детстве такой ребенок угрюм, замкнут, не допускает доверительных отношений со взрослыми и детьми. Основной мотив поведения - «никому нельзя доверять». Подобное может быть, если ребенок очень болезненно пережил разрыв отношений с близким взрослым. Два паттерна воспитания приводят к формированию ненадежной привязанности дистанцированного типа. Первый паттерн – матери, избегающие младенцев. Они часто нетерпеливы со своими детьми, неотзывчивы к их сигналам, склонны к выражению негативных чувств по отношению к ребенку. Такие матери центрированы на себе, проявляют отвергающее отношение к ребенку. Второй паттерн - ревностные матери, проявляющие чрезмерную опеку.

Ребенок в данном типе привязанности не знает, приблизиться ли к матери для получения приятных эмоций или отступить в целях безопасности. Такое отношение характерно для детей никогда не имевших опыта положительной привязанности. К формированию такого типа привязанности приводит, прежде всего, жесткое обращение со стороны матери.

По результатам беседы и интервью для лиц с испуганно-избегающим типом эмоциональной привязанности к матери (23%) характерна уязвимость, застенчивость, неловкость. Они отказываются от помощи и не прибегают к помощи и поддержке других людей; склонны не показывать свои чувства другим людям; проявляют низкую степень уверенности, зависимы, сильно ревнивы и боятся отделения от опекуна. Иногда они утверждают, что другие видят в них высокомерных или надменных, но настаивают, что это неправильная интерпретация их застенчивости. Они говорят, что хотят открыться сильнее или быть более уверенными. Они нелегко доверяют другим, хотят общаться, однако чувствуют себя отчужденными, чувствуют любые симптомы отвержения, часто описывают себя как одиноких; испытывают страх, и отчаяние от мысли, что не смогут найти партнера, что их никто не любит. Они блокируют чувства и избегают конфликтов.

Таким образом, в данной выборке испытуемых преобладающим является такой тип ненадежной привязанности к матери, как - озабоченный. В основе социальной ситуации развития в данном типе привязанности к матери лежат амбивалентные чувства матери к ребенку. Родитель в зависимости от обстоятельств проявлял то любовь и заботу, то несдержанность и нечувствительность к автономии и физической активности ребенка, то есть ребенок получал как положительное подкрепление оценки своего тела и физической активности, так и отрицательное, в зависимости от настроения матери.

Рассмотрим, как соотносится привязанность к матери с образом физического «Я».

Что касается исследования образа физического «Я», то деление его на составляющие является условным для рассмотрения механизмов функционирования телесного «Я», так как данное образование представляется целостной единицей самосознания.

Исследование образа тела включило 5 этапов:

- 1) диагностика аффективной составляющей образа тела;
- 2) выявление значимости компонентов в когнитивной структуре построения образа физического «Я»;
- 3) изучение искажений восприятия тела;
- 4) установление типа образа физического «Я»;
- 5) изучение границ образа тела.

В ранних исследованиях установлено, что положительно сформированный образ физического «Я» включает в себя следующие характеристики [72;128;137]:

1. Объективное отражение тела без значительного числа единиц искажения;
2. Положительное отношение к собственному телу;
3. Сформированность, высокий барьер, низкая проницаемость границ образа физического «Я»;
4. Высокий уровень когнитивной дифференцированности образа тела.

Данные показатели положительных характеристик образа физического «Я» являются критериями оценивания его нормального развития.

Данные, полученные анкетированием студентов методикой опросного типа, подверглись дальнейшему анализу. Сравнительный анализ средних значений компонентов образа физического «Я» между группами привязанности с применением t-критерия Стьюдента и t-критерия Тьюки показывает статистически достоверные различия на высоком уровне значимости.

Эмоциональный компонент образа физического «Я» изучен методикой «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика»

В.А. Лабунской, отвечающей задаче исследования – выявить влияние эмоциональной привязанности к матери на аффективную оценку своего внешнего облика. Данный инструментарий дает оценку общих параметров внешности (лицо, тело, общая оценка внешности и привлекательности), вскрывая зависимость оценки своей внешности от оценок ближайшего окружения, что является необходимым для исследования, поскольку предполагается, что характер привязанности определяет оценку внешности субъектом.

Прежде всего, проводим сравнение различных параметров образа физического «Я» по указанной методике.

Методика позволила изучить отношение испытуемых к таким параметрам внешности, как лицо, тело, телосложение, оформление внешнего облика (социальные элементы внешности), отраженное физическое «Я».

Результаты экспертных оценок эмоционального компонента образа физического «Я» показаны на рисунке 5.

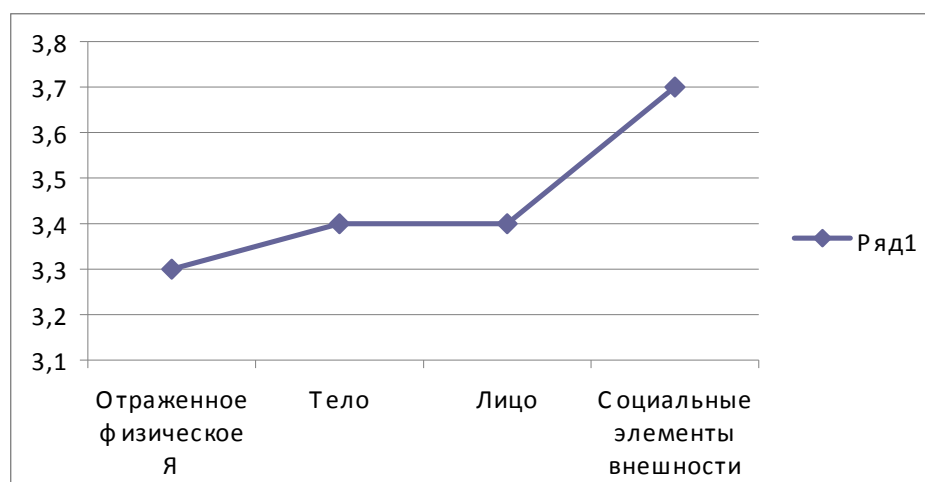


Рис. 5. Средние оценки удовлетворенности различными параметрами внешности испытуемых в общей выборке (в баллах)

Как видим, значения по всей выборке не превышают 3,7 балла, находясь в пределах границ «удовлетворительно», и составляют в среднем 3,4 балла.

Групповые показатели удовлетворенности внешностью свидетельствуют о том, что среди испытуемых максимально удовлетворительное отношение наблюдается по параметру «социальные элементы внешности» ( $M=3,7$  балла), то есть оформление внешнего облика: прическа, косметика, одежда. Высокая значимость параметра оформление внешнего облика, по сравнению с другими параметрами, показывает, что испытуемые бессознательно стремятся заместить на поведенческом уровне существующее удовлетворительное отношение к собственной внешности. Так, на поведенческом уровне субъекты склонны маскировать, компенсировать прической, одеждой, украшениями, косметикой те элементы внешнего облика, которые считают у себя неэстетичными, социально нежелательными. Такая высокая роль аксессуаров, косметики, одежды показывает компенсаторно-адаптационную стратегию по улучшению не идеального, по их субъективным оценкам, тела и лица при помощи средств оформления внешнего облика.

Средняя удовлетворенность внешностью наблюдается по параметрам «тело» ( $M=3,4$  балла) и «лицо» ( $M=3,4$  балла). Следует предположить, что удовлетворительные значения по данным параметрам объясняются влиянием доминирующего ненадежного типа эмоциональной привязанности в выборке на аффективную оценку внешности. Дискомфорт в отношениях испытуемых с матерью, уязвимость, высокая тревога, избегание при взаимодействии с ней, отсутствие эмоциональной поддержки, дистанция во взаимоотношениях, фрустрация в удовлетворении базальных потребностей в безопасности, принятии и любви в итоге формируют лишенное положительной оценки отношение к телу, лицу, внешнему облику. Корреляционный анализ показывает достоверную связь аффективной оценки параметров образа физического «Я» и характеристик эмоциональной привязанности к матери по 4 параметрам (Таблица 2).

Таблица 2

Корреляция шкал эмоциональной привязанности к матери и показателей субъективной оценки внешнего облика испытуемых в общей выборке

Параметры внешности Шкалы привязанности	Лицо	Тело	Оформление внешнего об- лика	Отраженное физическое «Я»
Тревога	-0,704***	-0,7***	-0,2	-0,11
Избегание	-0,22	-0,65**	-0,2	-0,6**

Выявлена значимая корреляция между шкалами привязанности и оценками внешности. Оценка лица имеет значимую связь со шкалой привязанности - тревога ( $r = -0,704^{***}$ ). Чем выше показатель привязанности по шкале тревога, тем ниже балл удовлетворенности лицом. Соответственно, чем ниже тревога в составе эмоциональной привязанности, тем выше оценка лица. Неудовлетворенность в отношениях ребенка с матерью, непоследовательное поведение в воспитании, отвержение, недостаточность соматосенсорной стимуляции приводит к снижению оценок привлекательности лица.

Оценки тела имеют связь со шкалами «тревога» и «избегание» в составе привязанности ( $r = -0,7^{***}$ ;  $r = -0,65^{**}$ ). Избегание ребенком контакта с матерью ведет к снижению удовлетворенности телом, что может означать бессознательно фрустрированные потребности быть близким к ней, и страхом на поведенческом уровне, приводящем к телесному запрету приближения и удовлетворительной оценки тела. Чем выше тревога в отношениях с матерью, тем ниже эмоциональная оценка тела. Социальные элементы внешности показали незначительные связи со шкалами привязанности испытуемых, это связано с тем, что данный элемент внешности могут определять и другие социальные факторы.

Наименьшее значение оценок внешности испытуемых получено по параметру «отраженное физическое «Я» ( $M = 3,3$  балла). Снижение балла, в сравнении с другими параметрами, показывает факт важности и влияния привязанности к матери на умозаключения и оценки испытуемых. Поскольку

испытуемые удовлетворительно относятся к своей внешности без принятия, то показывать себя на фотографиях и видеоматериалах им сложно.

Результаты изучения компонентов отраженного образа физического «Я» представлены на рисунке 6.

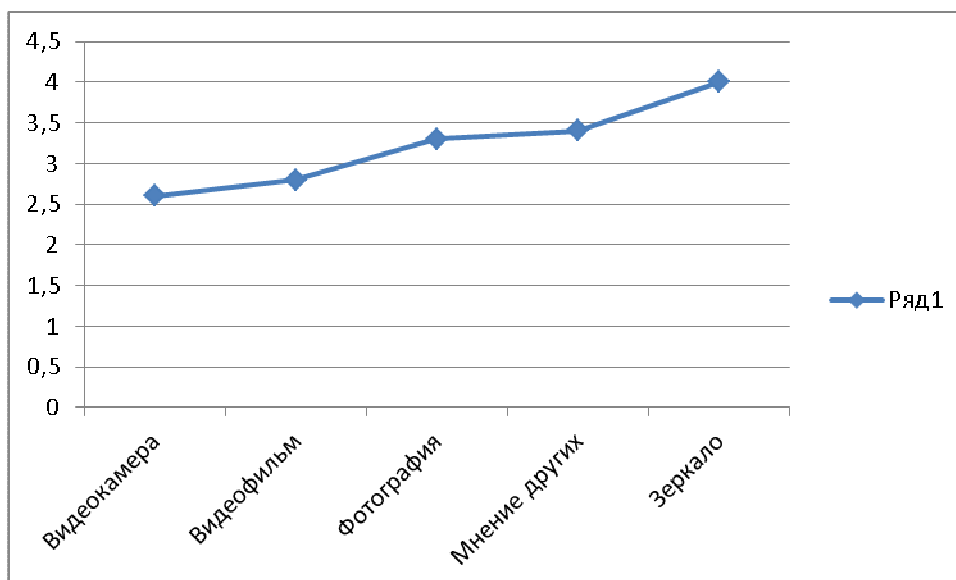


Рис. 6. Средние оценки компонентов отраженного образа физического «Я» испытуемых в общей выборке (в баллах)

Наименьший балл «непринятие» ( $M=2,5$ ) по шкале отношение к образу отраженного внешнего «Я» получен в случае съемки на видеокамеру, просмотра видеофильмов и клипов с участием испытуемых. Удовлетворительное отношение к своему отраженному внешнему «Я» проявляется в высказываниях: «люблю фотографироваться», а также «я люблю, когда о моей внешности говорят другие». Испытуемые с принятием оценивают отраженный образ тела в зеркале или в стекле витрины. В том случае, когда испытуемый рискует показать тело другим, возникает негативное отношение к внешности, что доказывает влияние ранней эмоциональной привязанности на умозаключения испытуемых в оценке себя, неуверенность в своей внешности.



Изучение параметра «общая удовлетворенность внешностью» показывает, что в целом испытуемые оценивают свою внешность удовлетворительно ( $M = 3,4$  балла).

Низкие показатели удовлетворенности отраженным образом физического «Я» ( $M=3,3$  балла) связаны со шкалой «тревожность» в составе привязанности ( $r = -0,613^{**}$ ). Испытуемые, чья привязанность отличается высокой тревогой в отношениях с матерью, имеют низкую оценку внешности при виде своего изображения на видеокамере, фотографиях и видеофильмах.

На примере изученной выборки, где преобладающим является ненадежный тип привязанности к матери, наблюдается удовлетворительное отношение ко всем изучаемым параметрам внешности: максимальная удовлетворенность «оформлением внешнего облика» ( $M=3,7$  балла), наименьшая удовлетворенность «отраженным физическим «Я»» и средняя удовлетворенность телом ( $M=3,4$  балла) и лицом ( $M=3,4$  балла). Поскольку в процессе сенситивного периода формирования образа физического «Я» в раннем, подростковом и юношеском возрасте участвует мать, то ее суждения и оценка тела переносятся во внутренний план психики и участвуют в процессе формирования эмоциональной оценки собственного тела. Совместно разделенная эмоция в данном типе привязанности имеет как знак «минус», так и знак «плюс», поскольку поведение матерей ненадежного типа непоследовательно в проявлении.

Таким образом, испытуемые в своей массе имеют удовлетворительное отношение к элементам своей внешности.

Средние оценки удовлетворенности получили параметры: тело ( $M=3,4$  балла) и лицо ( $M=3,4$  балла). Более высокую - оформление внешности ( $M=3,7$  балла), это указывает на то, что на поведенческом уровне испытуемые стремятся компенсировать среднюю оценку отношения к телу внешними средствами, «приукрасить себя» (прической, одеждой, косметикой и т.п.).

Путем корреляционного анализа были обнаружены статистически важные связи между привязанностью к матери и субъективными оценками параметров внешности испытуемыми.

Когнитивная составляющая в структуре образа физического «Я» исследована методикой определения телесного образа «Я» Е.Т. Соколовой и А.Н. Дорожевец, а также методикой описания внешности В.Н. Куницыной. Данные методики отвечают задачам исследования, кроме того, методика определения телесного образа «Я» выявляет бессознательный образ физического «Я» и позволяет спроектировать образ тела испытуемого.

При анализе когнитивного компонента телесного образа «Я» выявлены значимые искажения. Границы когнитивного искажения находятся в пределах от - 14% до + 30%. Выявленные показатели означают, что 6 из 6 частей тела искаженно переоцениваются или недооцениваются в пределах обозначенных границ.

Результаты экспертной оценки когнитивного искажения образа физического «Я» отражены на рисунке 7.

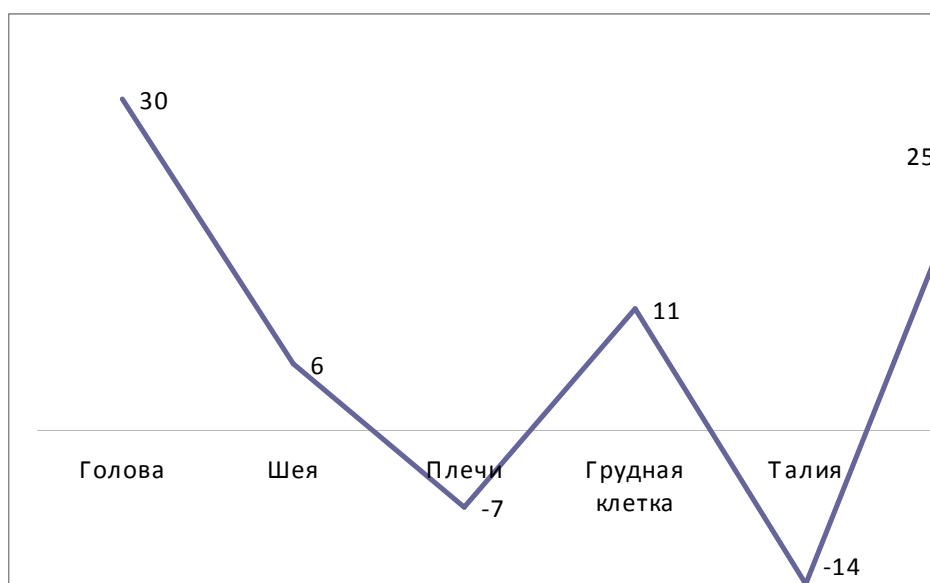


Рис. 7. Показатели искажения компонентов образа физического «Я» в общей выборке испытуемых (в %)

Искажения получены по 6 параметрам: 4 - в сторону переоценки (голова, шея, грудная клетка, бедра) и 2 - в сторону преуменьшения (плечи, талия). Таким образом, в сознании испытуемых тело, в большинстве случаев, бессознательно отражается в преувеличенном размере, чем оно есть на самом деле. Среднеарифметические групповые показатели свидетельствуют о том, что происходит преувеличение в восприятии параметров своего тела, головы на 30%, бедер - на 25%, грудной клетки - на 11%, шеи - на 6%. Преуменьшение: талии - на 14%, плеч - на 7%.

Вследствие ненадежной привязанности, эмоциональная оценка внешности удовлетворительна, субъекты бессознательно преувеличивают феминные признаки, и уменьшают маскулинные, с целью казаться более привлекательными и женственными.

Наименьшее искажение, а значит большую адекватность восприятия в сознании испытуемых, имеют шея (6%) и плечи (7%). Шея отличается самым точным восприятием и высокой осознанностью. Высокие показатели искажения получены по параметрам голова и бедра (30% и 25%, соответственно). Испытуемым субъективно кажутся эти параметры тела больше, чем они есть на самом деле.

Получено следующее распределение адекватности восприятия и осознанности частей тела: высокий уровень искажения имеют голова - 30% и бедра - 25%; средне искажены грудная клетка - 11%, талия -14%, низко искажены шея - 6% и плечи -7%. Нижний предел искажения по параметру «талия», верхний - у параметра «голова». Чем выше искажение, тем менее адекватно субъект ощущает в схеме тела данный параметр. Наблюдается феминизация образа физического «Я» в сознании через преувеличение бедер и уменьшение плеч и шеи. Можно сделать вывод, что поскольку мать проявляет ненадежную привязанность к детям в момент телесного развития в виде непоследовательности и неадекватности в удовлетворении эмоций, непосле-

довательной телесной стимуляции через прикосновение, то у ребенка развивается искаженное восприятие тела.

Выявлена положительная корреляция между шкалами привязанности (избегание - тревога) и искажением плеч ( $r=0,77^{***}/ r=0,8^{***}$ ); талии ( $r=0,72^{***}/r=0,51^{**}$ ), грудной клетки ( $r=0,62^{**}/ r=0,77^{***}$ ) в образе физического «Я». Чем выше тревога и избегание по шкале «привязанность к матери», тем выше искажение в сторону преувеличения и недооценки отмеченных параметров. В таблице 3 показаны корреляционные значения связи привязанности с искажениями параметров образа физического «Я».

Таблица 3

Корреляция шкал привязанности и искажений параметров внешнего облика испытуемых в общей выборке

Параметры внешности Шкалы привязанности	Голова	Шея	Плечи	Грудная клетка	Талия
Тревога	0,2	0,1	0,77***	0,62**	0,72***
Избегание	0,3	0,2	0,8***	0,77***	0,51**

Результаты исследования когнитивного компонента образа физического «Я» показаны в таблице 4, целью которой стало продемонстрировать полученную разницу между субъективной и объективной оценкой ширины тела.

Таблица 4

Субъективные и объективные показатели ширины параметров тела испытуемых в общей выборке (в см.)

Параметры	Субъективная ширина	Объективная ширина
Голова	20,8	15,9
Шея	13,9	13,1
Плечи	39	42
Грудная клетка	36	32,4

Талия	34,6	40,4
Бедра	48,8	38,9

Из таблицы 4 видно, что наибольшее соответствие субъективной оценки ширины тела его объективной ширине наблюдается по параметру «шея», где разница составила 0,8 см., что показывает высокую степень отражения данной части тела в общей схеме тела. В структуре когнитивного компонента внешности испытуемых наименьшую степень осознанности и понимания имеют бедра, разница составляет 9,9 см, талия - 5,8 см, голова - 4,9 см. Данные параметры менее адекватно отражаются испытуемыми.

На основании методики спроектированы рисунки образа физического «Я», представленные для сравнения: тип конституции тела сравнивался с образом физического Я.

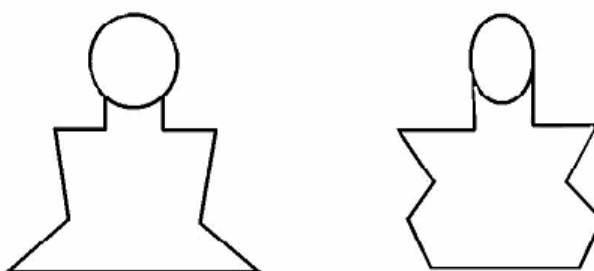


Рис. 8. Тип образа физического Я и тип конституции тела в общей выборке испытуемых (слева – образ физического «Я»; справа – тип конституции тела).

Образ тела имеет отличия от реального тела: субъект не точно понимает, отражает его реальные стороны и особенности. Испытуемые на когнитив-

ном уровне представляют его с искажениями, неправильно понимают размеры, его схему и пропорции. Образ физического «Я» отличается от тела, что показывает представленный рисунок. Объективный образ физического «Я» имеет андрогинный тип телосложения. Андрогинный тип телосложения включает в себя смешение как женских, так и мужских черт и пропорций тела. Такой тип фигуры характеризует малозаметная разница между плечами, талией и бедрами, что видно на рисунке 8. Тогда как субъективный образ тела - феминизированный тип. Фигура отличается женственностью: широкие бедра, таз, узкие плечи. Поэтому на уровне психики мужские качества минимизированы, женские – акцентированы. Подобные индивиды отличаются мягкостью, гибкостью, адаптивностью и в то же время - робостью, открытостью, отзывчивостью, приветливостью.

Таким образом, восприятие тела субъективно, образ тела отличается от объективных пропорций тела. Голова в субъективном образе преувеличена, что означает неосознанное подчеркивание убеждения о значении мышления, воображения в деятельности человека. Широкие бедра показывают бессознательную компенсацию в психике неженственного андрогинного типа телосложения.

Полученные нами результаты по изучению образа физического «Я» подтверждаются аналогичными исследованиями Е.Т. Соколовой, А. Трауб, Дж. Орбах: чем негативнее испытуемый оценивает телесный параметр, тем больше он его искажает. В данном исследовании удовлетворительное отношение девушек отмечено по параметрам «лицо» и «тело», высокие искажения по параметрам «голова» и «бедра». Так, например, если женщина негативно оценивает свое тело, то она воспринимает тело как более широкое, чем оно есть на самом деле.

Обратимся к анализу в когнитивном компоненте телесных черт, на которые испытуемые чаще всего обращают внимание девушки или выделяют при построении своего образа физического «Я» в самосознании (Рисунок 9).

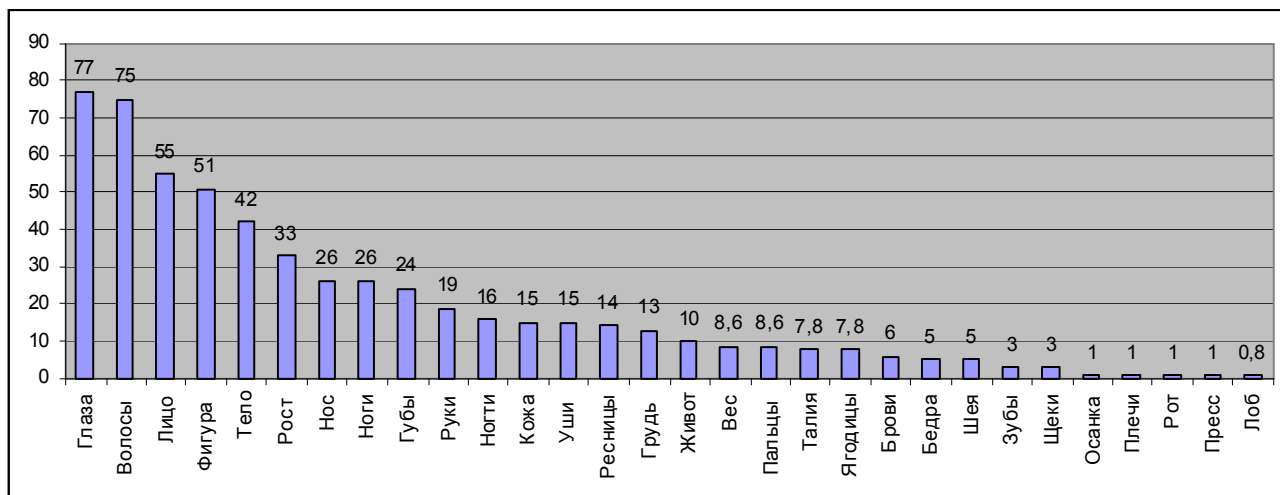


Рис. 9. Значимость параметров внешности испытуемых в общей выборке (в %)

Обнаружена группа анатомических параметров тела, значимость которых достоверно высока. Описание испытуемыми своей внешности состоит из 40 элементов.

Наиболее значимыми анатомическими характеристиками являются:

- 1) глаза, волосы (74%);
- 2) лицо (55 %);
- 3) фигура (51%).

Средней выраженностью отличаются признаки:

- 1) рост (33%);
- 2) нос (26%);
- 3) губы (24 %).

Минимальной выраженностью обладают такие параметры, как руки, ногти, икры, колени, пятки, размер ноги.

Таким образом, девушки в образе физического «Я» большую значимость придают глазам (77%), волосам (75%), лицу (55%), фигуре (51%).

Корреляционный анализ шкал привязанности и значимости некоторых параметров внешности в когнитивном компоненте образа физического «Я» представлен в таблице 5.

Таблица 5

Корреляция шкал привязанности и значимости некоторых параметров внешнего облика

Параметры внешности Шкалы привязанности	Кожа	Лицо	Рост	Вес	Уши	Руки	Грудь
Тревога	0,6**	0,6**	0,69**	0,75***	0,49**	0,55**	0,5**
Избегание	0,72***	0,77***	0,56**	0,74**	0,343	0,050	0,321

Статистически значимая связь тревоги и избегания в составе привязанности обнаружена по следующим параметрам: кожа ( $r=0,63^{**}$ ;  $r=0,72^{***}$ ), лицо ( $r=0,6^{**}$ ;  $r=0,77^{***}$ ), рост ( $r=0,69^{**}$ ;  $r=0,56^{**}$ ) и вес ( $r=0,75^{***}$ ;  $r=0,74^{***}$ ). Средняя корреляция по параметрам тревоги в составе привязанности и описания рук ( $r=0,55^{**}$ ), ушей ( $r=0,49^{**}$ ). Обнаружена связь привязанности по шкале тревога и параметра «грудь» ( $r=0,5^{**}$ ). Чем выше тревога и избегание испытуемых, тем чаще они обеспокоены состоянием кожи, лица, а также весом, ростом.

Ненадежный тип эмоциональной привязанности к матери имеет тенденцию влиять на формирование у испытуемых комплекса, связанного с данными параметрами. По всем остальным параметрам внешности была получена слабая связь, в пределах  $r = 0,3 - 0,4$ .

Когнитивная дифференцированность или концепция тела образа физического «Я» испытуемых в общей выборке состоит, как мы уже говорили, из 40 элементов, что в дальнейшем анализе при сравнении образа физического «Я» в разных группах эмоциональной привязанности к матери составят 100%.



Для изучения границ тела применена проективная методика А.Ш. Тхостова - тест «Геометрические фигуры». Геометрические фигуры проективно отождествляют образ границ тела испытуемых. Результаты данной методики представлены на рисунке 10.

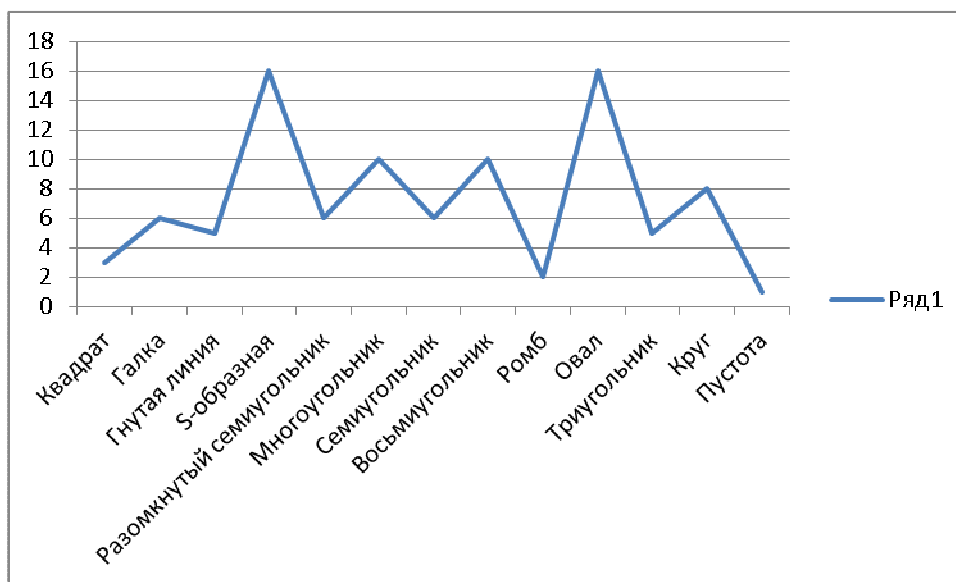


Рис.10. Проекция границ тела испытуемых с геометрическими фигурами в общей выборке (в %)

По результатам исследования, S-образная и овал являются ведущими фигурами, ассоциирующимися с образами границ, отмеченными пиками на графике и определяющими характеристики доминирующего профиля границ. Образ физического «Я» части испытуемых имеет правильную, симметричную форму границ, у другой части, напротив, плохую форму, несимметричную, нечеткую, неустойчивую. Дальнейшая группировка и анализ фигур по сходным признакам позволили установить качество и особенности границ образа физического «Я» испытуемых:

- фигуру круг, овал, то есть правильную замкнутую форму с отсутствием углов, выбирают 24% испытуемых;
- фигуры, хорошо знакомые, правильные, симметричные, замкнутые, с наличием углов, выбирают 15% респондентов;

- простые фигуры, с отсутствием симметрии, наличием углов, выбрали 11% испытуемых.
- сложные фигуры, с «плохой» формой, отсутствием симметрии, наличием углов - 27%;
- фигуры с отсутствием устойчивой, четкой формы, не имеющие границ углов, раскрытые - 17% респондентов.

Данные результаты характеризуют выборку амбивалентно. Во-первых, образ физического Я некоторых испытуемых не имеет устойчивой границы, четкой формы образа физического «Я». Неустойчивость выражается в открытости, выгнутости, сложности формы, отсутствии симметрии, наличии углов, в нечетких границах, неопределенных, расплывчатых; характеризуется низким барьером границ и высокой проницаемостью. Такие границы не способны предохранять от внешних воздействий, отгораживать, защищать от чужеродных воздействий. Верхние покровы в образе физического «Я», а также в схеме тела, представлены неотчетливо. У таких субъектов более отчетливо осознаются внутренние органы. На эмоционально значимые стимулы они отвечают изменением состояния желудочно-кишечного тракта и сердечнососудистой системы. Субъекты с неотчетливыми границами отличаются такими личностными особенностями, как слабая автономия, низкая личностная защищенность, неуверенность в социальных контактах.

Другая часть испытуемых ассоциирует границы с правильными, замкнутыми формами, с отсутствием или наличием углов, что говорит о высоком барьере и низкой проницаемости границ. Внешние покровы тела таких испытуемых четко представлены и осознаны; такие субъекты отличаются автономией. По результатам дальнейшего исследования испытуемые с хорошо определенными границами тела имели положительные отношения с матерью, основанные на четких, понятных, хорошо определенных ожиданиях и установках с обеих сторон. В выборке на последнем месте, как отвергающая, не-

приемлемая по качеству, была выбрана пустота, символизирующая отсутствие границ, слияние с миром, отчуждение своего «Я», потерю чувства идентичности.

В общем анализе, применительно ко всей совокупности выборки, была обнаружена связь привязанности к матери с эмоциональным и когнитивным компонентами образа физического «Я». По данным исследования, 77% респондентов относятся к ненадежному типу привязанности к матери. Надежный тип привязанности имеют 23% испытуемых. Матерям с ненадежным типом привязанности свойственно выражать негативные чувства по отношению к действиям ребенка, быть непоследовательными, нечувствительными в воспитании и в удовлетворении потребностей ребенка. Оценки внешности при этом удовлетворительны по всем параметрам: лицо, тело, отраженное физическое «Я», оформление внешнего облика. Удовлетворительный наименьший балл имеет отраженное физическое «Я», наибольший - оформление внешнего облика. Показывать себя на фотографиях и видеоматериалах испытуемым эмоционально сложно, это, видимо, свидетельствует о том, что они не удовлетворены своей внешностью, телом и лицом настолько, что боятся осуждения и излишних комментариев в свой адрес. Высокая значимость параметра «оформление внешности», по сравнению с другими телесными параметрами, показывает, что испытуемые бессознательно стремятся заместить на поведенческом уровне существующее отношение к внешности. На поведенческом уровне субъекты склонны маскировать, замещать или компенсировать прической, одеждой, украшениями, косметикой те особенности внешности, которые считают у себя непривлекательными. Поэтому так высока роль аксессуаров, косметики, одежды, что демонстрирует компенсаторно-адаптационную стратегию испытуемых по улучшению неидеального, по их субъективным оценкам, тела и лица при помощи средств оформления внешнего облика. Образ тела искажен по 6 параметрам: голова, шея, грудная клетка, талия, бедра, плечи. Высоко искажены голова и бедра. Преувеличение го-

ловы свидетельствует о высокой значимости для испытуемых интеллектуальной сферы, бедер - желание подчеркнуть женственность. Наиболее адекватно испытуемые отражают шею и плечи.

Реальное тело отличается от образа тела. Объективное тело испытуемых имеет андрогинное телосложение, тогда как на уровне психики наблюдается феминизация, что показывает серьезное искажение, фрустрацию, компенсацию психики, желание заменить нежелательное телосложение фантазией. Чаще всего в описании внешности испытуемые с андрогинным образом физического Я выделяют глаза, волосы, лицо, фигуру.

Исследование показало взаимосвязь привязанности к матери и образа физического «Я», что в дальнейшем позволило исследовать особенности образа физического «Я» и соотнести их с разными типами эмоциональной привязанности к матери.

### **3.2. Различие образа физического «Я» в группах с разными типами привязанности к матери**

Одной из задач исследования стало сравнение образа физического «Я» у девушек с разными типами эмоциональной привязанности к матери. Проверялась гипотеза о различии качеств образа физического «Я» у испытуемых с разными типами привязанности к матери. Предполагается, что характер границ, когнитивная сложность и когнитивные искажения образа физического «Я» зависят от типа эмоциональной привязанности к матери.

Для изучения различий выполнен сравнительный анализ, для выявления достоверности различий применен t-критерий Стьюдента.

Результаты диагностики оценочно-содержательных компонентов образа физического «Я» испытуемых с разными типами привязанности к матери представлены в таблице 6.

Таблица 6

Средние значения аффективных оценок параметров внешнего облика  
испытуемыми с различной привязанностью к матери (в баллах)

Тип привязанности \ Параметры внешности	Испуганно-избегающий	Дистанцированный	Озабоченный	Надежный
Лицо	2,7**	2,8 <sup>++</sup>	3,6 <sup>*</sup>	4,7 <sup>**++</sup>
Тело	2,5 <sup>***◇◇□</sup>	2,8 <sup>□+▲</sup>	3,7 <sup>◇◇▲</sup>	4,6 <sup>***+</sup>
Оформление внешности	3,3**	3,3 <sup>+</sup>	3,7 <sup>*</sup>	4,8 <sup>**+</sup>
Отраженное физическое «Я»	2,8 <sup>**◇</sup>	2,8 <sup>+</sup>	3,5 <sup>◇*</sup>	4,4 <sup>**+</sup>
Средняя удовлетворенности	2,8	2,9	3,6	4,6

*Примечание:* Знак \* указывает на наличие достоверных различий между показателями испытуемых в группах с испуганно-избегающей привязанностью и надежной: \* – при уровне значимости  $p < 0,05$ ; \*\* – при уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\* – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак ◇ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с испуганно-избегающей привязанностью и озабоченной – при уровне  $p < 0,05$ ; ◇◇ – при уровне  $p < 0,01$ ; ◇◇◇ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак □ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с испуганно-избегающей привязанностью и дистанцированной: □ – при уровне  $p < 0,05$ ; □□ – при уровне  $p < 0,01$ ; □□□ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак ▲ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с дистанцированной и озабоченной привязанностью к матери: ▲ – при уровне  $p < 0,05$ ; ▲▲ – при уровне  $p < 0,01$ ; ▲▲▲ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак <sup>+</sup> указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с дистанцированной и надежной привязанностью к матери: <sup>+</sup> – при уровне  $p < 0,05$ ; <sup>++</sup> – при уровне  $p < 0,01$ ; <sup>+++</sup> – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак <sup>\*</sup> указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с озабоченной и надежной привязанностью к матери: <sup>\*</sup> – при уровне  $p < 0,05$ ; <sup>\*\*</sup> – при уровне  $p < 0,01$ ; <sup>\*\*\*</sup> – при уровне  $p < 0,001$ .

Отсутствие значков \*◇□<sup>+</sup> означает отсутствие достоверности различий.

Сравнительный анализ данных по критерию Стьюдента показал значимые различия аффективных оценок параметров внешности в группах с разным типом привязанности к матери по 4 показателям внешнего облика.

Ранжирование средних баллов по уровню принятия внешнего облика испытуемых демонстрирует, что первое место занимает надежный тип привязанности с общим баллом  $M=4,6$  (положительное отношение), второе - озабоченный - с баллом  $M=3,6$  (удовлетворительное отношение), третье - дис-

танцированный - с баллом  $M=2,9$  (отвержение). Самые низкие значения принятия внешности получены в группе с испуганно-избегающим типом привязанности к матери  $M=2,8$  балла (отвержение). Надежно привязанные к матери взрослые оценивают свою внешность выше, чем остальные испытуемые. У ненадежно привязанных к матери испытуемых, наблюдается количественное и качественное снижение оценок принятия внешности. Констатируемые различия свидетельствуют о том, что надежно привязанные к матери испытуемые, в отличие от других групп, оценивают свою внешность с эмоциональным принятием.

Такие различия объясняются социальной ситуацией развития ребенка. Дети в группе с надежным типом привязанности имеют опыт принятия и одобрения матерью, адекватную соматосенсорную стимуляцию. Лица с надежной привязанностью относятся к своему телу, лицу, внешности с принятием, их оценки положительны и приближены к оценке «красиво». Испытуемые с озабоченным типом привязанности к матери в силу социальной ситуации развития, где мать проявляла амбивалентные чувства: то любовь, то отвержение, удовлетворительно относятся к своей внешности. Дистанцированная группа испытуемых, где объект привязанности не знает, приблизиться ли к матери для получения приятных эмоций или отступить в целях безопасности, с неприятием относится к своей внешности. Для испытуемых с испуганно-избегающим типом привязанности к матери характерны самые низкие оценки внешности. К формированию такого отношения к внешности приводит систематически жесткое обращение матери к ребенку.

Таким образом, привязанность к матери, как первичный фактор в отношениях ребенка с матерью, формирует оценку физического «Я» во взрослости. Анализ оценки внешности испытуемых разных типов привязанности к матери показал следующее:

1. Испытуемые с надежным типом привязанности к матери положительно, с принятием оценивают лицо, тело, оформление внешнего облика.

2. Группе испытуемых с испуганно-избегающей и дистанцированной привязанностью к матери свойственно во многом отрицательно оценивать параметры внешности.

3. Испытуемые с озабоченной привязанностью к матери имеют удовлетворительное отношение к своей внешности.

Перейдем к анализу когнитивного компонента образа физического «Я».

Результаты различий когнитивных искажений собственной внешности в группах привязанности к матери показаны в таблице 7.

Таблица 7

Значения когнитивных искажений параметров образа физического «Я» в группах с различной привязанностью к матери (в %)

Параметры внешности / Шкалы привязанности	Голова	Шея	Плечи	Грудная клетка	Талия	Бедра
Надежный	12*** <sup>+++*</sup>	0***	0*** <sup>++</sup>	0 <sup>+++*</sup>	4***	-4*** <sup>*</sup>
Испуганно-избегающий	43*** <sup>◇◇◇</sup>	24*** <sup>◇◇◇□□□</sup>	-10***	-1 <sup>◇□□□</sup>	14*** <sup>◇</sup>	16*** <sup>◇◇□□□</sup>
Дистанцированный	40 <sup>▲▲▲+++</sup>	0 <sup>□□□</sup>	-10 <sup>++</sup>	36 <sup>□□□▲▲▲+++</sup>	8	1 <sup>□□□</sup>
Озабоченный	17 <sup>◇◇◇▲▲*</sup>	-2 <sup>◇◇◇</sup>	-5	10 <sup>◇▲▲▲*</sup>	6 <sup>◇</sup>	0 <sup>◇◇*</sup>

Примечание: Знак \* указывает на наличие достоверных различий между показателями испытуемых в группах с испуганно-избегающей привязанностью и надежной: \* – при уровне значимости  $p < 0,05$ ; \*\* – при уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\* – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак ◇ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с испуганно-избегающей привязанностью и озабоченной – при уровне  $p < 0,05$ ; ◇◇ – при уровне  $p < 0,01$ ; ◇◇◇ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак □ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с испуганно-избегающей привязанностью и дистанцированной: □ – при уровне  $p < 0,05$ ; □□ – при уровне  $p < 0,01$ ; □□□ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак ▲ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с дистанцированной и озабоченной привязанностью к матери: ▲ – при уровне  $p < 0,05$ ; ▲▲ – при уровне  $p < 0,01$ ; ▲▲▲ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак <sup>+</sup> указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с дистанцированной и надежной привязанностью к матери: <sup>+</sup> – при уровне  $p < 0,05$ ; <sup>++</sup> – при уровне  $p < 0,01$ ; <sup>+++</sup> – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак <sup>\*</sup> указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с озабоченной и надежной привязанностью к матери: <sup>\*</sup> – при уровне  $p < 0,05$ ; <sup>\*\*</sup> – при уровне  $p < 0,01$ ; <sup>\*\*\*</sup> – при уровне  $p < 0,001$ .

Отсутствие значков \*◇<sup>□++\*</sup> означает отсутствие достоверности различий.

Обнаружены значимые различия когнитивных искажений параметров образа физического «Я» в группах с разной степенью привязанности к матери по 6 показателям.

Наименьший процент искажения образа физического «Я» имеют испытуемые с надежной привязанностью к матери. Их восприятие тела менее всего искажено по 3 из 6 параметров, 2 - в сторону увеличения и 1 - в сторону уменьшения. Шея, плечи, грудная клетка надежного типа не имеют искажений (0%). Наибольшее искажение (12%) получено по параметру голова. Незначительно (на 4% и – 4%, соответственно) преувеличена талия и уменьшены бедра.

Девушки испуганно-избегающего типа привязанности к матери, в силу отсутствия соматосенсорной стимуляции, отрицательной оценки и жесткого обращения матери, имеют самый высокий процент искажений образа тела. Искажения получены по 6 параметрам, 4 - в сторону увеличения и 2 - в сторону уменьшения.

Испытуемые с дистанцированным типом привязанности искаженно отражают внешность по 5 параметрам: 4 параметра в сторону увеличения, 1 параметр в сторону уменьшения.

Озабоченный тип привязанности к матери искажает образ физического «Я» по 5 параметрам: 3 - в сторону преувеличения и 2 - в сторону уменьшения.

Средние арифметические показатели искажения надежного типа привязанности к матери (2,3%) и озабоченного (4,3%) значимо меньше, чем у дистанцированного (12,5%) и испуганно-избегающего (14,3%). Высокие показатели искажения получены у испытуемых дистанцированного и испуганно-избегающего типов привязанности к матери.

По сравнению с остальными типами привязанности к матери надежный тип, в силу отмеченной социальной ситуации развития, имеет незначительные искажения параметров внешности, что говорит о более адекватном вос-



приятной схемы тела. Озабоченный тип также имеет более адекватное отражение своего тела по сравнению с остальными типами привязанности к матери.

Таким образом, испытуемые с дистанцированным и испуганно-избегающим типами привязанности получают большее число дисторсий отдельных параметров. Субъекты с надежным типом привязанности имеют благоприятный симбиоз с матерью, выражающийся в последовательной соматосенсорной стимуляции. Отношения ребенка и матери построены на четких, понятных, хорошо определенных ожиданиях, что формирует представление о теле как целостном, четком и определенном, адекватном в отражении, в умении интегрировать ощущения. В озабоченном типе привязанности мать в отношениях с ребенком проявляет амбивалентные чувства: как принятие, так и отвержение. Принятие, как положительное чувство, идущее от матери, благоприятствует более адекватному представлению о собственном теле испытуемых, что наблюдается в исследовании. Отвержение ребенка матерью, отсутствие соматосенсорной стимуляции в детстве формирует неадекватность восприятия тела, которые наблюдаются в исследовании в виде когнитивных ошибок и иллюзий восприятия у дистанцированного и испуганно-избегающего типов привязанности к матери в сторону мнимой феминизации тела.

По параметру «искажение плеч» надежный и озабоченный типы привязанности к матери отличны от других. По параметрам «грудная клетка», «бедрa», «талия» все группы имеют статистически достоверные различия.

Результаты изучения когнитивного компонента образа физического «Я» в группах разных типов привязанности к матери (надежных, озабоченных, дистанцированных и испуганно-избегающих) представлены в таблице 8. Таблица показывает разницу образа физического «Я» между представлением его в сознании субъектов и существующим типом телесной конституции, то есть точность восприятия особенностей своего тела.

Сравнение типов субъективного и объективного образа тела лиц с разными типами привязанности к матери

Тип привязанности	Субъективный образ физического «Я»	Объективный образ физического «Я»
Надежный тип	феминный	феминный
Испуганно-избегающий	феминный	маскулинный
Дистанцированный	андрогинный	феминный
Озабоченный	феминный	феминный

Нормой развития образа физического «Я» считается такое восприятие тела, когда субъективный образ адекватен объективному телосложению, что свидетельствует о том, что субъект осведомлен об особенностях своего тела, точно их отражает и ощущает в схеме тела.

Несоответствие бессознательного образа физического «Я» реальной конституции тела обнаружены у лиц с двумя типами привязанности к матери: дистанцированному и испуганно-избегающему. Данные испытуемые, в силу отмеченных выше особенностей привязанности к матери, искаженно отражают собственное тело, а значит, неточно ощущают схему тела. Соответствие образа физического «Я» типу телесной конституции отмечены у групп испытуемых с надежным и озабоченным типом привязанности к матери. Данная группа осознает свой тип конституции, а также его физиологическую, половую принадлежность. На уровне психики и тела мужские качества минимизированы, женские - сконцентрированы, испытуемые точно осознают особенности тела, конституцию, половую принадлежность, отражая ее адекватно.

Ошибки восприятия тела выявлены у дистанцированного и испуганно-избегающего типов. Интересным является тот факт, что тело девушки сформировалось по маскулинному типу, тогда как в сознании телосложение представляется по феминному типу. Это подтверждают и ранее выявленные искажения (преувеличение бедер, талии). У лиц испуганно-избегающего типа

привязанности к матери замечены расхождения: объективный образ физического «Я» - маскулинный, воображаемый образ тела – феминный. Несоответствие обнаруживается в восприятии собственного телосложения у лиц дистанцированного типа привязанности, где субъективный образ физического «Я» - андрогинный, тело – феминной конституции.

Адекватное восприятие тела наблюдается у испытуемых надежного и озабоченного типов привязанности к матери, в их сознании воображаемый образ тела приближен к реальному. У респондентов дистанцированного и испуганно-избегающего типов привязанности к матери обнаруживаются проблемы в оценке физического «Я» и заметные нарушения, выражающиеся в несоответствии реального телосложения бессознательному представлению о нем, что свидетельствует об искажении восприятия собственного тела в данных группах.

В структуре когнитивного компонента установлены различия концепции тела у испытуемых групп с разным типом привязанности к матери, что отражено в таблице 9.

Таблица 9

Значимость различий элементов физического облика в разных группах привязанности к матери

Элементы внешнего облика	Количество портретов, в которых данный элемент назван (в %)			
	Надежный тип	Испуганно-избегающий	Дистанцированный	Озабоченный
Глаза	85***	20***◇◇◇□□□	71□□□	79◇◇◇◇
Волосы	78 <sup>+</sup>	80□□	50 <sup>□▲+</sup>	79 <sup>▲</sup>
Лицо	28* <sup>++•</sup>	40*◇□	64 <sup>□++</sup>	56◇ <sup>•</sup>
Фигура	21 <sup>++•</sup>	20◇□	64 <sup>□▲++</sup>	56◇ <sup>▲•</sup>
Тело	50 <sup>+</sup>	60◇◇	35 <sup>▲+</sup>	46◇◇ <sup>▲</sup>
Рост	21 <sup>+</sup>	-	35 <sup>+</sup>	37
Нос	35 <sup>++</sup>	20□	7 <sup>□▲++</sup>	28 <sup>▲</sup>
Губы	28	20	28	23
Руки	28**	40**	35 <sup>▲</sup>	17 <sup>▲</sup>

Ногти	35* <sup>+</sup>	20*	14 <sup>+</sup>	19 <sup>•</sup>
Кожа	7	-	14	18
Уши	28 <sup>+</sup>	20	14 <sup>+</sup>	13
Ресницы	7**	20**	14	15
Грудь	14	20	14	13
Живот	7***	40***◇◇◇	-	10◇◇◇
Вес	7	20	-	12
Пальцы	21 <sup>•</sup>	20◇◇	-	7◇◇ <sup>•</sup>
Талия	7*	20*	21 <sup>▲</sup>	4 <sup>▲</sup>
Ягодицы	7*	20*◇	7	7◇
Брови	7*	20*	-	-
Бедра	7*	20*	-	6
Шея	7	20◇◇ <sup>□</sup>	7 <sup>□</sup>	3◇◇
Щеки	14 <sup>•</sup>	-	-	2 <sup>•</sup>
Осанка	7	-	7	1
Плечи	7	-	-	-
Икры	7	-	-	-
Колени	7	-	-	-
Пятки	7	-	-	-
Размер обуви	7	-	-	-
Рот			14	
Таз			7	
Скулы			7	
Подбородок			7	
Бицепсы			7	
Пресс	1		7	1
Веснушки			7	
Зубы	1		7	2
Ноги				32
Лоб				1
Родинка				1
<b>Количество элементов:</b>	<b>31</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>28</b>

*Примечание:* Знак \* указывает на наличие достоверных различий между показателями испытуемых в группах с испуганно-избегающей привязанностью и надежной: \* – при уровне значимости  $p < 0,05$ ; \*\* – при уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\* – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак ◇ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с испуганно-избегающей привязанностью и озабоченной – при уровне  $p < 0,05$ ; ◇◇ – при уровне  $p < 0,01$ ; ◇◇◇ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак □ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с испуганно-избегающей привязанностью и дистанцированной : □ – при уровне  $p < 0,05$ ; □□ – при уровне  $p < 0,01$ ; □□□ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак<sup>▲</sup> указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с *дистанцированной и озабоченной привязанностью к матери*: ▲ – при уровне  $p < 0,05$ ; ▲▲ – при уровне  $p < 0,01$ ; ▲▲▲ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак<sup>+</sup> указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с *дистанцированной и надежной привязанностью к матери*: + – при уровне  $p < 0,05$ ; ++ – при уровне  $p < 0,01$ ; +++ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с *озабоченной и надежной привязанностью к матери*: • – при уровне  $p < 0,05$ ; \*\* – при уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\* – при уровне  $p < 0,001$ .

Отсутствие значков \*◇□+• означает отсутствие достоверности различий.

Статистически достоверные различия элементов внешнего облика в группах привязанности к матери по критерию Стьюдента получены по 23 параметрам.

Как показывают данные, уровень знаний физического «Я» испытуемых испуганно-избегающего типа привязанности значительно ниже, чем у остальных типов привязанности к матери, и состоит всего из 20 элементов. Более полным представлением обладает портрет описания лиц с надежным типом привязанности, состоящий из 31 элемента.

Описание образа физического представителями дистанцированной группы привязанности к матери состоит из 26 элементов внешности. В отличие от всех остальных типов, этот тип включает в портрет детальное описание ротовой части лица (в 35% случаях): рот, подбородок, зубы, скулы; а также костно-мышечной системы (в 21% случаях): бицепсы, таз, пресс. На первое место, как и многие типы, за исключением испуганно-избегающего, испытуемые с дистанцированным типом привязанности ставят описание глаз (в 71% случаях), затем по степени значимости следуют лицо (64%) и фигура (64%). Значимость фигуры и лица выше, в сравнении с другими группами, где большую значимость приобретают волосы.

Таким образом, значимые параметры в описании себя респондентов дистанцированного типа привязанности к матери являются глаза и фигура. Выделенные признаки учитывают важность функциональных элементов,

имеющих защитные функции. Данному типу привязанности приходится учитывать социальную ситуацию развития, где мир - это небезопасность и развивать качества, отвечающие за оборону. Сформированная модель «мать-ребенок» дает ему представление о мире как небезопасном. В самом названии типа «дистанцированный» включена информация о том, что мать обращалась с ребенком настолько несдержанно и агрессивно, что ребенку приходилось избегать и защищаться от родителя.

Испуганно-избегающий тип привязанности имеет стандартный низкий уровень знаний физического «Я», состоящий из 20 элементов. Исследован ряд особенностей, отличающий данный тип привязанности к матери от других. Важно отметить, что когда для других групп глаза имеют первостепенное значение, то для испуганно-избегающего типа - низкое. Это связано с тем, что ребенок в социальной ситуации развития в данном типе эмоциональной привязанности получил психологическую травму и потерял зрительный контакт с матерью и остальными людьми, уйдя в мир переживаний психологической травмы. Высокой значимостью наделены волосы (80%), тело (60%), лицо (40%), руки (40%) и живот (40%). Остальные признаки имеют второстепенное значение. Некоторые черты (осанка, рост, кожа) не указаны вовсе. Испуганно-избегающий тип привязанности отличается самым узким набором знаний о себе. Игнорирует описание осанки, роста, кожи. Данные параметры, ответственные за значимость границы тела, отделяющие одного человека от другого. Наблюдается очень низкое значение глаз, ответственных за коммуникацию. Специфически высока значимость рук и живота.

У испытуемых озабоченного типа привязанности к матери в образе тела значимость имеют ноги (32%). Первостепенно значимы волосы (79%) и глаза (79%). Меньшее значение имеют руки, уши, грудь, пальцы, талия, шея. Преимущественное значение имеют глаза, волосы, лицо, тело. Не специфически для других групп привязанности к матери подчеркивается

значимость ног, которые осуществляют опору. Менее значимы уши, руки и пальцы, ответственные за коммуникацию, а также за функционирование анализаторов тактильных и слуховых. Данное восприятие тела сформировано в условиях социальной ситуации развития амбивалентного типа привязанности, когда мать проявляла то ярость, то любовь, и ребенок не знал как себя вести, что сформировало в нем значимость в жизни ног, ответственных за опору, и низкую значимость аудиального анализатора и рук, ответственных за коммуникацию.

Высокую значимость в концепции тела, по сравнению с остальными группами привязанности к матери, надежный тип придает глазам (85%), самое низкое значение – лицу (28%). Значимость глаз, по сравнению с другими типами, объясняется важностью зрительного контакта для надежно привязанных к матери испытуемых. Данный тип привязанности отличается принятием со стороны матери, что подразумевает зрительный контакт с ней. Эта система интериоризировалась, и во взрослости зрительный контакт для этих испытуемых является основой гармоничных отношений. На первостепенных позициях для лиц данного типа привязанности находятся глаза (85%), волосы (78%) и тело (50%). Важной отличительной особенностью группы надежного типа привязанности к матери является описание функциональных элементов образа тела: плечи, икры, колени, пятки, размер ноги. Большой значимостью наделены глаза (85%), нос (35%), губы (28%), уши (28%), пальцы (21%), то есть анализаторы. Меньшей значимостью наделены кожа (7%), ресницы (7%), живот (7%), вес (7%). Надежный тип привязанности значимость в описании придает зрительным, слуховым, тактильным анализаторам. Отличительной особенностью этого типа является детальное описание мышц, суставов, размера ноги. Заметно преобладание функциональных признаков в описании внешности, в меньшей степени - эстетических. Выделены те компоненты внешности, которые позволяют успешно ориентироваться в окружающем мире.

Результаты изучения различий когнитивной дифференцированности образа физического «Я» в разных группах привязанности к матери представлены в таблице 10.

Таблица 10

Показатели когнитивной дифференцированности образа физического «Я» в группах с разной привязанностью к матери (в %)

Тип привязанности	Показатель когнитивной дифференцированности образа физического «Я»
Надежный	78*** <sup>++</sup>
Испуганно-избегающий	50*** <sup>◇◇□</sup>
Дистанцированный	65 <sup>□++</sup>
Озабоченный	70 <sup>◇◇</sup>

*Примечание:* Знак \* указывает на наличие достоверных различий между показателями испытуемых в группах с испуганно-избегающей привязанностью и надежной: \* – при уровне значимости  $p < 0,05$ ; \*\* – при уровне  $p < 0,01$ ; \*\*\* – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак ◇ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с испуганно-избегающей привязанностью и озабоченной – при уровне  $p < 0,05$ ; ◇◇ – при уровне  $p < 0,01$ ; ◇◇◇ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак □ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с испуганно-избегающей привязанностью и дистанцированной: □ – при уровне  $p < 0,05$ ; □□ – при уровне  $p < 0,01$ ; □□□ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак ▲ указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с дистанцированной и озабоченной привязанностью к матери: ▲ – при уровне  $p < 0,05$ ; ▲▲ – при уровне  $p < 0,01$ ; ▲▲▲ – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак <sup>+</sup> указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с дистанцированной и надежной привязанностью к матери: <sup>+</sup> – при уровне  $p < 0,05$ ; <sup>++</sup> – при уровне  $p < 0,01$ ; <sup>+++</sup> – при уровне  $p < 0,001$ .

Знак <sup>•</sup> указывает на наличие достоверных различий между показателями в группах с озабоченной и надежной привязанностью к матери: <sup>•</sup> – при уровне  $p < 0,05$ ; <sup>••</sup> – при уровне  $p < 0,01$ ; <sup>•••</sup> – при уровне  $p < 0,001$ .

Отсутствие значков \*▲◇□<sup>+</sup> означает отсутствие достоверности различий.

Выявлены статистически значимые различия когнитивной дифференцированности образа физического «Я» в группах привязанности к матери.

Первое место по широте представлений о собственном теле имеет надежный тип привязанности, второе - озабоченный, третье - дистанцированный, четвертое - испуганно-избегающий. Степень



когнитивной сложности определяет широту представлений человека о себе, (узкое широкое), степень связанности эмоционального компонента и когнитивного, а также степень зависимости оценки внешности от мнения окружающих в описании себя. Также, определив богатство описания тела, мы можем судить о «выпуклости» образа физического «Я», об уровне представленности знаний о теле. Из таблицы 10 видим, что надежный тип отличается высоким уровнем когнитивной дифференцированности, более полной концепцией тела. Принятие матерью ребенка, его чувств, достаточная соматосенсорная стимуляция, последовательность в воспитании привели к высокому уровню представления о теле. В описание надежного типа привязанности включены такие неспецифические для других групп элементы внешности, как щеки, плечи, икры, колени, пятки, размер ноги, что свидетельствует о детальном знании своего тела.

Второе место по широте описания внешности занимает озабоченный тип привязанности к матери, его телесная концепция образа физического «Я» составила 70%. В описание внешности включены неспецифические для других типов элементы. В условиях амбивалентных отношений с матерью ребенок мог получить достаточную соматосенсорную стимуляцию, что привело к развитию надлежащей высокой когнитивной дифференцированности образа тела.

Дистанцированный тип привязанности имеет средний процент когнитивной сложности. В описание включены такие неспецифические детали и элементы, как рот, скулы, таз, подбородок, бицепс, пресс, веснушки.

Описание внешности у лиц испуганно-избегающего типа ниже, чем в остальных группах привязанности ребенка к матери, имеет уровень ниже среднего, содержит простые категории, без детализации и уточнений. Нечувствительность матери, отвержение ребенка на психологическом и физическом уровне, проявление жесткого обращения сформировали у ребенка низкое представление о теле, состоящее из довольно стандартных

описаний. Образ физического «Я» отличается пристрастностью, низким уровнем представления о себе. Низкая когнитивная дифференцированность образа физического Я испуганно-избегающего типа создает условия зависимости, слитности с эмоциональным компонентом самосознания, что ведет к пристрастности и зависимости представлений о своем образе физического Я от мнения окружающих и эмоциональных обстоятельств.

Получена разница когнитивной дифференцированности образа физического «Я» у лиц с разными типами привязанности: взрослые с испуганно-избегающим типом имеют существенно меньшее представление о своем теле, чем остальные типы. Наиболее полное представление о своем теле выявлено у надежного типа привязанности к матери, им свойственно более широкое представление о теле, по сравнению с другими типами. Низкое качество привязанности снижает показатели когнитивной дифференцированности, высокое - повышает их.

Перейдем к сравнительному анализу границ образа физического «Я» в разных группах привязанности к матери.

Таблица 11

Показатели проекции границ тела испытуемых с разными типами привязанности к матери (в %)

Границы Привязанность	Форма правильная, замкнутая, отсутствуют углы	Хорошо знакомые, правильные, симметричные, замкнутые фигуры, с наличием углов	Простые фигуры, отсутствие симметрии, наличие углов	Сложные фигуры, «плохая» форма, отсутствие симметрии, наличие углов	Отсутствие устойчивой, четкой формы, границ, углов, открытость
Надежный	80	-	20	-	-
Испуганно-избегающий	-	20	20	40	20
Дистанцированный	10	10	5	75	
Озабоченный	44	14	4	28	10

Сравнение границ тела в разных выборках привязанности показало, что надежный тип имеет более высокое качество границ (80%), барьер которых выше по сравнению с озабоченным и испуганно-избегающим типом. Заметим низкое качество границ взрослых с дистанцированным типом привязанности к матери, в 75% случаев их границы нечеткие, несимметричные, простые.

Испытуемые с надежным типом (в 80%) случаев и озабоченным типом привязанности к матери (в 44%) ассоциируют границы с замкнутой, правильной симметричной формой. Испытуемые с испуганно-избегающим типом привязанности выбирают в 80% случаев фигуры с «плохой» формой, несимметричной, нечеткой, неустойчивой, с наличием углов. Таким образом, более определенными, предохраняющими от внешних воздействий являются границы надежного и озабоченного типов. У испуганно-избегающего типа привязанности наблюдаются проблемные, размытые границы, с исчезновением ощущаемых границ тела.

Анализ степени четкости границ показал, что барьер границ выше у надежного и озабоченного типов привязанности, что является показателем низкой проницаемости, определенности и четкости границ. Высокая степень определенности границ подразумевает, что в сознании испытуемых яснее представлены внешние покровы тела. У лиц с низкой степенью определенности границ, с испуганно-избегающим типом привязанности, в сознании лучше представлены внутренние органы, чем внешний покров, который защищает от прямых воздействий чужеродной среды. Хорошие границы определяют высокую степень автономии субъекта от других людей, тогда как слабые границы - слабую автономию, высокую личностную защиту, неуверенность в социальных контактах. Все группы привязанности статистически различны по степени барьера и проницаемости границ.

Результаты показывают различия границ в группах привязанности к матери.

Таким образом, экспериментально установлено, что содержание образа физического «Я» качественно различно у лиц разных типов эмоциональной привязанности к матери.

### **3.3. Психологические особенности образа физического «Я» у лиц с надежной, озабоченной, дистанцированной и испуганно-избегающей эмоциональной привязанностью к матери**

В данном параграфе диссертации решается задача № 3 исследования: провести качественный анализ особенностей перцепции тела испытуемых с разными типами эмоциональной привязанности к матери. Установить конкретные особенности образа физического «Я» в каждой из групп.

Данный анализ начнем с надежного типа привязанности к матери, который показали 23% испытуемых (средний возраст - 19 лет).

Средняя оценка содержательной интерпретации внешнего облика составляет 4,6 балла, что соответствует категории положительно, принятие.

Результаты оценок внешности респондентов с надежным типом привязанности к матери показаны на рисунке 11.

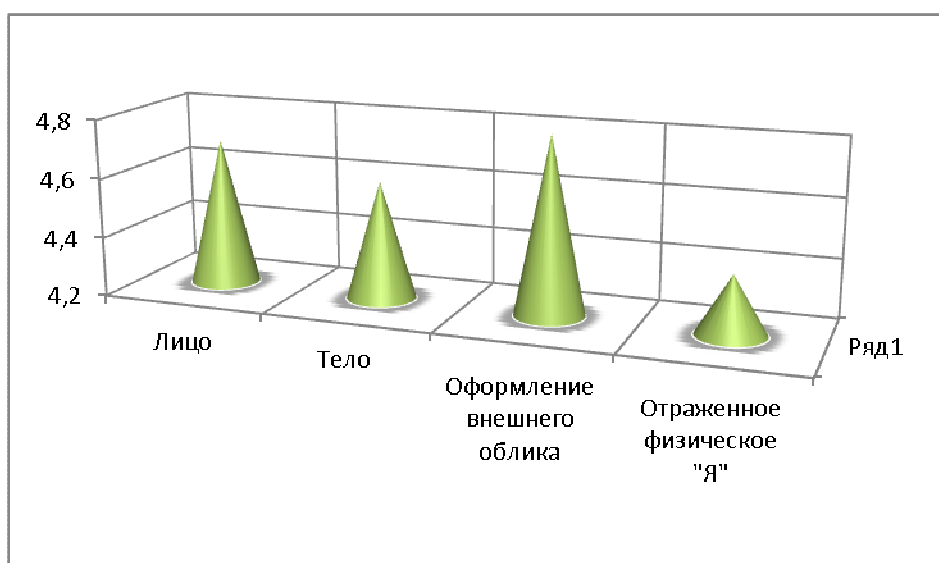


Рис. 11. Показатели удовлетворенности различными параметрами внешности испытуемых надежного типа привязанности к матери (в баллах)

Лицо ( $M=4,7$ ), тело ( $M=4,6$ ), оформление внешнего облика ( $M=4,8$ ) и отраженный образ физического «Я» ( $M=4,4$ ) получили положительную оценку. Такие результаты свидетельствуют об эмоциональном принятии физического облика, положительном отношении к телу, лицу, аксессуарам, прическе, одежде, образу, отраженному в зеркале и витрине.

Высокий показатель оценки имеет параметр оформление внешнего облика ( $M=4,8$ ), что связано с функциональностью данного признака. Средства оформления внешнего облика (прическа, косметика, одежда и т.д.) необходимы для того, чтобы скрыть недостатки и приукрасить внешность имеющимися способами под заданный стандарт и в сознании испытуемых выступают как «помощники», которые оцениваются положительно.

Средний предел положительных оценок принятия получен по параметрам тело ( $M=4,6$ ) и лицо ( $M=4,7$ ). Положительный балл показывает принятие и одобрение данных параметров, их высокую самооценку.

Таким образом, у испытуемых с надежным типом привязанности к матери оценки внешности по параметрам: лицо, тело, оформление внешнего облика, отраженный образ физического «Я», положительные (принятие). Матери надежно привязанных детей на этапе формирования образа физического «Я» положительно относились к инициативе и автономии ребенка, поощряли его самостоятельность и активность, адекватно удовлетворяли его потребности, сенситивны и чувствительны в воспитании. Это, в свою очередь, формировало у ребенка положительное отношение к телу, лицу и внешнему облику.

В таблице 12 показаны корреляционные значения шкал привязанности и аффективных оценок компонентов внешнего облика.

Таблица 12

Корреляционные значения шкал привязанности и аффективных оценок внешнего облика

Параметры внешности Шкалы привязанности	Лицо	Тело	Оформление внешнего облика	Отраженное фи- зическое «Я»
Тревога	- 0,62**	-0,63**	-0,7***	-0,44*
Избегание	- 0,5**	-0,55**	-0,66**	- 0,1

Обнаружена отрицательная корреляция тревоги и избегания в привязанности с оценками лица ( $r = -0,62$ ,  $r = -0,5$ ), тела ( $r = -0,63$ ;  $r = -0,55$ ) и оформления внешнего облика ( $r = -0,7$ ;  $r = -0,66$ ).

Изучение когнитивных искажений образа физического «Я» испытуемых с надежным типом привязанности к матери показало, что величина таких искажений варьирует в низких пределах границ. Образ тела в сознании испытуемых преувеличен в пределах нормы. Три параметра из шести искажены. Результаты экспертной оценки когнитивного искажения образа физического «Я» отражены на рисунке 12.

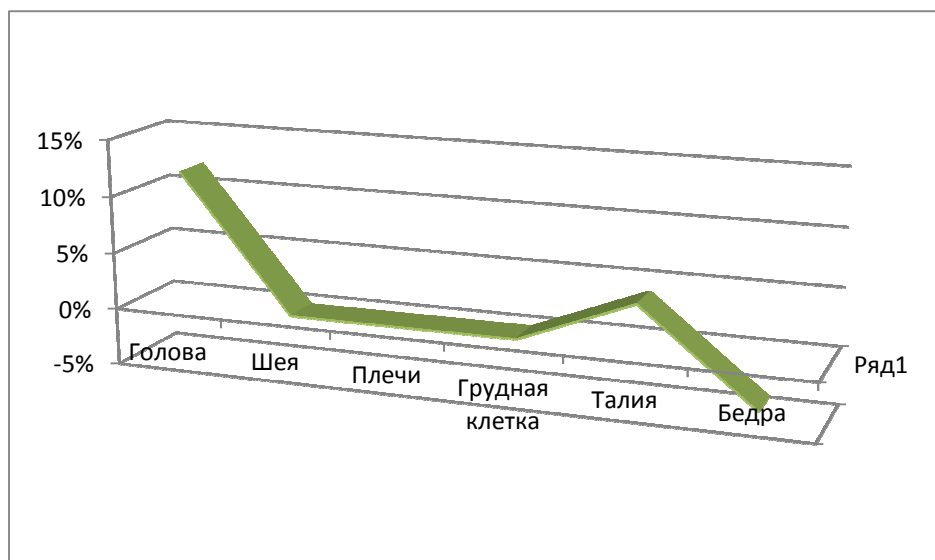


Рис. 12. Показатели искажения компонентов образа физического «Я» испытуемых надежного типа привязанности к матери

Общее количество искажений составило 3, по параметрам голова, талия и бедра.

Верхний, максимальный предел (12%) получен по параметру голова, незначительные искажения (-4 %) и (4 %) наблюдаются по параметрам талия и бедра. Плечи, грудная клетка, шея воспринимаются и ощущаются субъектами без искажений. Полученные данные дают основание сделать вывод о том, что надежный тип привязанности к матери имеет адекватную схему тела.

В таблице 13 показаны значения корреляций шкал привязанности и искажений параметров образа физического «Я».

Таблица 13

Показатели корреляции шкал привязанности и искажений параметров тела в группе испытуемых с надежным типом привязанности к матери

Параметры внешности / Шкалы привязанности	Талия	Бедра	Грудная клетка	Плечи
Тревога	- 0,49*	-0,6**	-0,7***	-0,6**
Избегание	- 0,7***	-0,6**	-0,8***	0,01

Обнаружена отрицательная корреляция шкал привязанности и такими параметрами тела, как талия ( $r=-0,49$ ,  $r=-0,7$ ), бедра ( $r=-0,6$ ,  $r=-0,6$ ), грудная клетка ( $r=-0,7$ ;  $r=-0,8$ ) и плечи ( $r=-0,6$ ). Таким образом, чем выше надежность привязанности, тем меньше искажений образа тела.

Таблица 14

Показатели субъективной и объективной ширины параметров тела в группе девушек с надежным типом привязанности к матери (в см)

Параметры	Субъективная ширина	Объективная ширина
Голова	23,4	20,7
Шея	15,3	15,3
Плечи	40,6	40,6

Грудная клетка	40,7	40,7
Талия	39,5	37,9
Бедра	46,07	48,15

Из таблицы 6 видно, что максимально искажается размер головы (на 3,4 см). Все остальные параметры тела не имеют значимых искажений. Степень соответствия образа тела физическому телу высокая. Количество искажений телесного образа «Я» минимальны, адекватность отражения высока. Заботливое внимание матери к ребенку, положительное подкрепление его автономии, чувствительность к потребностям, адекватная соматосенсорная стимуляция надежного типа привели к минимальным искажениям восприятия тела. Для сравнения были сделаны рисунки субъективного и объективного образа тела испытуемых.

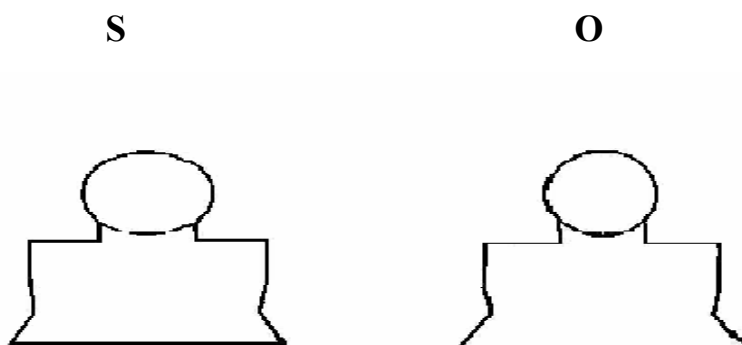


Рис. 13. Субъективный образ тела и объективные показатели испытуемых с надежной привязанностью к матери



По рисунку заметно, что субъективный образ тела конституционально не отличается от объективных показателей. Феминный тип конституции наблюдается в обоих рисунках, что говорит о том, что субъекты точно отражают свое тело, их схема тела не имеет отличий от реального тела. Феминный тип конституции в субъективной картине испытуемых отличается женственностью, все женские черты подчеркнуты, мужские – минимизированы. Соответственно, и на уровне психики мужские качества минимизированы, женские - сконцентрированы. Подобные индивиды проявляют мягкость, гибкость, адаптивность.

Значимость параметров внешности испытуемых в группе с надежным типом привязанности к матери позволила выявить методика описания внешности В.Н. Куницыной, где выявляются значимые для субъекта качества тела, так называемая концепция тела. Результаты этого исследований представлены на рисунке 14.

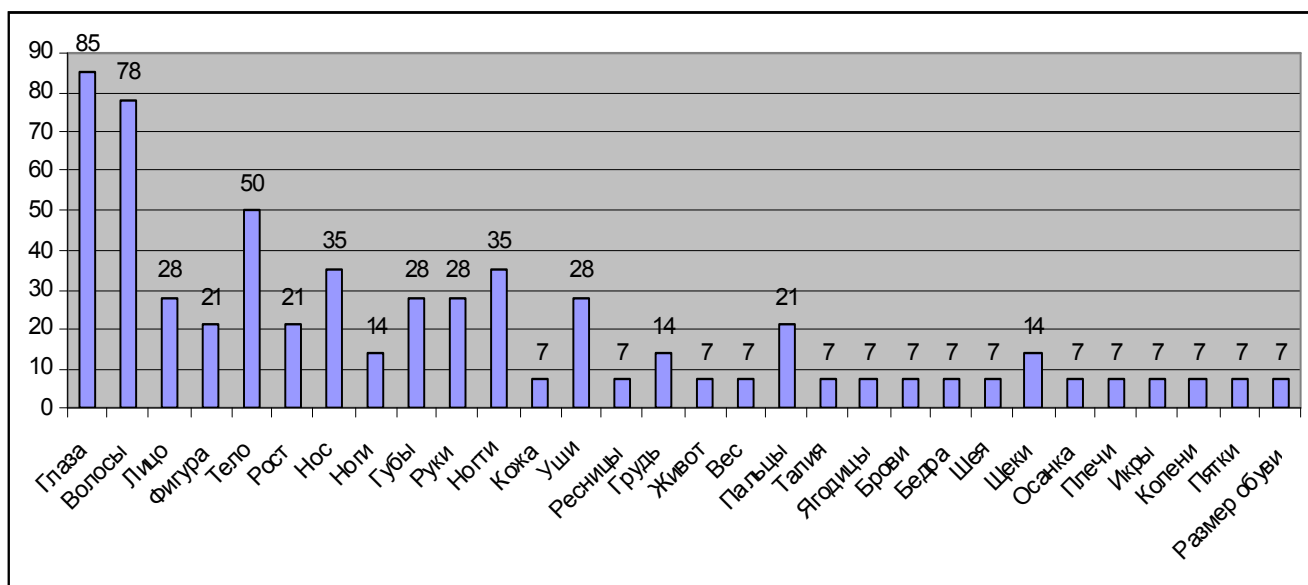


Рис. 14. Значимость параметров внешности испытуемых в группе с надежным типом привязанности к матери.

Всего в структуре восприятия тела и когнитивной дифференцированности выделен 31 элемент внешности из 40. В концепции тела надежно при-

вязанных испытуемых присутствуют в первую очередь: глаза, волосы, тело, нос и ногти. Эти признаки имеют первостепенное значение. На них чаще всего сосредоточены испытуемые, когда строят в сознании свой образ физического «Я». Низкое значение в описании внешности придается нижней части туловища: ноги в 14%, живот в 7%, бедра в 7%. Это свидетельствует о том, что у испытуемых отсутствуют проблемы с переживанием данных параметров тела. На это также указывает рисунок образа физического «Я», имеющий феминный тип телосложения, адекватный женской конституции.

Испытуемые чаще указывают в описании своей внешности социальные элементы: глаза, волосы, ногти, тело, руки. В социальной среде эти качества являются значимыми и социально функциональными, нуждающимися в постоянном оформлении и коррекции. Средней выраженностью обладают такие признаки, как руки и губы. Заметно преобладание доли описания зрительного, аудиального, тактильного, обонятельного анализаторов в выборке от общей суммы остальных признаков, позволяющих адекватно ориентироваться в окружающей среде и отражать свое тело без искажения.

Значения корреляции шкал привязанности и некоторых параметров внешнего облика показано в таблице 15.

Таблица 15

Показатели корреляции шкал привязанности и значимости некоторых параметров внешнего облика

Параметры внешности / Шкалы привязанности	Глаза	Волосы	Тело	Руки	Ногти
Тревога	0,7***	0,31	0,5**	0,65**	0,78***
Избегание	0,2	0,65**	0,8***	0,7***	0,65**

Положительная корреляция привязанности надежного типа обнаружена по параметрам: глаза, волосы, тело, руки, ногти. Данные параметры несут

социальную окраску, поскольку нуждаются в постоянной коррекции и уходе, а также, что не менее важно, выполняют коммуникативную функцию. Глаза, тело, руки имеют первостепенное значение в невербальном общении. Волосы, ногти постоянно нуждаются в коррекции и уходе. Испытуемые с надежным типом привязанности сосредоточены на частях тела, имеющих функциональное значение в социальной среде, что позволяет им успешно адаптироваться к изменяющейся среде.

Когнитивная дифференцированность образа физического «Я» отмеченной выборки составляет 70%, что характеризует широкий набор представлений о внешности, высокий уровень телесного самосознания, отражающий независимость субъекта от оценок других людей, а также независимость его от аффективного компонента. Адекватное отношение матери к ребенку, учет его потребностей, позитивная установка в отношении ребенка стимулируют в сенситивный период рефлексию и самопознание, автономию, что ведет к расширению образа физического «Я», обогащению представления о теле испытуемых надежного типа привязанности к матери.

Установлено, что в содержании образа физического «Я» группы надежного типа включены не только общие представления о теле в виде формально-специфических категорий (глаза, волосы, рост), встречающихся в формальном юридическом самоописании, но и ряд специфических. В описание включены такие неспецифические для других групп привязанности элементы внешности как: щеки, плечи, икры, колени, пятки, размер ноги, что свидетельствует о детальном и точном знании своего тела, высокой когнитивной расчлененности образа тела.

Результаты изучения границ тела в группе надежной привязанности к матери представлены на рисунке 15.

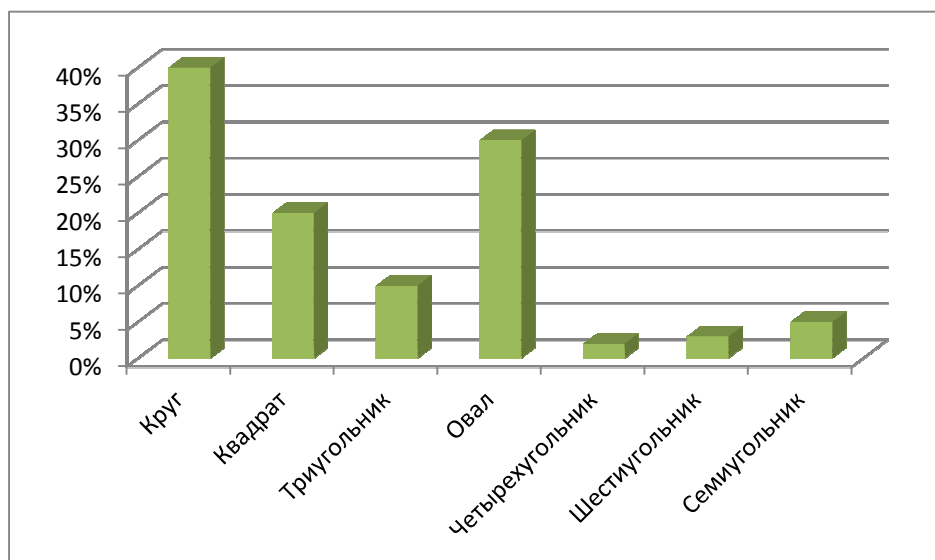


Рис.15. Проекция границ тела с геометрическими фигурами испытуемых в группах с надежной привязанностью к матери (в %)

Наибольшее число испытуемых проецируют границы тела с такими фигурами, как: круг (40 %), овал (30 %) и квадрат (20 %). Группировка фигур по сходным данным позволила получить конкретные результаты качеств границ тела. Правильные, замкнутые формы, проективно указывающие на высокий барьер и низкую проницаемость, завершенность и целостность границ характерны для многочисленной части испытуемых. Наиболее предпочтительные для испытуемых этой группы фигуры, отражающие границы образа физического «Я», являются симметричные, правильные в 80% случаях фигуры, что показывает высокий барьер и низкую проницаемость границ. Границы тела лиц надежного типа привязанности к матери характеризуются завершенностью, защищенностью, отчетливостью, автономностью, гибкостью, что на психологическом уровне проявляется в высокой автономности, коммуникабельности и безопасности. Пустота, как отсутствие всякой формы и всякой фигуры, выбрана как отвергаемая, неприемлемая, пугающая фигура, олицетворяющая отсутствие границ.

Таким образом, испытуемые с надежным типом привязанности с принятием относятся к лицу, телу, оформлению внешнего облика, отраженному

образу физического «Я». Самые высокие оценки внешности получены по параметру оформление внешнего облика, что связано с функциональностью данного признака. Тип образа физического «Я» соответствует феминному телу. Значимые значения искажения получены по параметру голова; минимальные, незначительные искажения по параметрам талия и бедра. Шея, плечи, грудная клетка отражаются испытуемыми адекватно. Понимание схемы тела, его ощущений подтверждает соответствие реального тела отраженному образу. В физическом «Я» испытуемые выделяют, в первую очередь, глаза, волосы, тело. Значительную роль в описании внешности имеют анализаторы: зрительный, аудиальный, тактильный, позволяющие адекватно ориентироваться в окружающей среде и отражать тело без искажения. Телесная концепция имеет высокий процент категорий, с указанием мелких и редких признаков, свидетельствующих о «выпуклости» образа физического «Я», его отчетливости. Границы надежного типа характеризуются сформированностью, защищенностью, автономностью.

Перейдем к описанию образа физического «Я» испытуемых дистанцированного типа эмоциональной привязанности к матери.

Результаты оценок внешности образа физического «Я» показаны на рисунке 16.

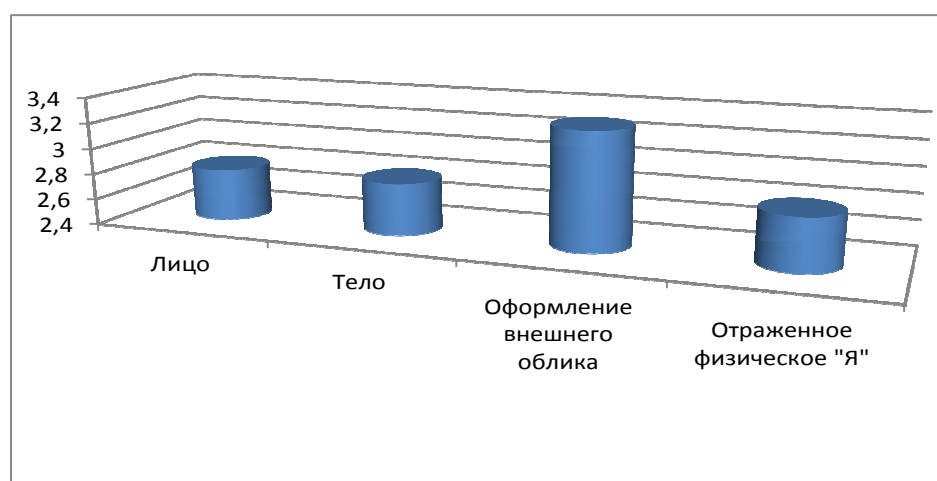


Рис. 16. Удовлетворенность различными параметрами внешности испытуемых дистанцированного типа привязанности к матери

Из рисунка 16 видно, что оценки внешности не превышают показатель «удовлетворительно», некоторые из параметров имеют нижний предел эмоционального неприятия. Средняя арифметическая удовлетворенности внешности составляет 2,9 балла. Испытуемые дистанцированного типа привязанности к матери с эмоциональным неприятием относятся к телу, лицу, отраженному образу физического «Я», оценивают их баллом 2,8. Социальные атрибуты внешнего облика в сравнении с другими параметрам оцениваются более высоким значением - 3,3 балла, что является показателем компенсации атрибутами (прической, косметикой) эмоционального неприятия своего тела и лица.

Обнаруженная связь шкал эмоциональной привязанности к матери и аффективных оценок внешности испытуемых с дистанцированным типом привязанности к матери представлена в таблице 16.

Таблица 16

Показатели корреляции шкал привязанности и аффективных оценок внешнего облика испытуемых дистанцированного типа привязанности к матери

Параметры внешности / Шкалы привязанности	Лицо	Тело	Оформление внешнего облика	Отраженное физическое «Я»
Тревога	-0,51**	-0,6**	-0,33	-0,23
Избегание	-0,6**	-0,6**	-0,66**	-0,6**

Выявлена отрицательная связь между шкалой избегание в составе привязанности и оценками лица ( $r=-0,6$ ), тела ( $r=-0,6$ ) и отраженного физического «Я» ( $r=-0,6$ ); между тревогой и оценкой лица ( $r=-0,5$ ) и оценкой тела ( $r=-0,6$ ).

Изучение когнитивного компонента образа физического «Я» группы дистанцированного типа привязанности показало искажение в пределах границ от -10 до 40 %. Образ физического «Я» в сознании испытуемых по от-

дельным параметрам имеет увеличение (max 40%) и уменьшение (max 10%). Результаты экспертной оценки когнитивного искажения образа физического «Я» респондентов представлены на рисунке 17.

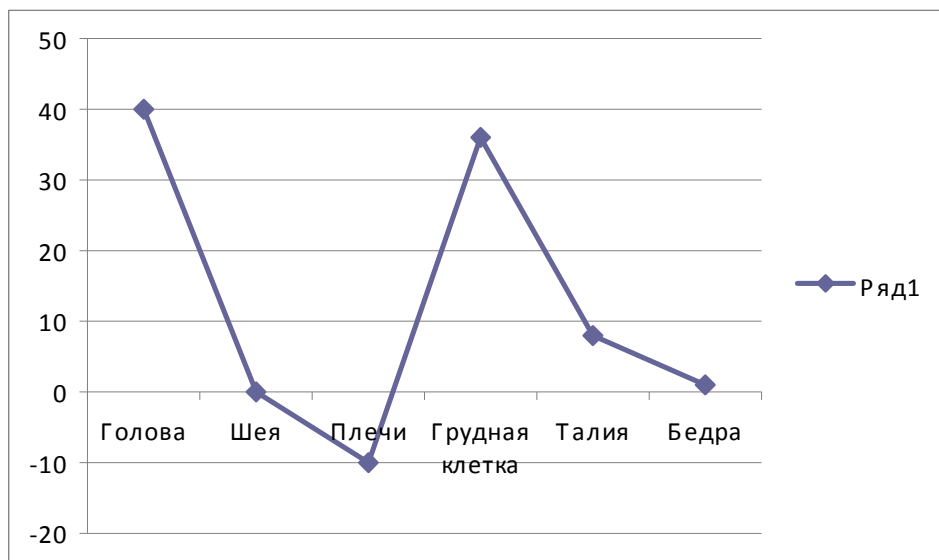


Рис. 17. Показатели искажения компонентов образа физического «Я» у девушек с дистанцированным типом привязанности к матери (в %)

Пять параметров образа физического «Я» из шести искажены, высокое искажение имеют голова (40%) и грудная клетка (36%). Данные параметры получили достоверную связь со шкалой привязанности избегание ( $p=0,7$ ,  $p=0,8$ ). Шея объективно отражается испытуемыми, без искажений. Бедрa искажены на 1% и имеют корреляционную связь с тревогой по шкале привязанности ( $p=0,7$ ).

Корреляция шкал привязанности и искажения параметров образа тела испытуемых дистанцированного типа привязанности отражены в таблице 17.

Таблица 17

Показатели корреляции шкал привязанности и искажений параметров образа тела испытуемых с дистанцированным типом привязанности к матери

Параметры внешности Шкалы привязанности	Грудная клетка	Голова	Бедрa

Тревога	0,3	0,1	0,7***
Избегание	0,7***	0,8***	0,21

Обнаружена связь шкал привязанности с искажением грудной клетки, головы, бедер.

Различия субъективной и объективной ширины параметров тела показаны в таблице 18.

Таблица 18

Показатели субъективной и объективной ширины параметров тела испытуемых дистанцированного типа привязанности к матери (в см.)

Параметры	Субъективная ширина	Объективная ширина
Голова	21,6	15,4
Шея	11,2	11,2
Плечи	36	40,2
Грудная клетка	41	30,1
Талия	29	26,8
Бедра	35,8	35,6

На основании данных, представленных в таблице 18, построены рисунки образа физического «Я» и реального тела группы дистанцированного типа эмоциональной привязанности к матери.

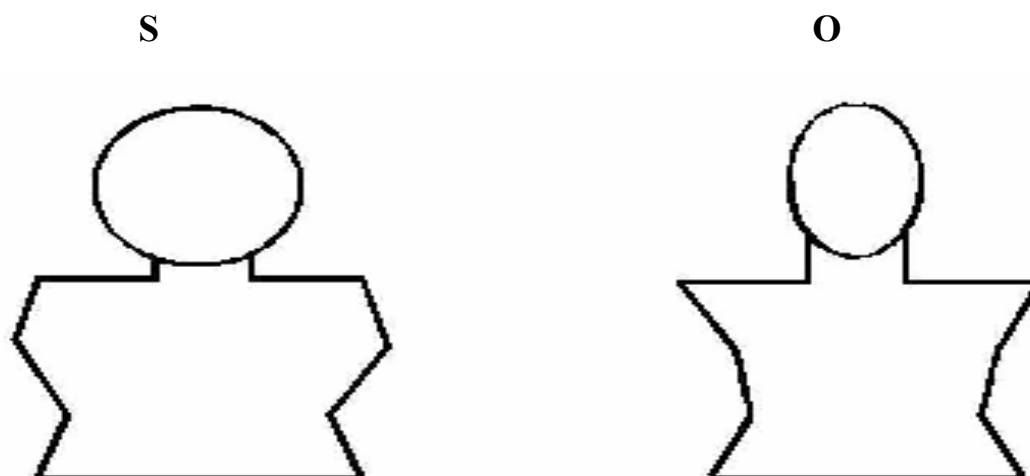




Рис. 18. Субъективный и объективный образ тела испытуемых дистанцированного типа привязанности к матери

Бессознательный образ тела отличается от объективного тела по следующим признакам:

- 1) голова преувеличена в размере;
- 2) бедра, грудная клетка крупнее в размере;
- 3) бессознательный образ тела андрогинного типа конституции, тело – феминного.

В психике данных испытуемых присутствует совмещение несовместимого – они сочетают мужские и женские качества. Возможно, поэтому фигура получается очень расщепленной. Поведение таких индивидов будет достаточно неустойчивым, свойства амбивалентны. Данные индивиды в своей жизненной стратегии могут использовать как женские, так и мужские стратегии поведения. Однако, образ физического «Я» не является гармоничным, поскольку не соответствует объективному восприятию тела, только в этом случае субъект точно отражает свое тело, отражает его реальные стороны и особенности, а также ощущает его без искажений и каких-либо помех, правильно понимает размеры, его схему и пропорции. Представленный образ физического «Я» девушек дистанцированного типа привязанности к матери сильно искажен. В сенситивный период формирования этого образа ребенок подвергался жесткому обращению со стороны матери, его инициативность и чувство автономности подавлялось, телесные потребности игнорировались, совместно разделенные эмоции с матерью были негативными, соматосенсорная стимуляция недостаточна или избыточна.

Результаты изучения концепции тела испытуемых представлены на рисунке 19.

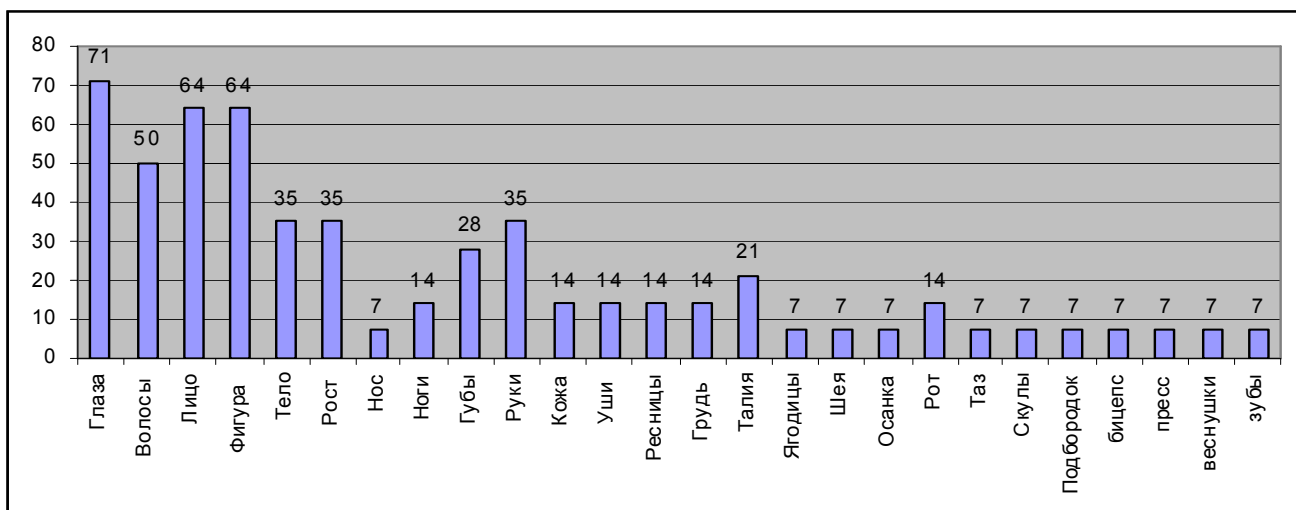


Рис. 19. Значимость параметров внешности испытуемых в группе с дистанцированным типом привязанности к матери (в % к общему количеству портретов)

Контент-анализ внешности обнаружил наиболее значимые качества внешности, на которые чаще всего обращают внимание респонденты. Это: глаза (71%), лицо (64%), фигура (64%), волосы (50%), тело (35%), рост (35%), руки (35%). Остальные признаки носят второстепенный характер. Значения корреляции шкал привязанности и некоторых параметров внешности тела показаны в таблице 19.

Таблица 19

Корреляция шкал привязанности и параметров внешности в группе дистанцированного типа привязанности к матери

Параметры внешности / Шкалы привязанности	Тело	Рост	Лицо	Рот	Талия
Тревога	0,12	0,66**	0,3	0,1	0,7***
Избегание	0,55**	0,7***	0,8***	0,5**	0,2

Шкалы привязанности получили значимые положительные связи по 5 параметрам внешности: тело, рост, лицо, рот, талия.

Перейдем к изучению границ тела в группе с дистанцированным типом привязанности к матери.

Результаты изучения границ тела дистанцированных испытуемых представлены на рисунке 20.

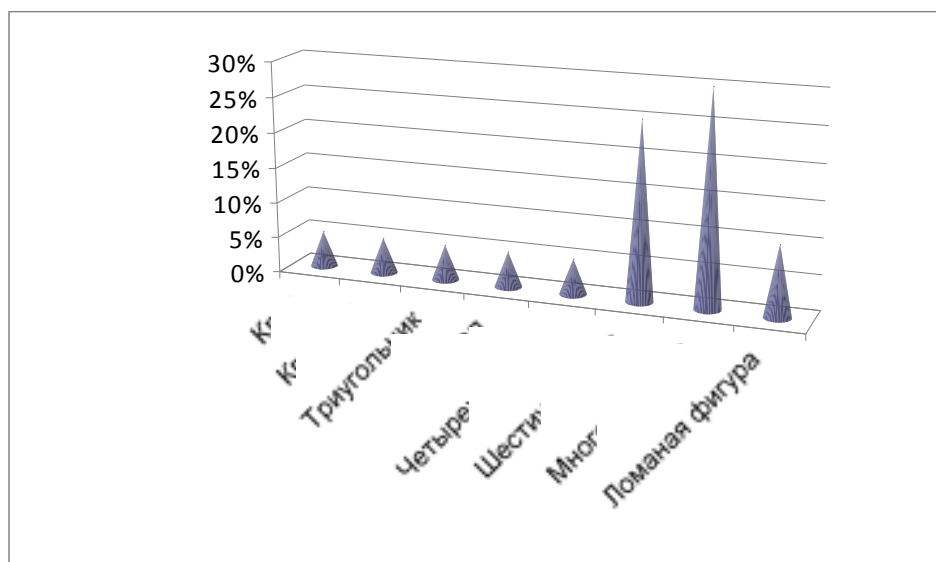


Рис. 20. Показатели границ тела с геометрическими фигурами испытуемых с дистанцированным типом привязанности к матери (в %)

Группировка фигур, обладающих сходными признаками, позволила установить, что границы дистанцированного типа несимметричны, угловаты, имеют «плохую» форму. Проективная методика определения границ тела выявила, что образ физического «Я» большей части испытуемых дистанцированного типа имеет сложные границы, с «плохой» формой, отсутствием симметрии, а также с отсутствием устойчивости. Данные характеристики указывают на агрессивно-защитное поведение в отстаивании собственных границ, избегание контактов, чтобы сохранить свою личность и тело.

Таким образом, испытуемые с дистанцированным типом привязанности с неприятием относятся к своему лицу, телу и отраженному физическому «Я». Образ физического «Я» имеет андрогинный тип, тогда как реальное строение тела - феминное. Высокие искажения имеют параметры: голова,

грудная клетка. Минимальное искажение - талия и бедра. Соответствие реального тела бессознательному восприятию минимально, что характеризует низкий уровень точности восприятия тела, понимание его схемы и ощущений. Чаще всего испытуемые выделяют глаза, лицо и фигуру.

Приступим к анализу образа физического «Я» испытуемых испуганно-избегающего типа эмоциональной привязанности к матери (Рисунок 21).

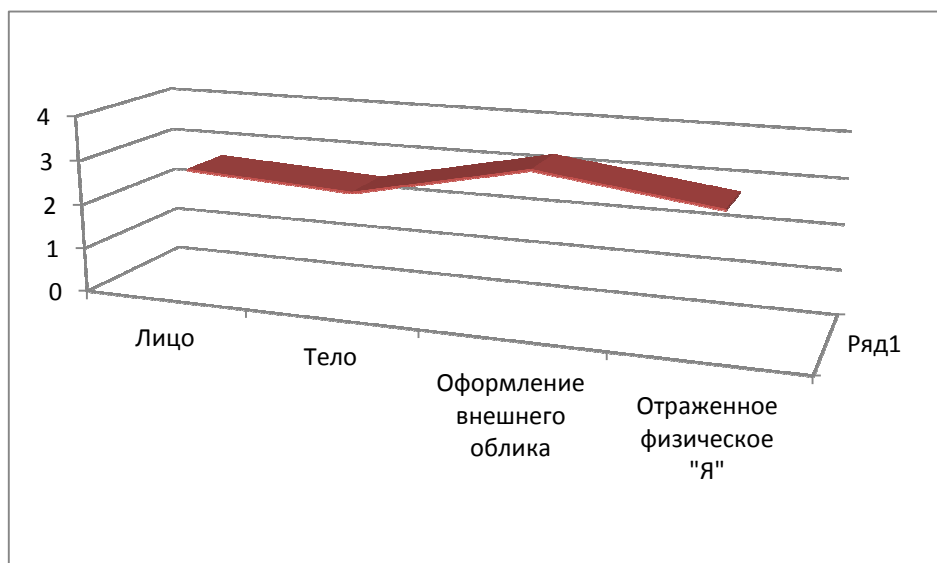


Рис. 21. Удовлетворенность параметрами внешности испытуемых испуганно-избегающего типа привязанности к матери

Из рисунка 21 видно, что оценки внешности имеют границу, которая не превышает 2,8 балла. Испытуемые негативно относятся к своему телу (2,5 балла) и лицу (2,7 балла). Высокие значения, по сравнению с другими параметрами, получены по оформлению внешности - 3,3 балла. Высокий балл свидетельствует о значимости данного параметра в структуре эмоционального компонента образа физического «Я» на фоне остальных, сниженных в оценке, параметров, где данный параметр обладает компенсаторным значением как средство приукрасить недостатки лица и тела, которые субъекты оценивают низко. Нижнюю границу оценок имеет параметр «тело» - 2,5 балла. Испытуемые оценили параметр «телосложение» как «неудовлетворительный» с отвержением и неприятием. Неприятие и отвержение, оценивающий-

ся в 2,7 балла, получил и параметр «лицо». Таким образом, испытуемые негативно относятся к телу и лицу, а также к отраженному телу, которое видят в зеркале или при просмотре изображений на видеокамере и фотографиях. Средние арифметические групповые показатели 2,8 балла свидетельствуют о том, что среди испытуемых наиболее значимыми показателями являются социальные элементы внешности, то есть оформление внешнего облика: причёска, внешность, косметика, одежда. Значимость параметра «оформление внешности», по сравнению с другими характеристиками, показывает, что испытуемые бессознательно стремятся заместить на поведенческом уровне реально существующее отношение к телу и лицу. Получены низкие значения отраженного образа физического Я, что демонстрирует зависимость испытуемых от оценок окружающих. Корреляция шкал привязанности и оценок внешнего облика испытуемых показаны в таблице 20.

Таблица 20

Корреляция шкал привязанности к матери и оценок внешнего облика испытуемых испуганно-избегающего типа привязанности к матери

Параметры внешности Шкалы привязанности	Лицо	Тело	Отраженное физическое «Я»
Тревога	-0,9***	-0,7***	-0,8***
Избегание	-0,7***	-0,7***	-1***

Избегание в составе привязанности отрицательно связано с оценками лица ( $r=-0,7$ ), тела ( $r=-0,738$ ) и отраженного физического «Я» ( $r=-0,8$ ); тревога - с оценкой лица ( $r=-0,9$ ), оценкой тела ( $r=-0,737$ ) и оценкой отраженного физического «Я» ( $r = -1$ ).

Средняя граница когнитивного искажения составляет от - 10 до 43 %. Выявленные показатели означают, что испытуемые переоценивают ширину своего тела (max 43%) и уменьшают его (max 10%). Результаты экспертной

оценки когнитивного искажения образа физического «Я» отражены на рисунке 22.

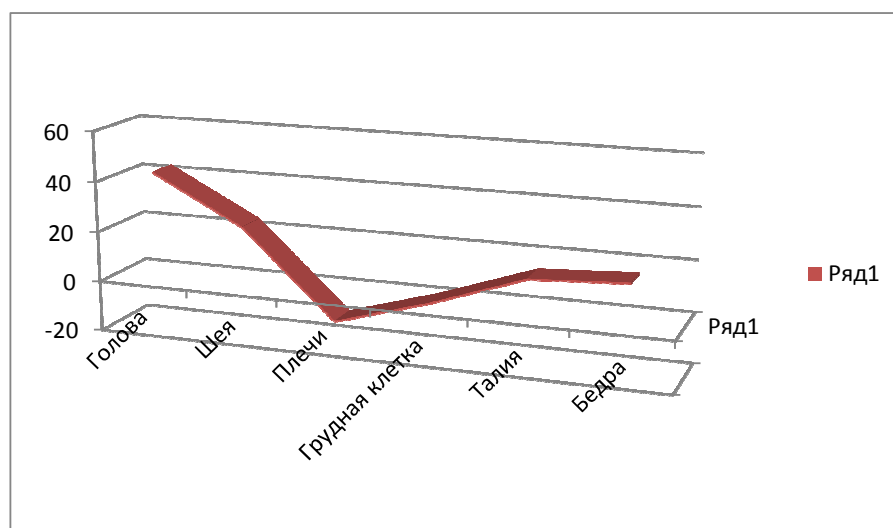


Рис. 22. Искажение компонентов образа физического «Я» в группе с испуганно-избегающим типом привязанности

Все 6 из 6 параметров искажены. Максимальные искажения обнаружены по параметрам «голова» и «шея». Самый низкий процент искажения получен по параметру «плечи» -10%. Средний диапазон на отмеченной границе принадлежат талии и бедрам, 14% и 16 %. Преувеличение головы свидетельствует о подчеркивании рациональности над чувствами, о значимости интеллектуальной сферы. Корреляция шкал привязанности и искажения параметров образа физического «Я» показаны в таблице 21.

Таблица 21

Показатели корреляции шкал привязанности и искажений параметров образа физического «Я» испытуемых испуганно-избегающего типа привязанности к матери

Параметры внешности / Шкалы привязанности	Грудь	Шея	Талия	Бедро
Тревога	-0,8	-0,5	-0,4	-0,8
Избегание	-0,5	-0,002	-1	-0,001

Искажение талии и груди связаны с шкалой привязанности к матери избегание ( $r = -1$ ,  $r = -0,5$ ). Искажения шеи, талии, бедер и груди связаны с шкалой привязанности к матери тревога ( $r = -0,5$ ,  $r = -0,4$ ,  $r = -0,8$ ,  $r = -0,8$ ).

Результаты исследования субъективной и объективной ширины параметров тела в группе с испуганно-избегающим типом привязанности показаны в таблице 22.

Таблица 22

Показатели субъективной и объективной ширины параметров тела испытуемых испуганно-избегающего типа привязанности к матери (в см.)

Параметры	Субъективная ширина	Объективная ширина
Голова	19,2	13,4
Шея	16,2	13
Плечи	43,3	48
Грудная клетка	30,6	31
Талия	39	34
Бедра	39,8	34,2

Из таблицы 22 видно, что максимальное соответствие ширины отраженного тела объективной ширине тела наблюдается по параметру «грудная клетка» (разница 0,4 см). Такое соответствие демонстрирует высокую степень понимания ощущений, и осознания данной части тела в схеме тела. В структуре когнитивного компонента внешности испытуемых наименьшую степень осознанности и понимания имеют параметры «голова» и «шея» (разница 5,8 и 3,2 см). Данные параметры искаженно отражаются испытуемыми. Наличие многочисленных искажений объясняются тем, что матери испуганно-избегающих испытуемых в сенситивный период формирования образа физического «Я» проявляли несдержанность в воспитании, негативные чувства к ребенку, отвержение, жесткое обращение в виде телесных наказаний, были нечувствительны к потребностям ребенка. На основании данной таблицы спроектированы рисунки образа физического «Я», представленные для

сравнения: объективный образ тела сравнивался с субъективным образом восприятия тела.

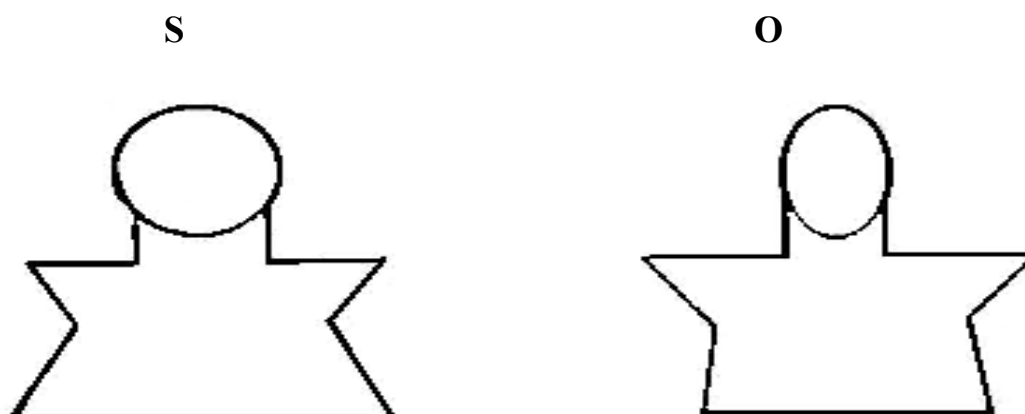


Рис. 23. Субъективный и объективный образ тела испытуемых испуганно-избегающего типа привязанности к матери

Образ тела в выборке испуганно-избегающего типа привязанности отличается от реального тела. Объективное тело по сравнению с субъективным восприятием имеет широкие плечи и значительно суженные бедра, меньшую шею и голову. По данным признакам, субъективный образ имеет феминный тип конституции, тогда как объективный - маскулинный тип конституции. Такое несовпадение в восприятии своего тела говорит о серьезной ошибке восприятия схемы тела, присущей данной категории людей, в неадекватной оценке и восприятии своей внешности в виде искажений. Таким образом, девушки компенсируют на уровне психики объективное маскулинное телосложение феминным.

Обратимся к анализу описания внешности респондентов в структуре когнитивного компонента, результаты которого отражены на рисунке 24.



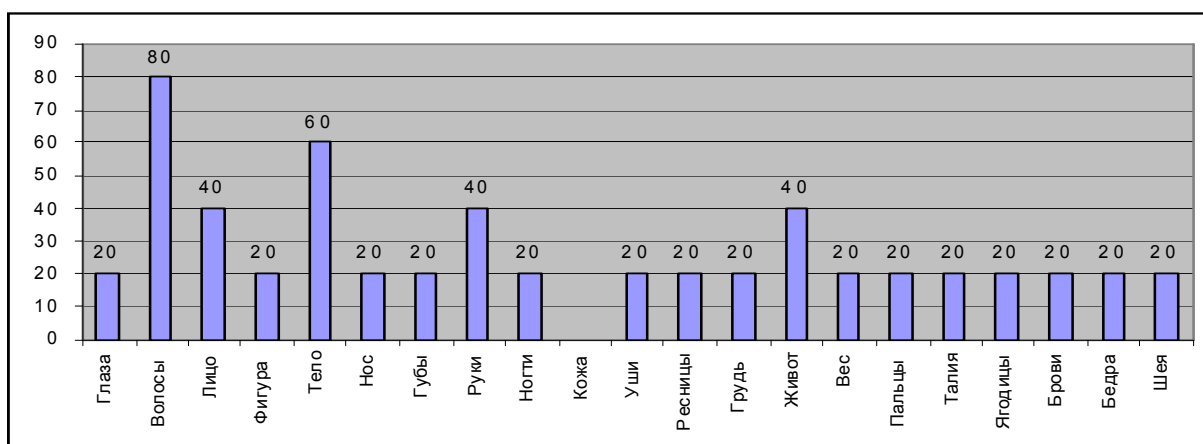


Рис. 24. Концепция внешности испытуемых испуганно-избегающего типа привязанности к матери (в % к общему количеству портретов)

Чаще всего испытуемые в описании внешности указывали как значимые параметры: «волосы» - в 80% случаях, «тело» - в 60 %, «руки» - в 40 %, «лицо» - в 40% и «живот» - в 40%. Значение волос и тела для девушек объясняется социальной значимостью данных параметров для испытуемых. Внимание к животу обусловлено проблемой данного участка тела для женщин, которые либо излишне контролируют данный участок тела, либо обеспокоены им. Подчеркнута важность рук, как орудия приспособления и преобразования окружающей среды. Все остальные признаки минимально упоминаются в словесных автопортретах девушек. Корреляция шкал привязанности и параметров внешности представлены в таблице 23.

Таблица 23

Показатели корреляции шкал привязанности и параметров внешности испытуемых испуганно-избегающего типа привязанности к матери

Параметры внешности / Шкалы привязанности	Живот	Губы	Ресницы	Талия
Тревога	0,88	0,5	0,5	0,6
Избегание	0,1	0,3	0,7	0,6

Параметры «живот», «губы», «ресницы» имеют среднюю и высокую корреляцию со шкалами привязанности к матери тревога и избегание.

Когнитивная сложность образа физического «Я» составила 50%, что указывает на низкий объем представлений о внешности.

Низкий объем концепции тела говорит о том, что испуганно-избегающие испытуемые в своих суждениях и оценках тела склонны зависеть от мнения окружающих людей. Существует момент слияния когнитивного компонента и аффективного, когда малейшее изменение в среде, «поле», и во мнении другого может вызывать негативную оценку своего тела. В свою очередь, содержание образа физического «Я», качества, его составляющие, его формально-структурные характеристики (степень когнитивной дифференцированности, в частности) определяют как частные самооценки, так и глобальное отношение к себе в виде неприятия внешности испуганно-избегающим типом привязанности к матери, в связи с негативной ситуацией развития ребенка. Низкая когнитивная дифференцированность испытуемых с испуганно-избегающим типом привязанности формирует образ физического «Я» слитым с его оценкой. Этот факт делает его «пристрастным», дестабилизированным под влиянием разного рода средовых факторов, что в данном исследовании подтверждается низкими значениями оценок внешности.

Результаты исследования границ образа тела в группах с испуганно-избегающим типом привязанности к матери показаны на рисунке 25.

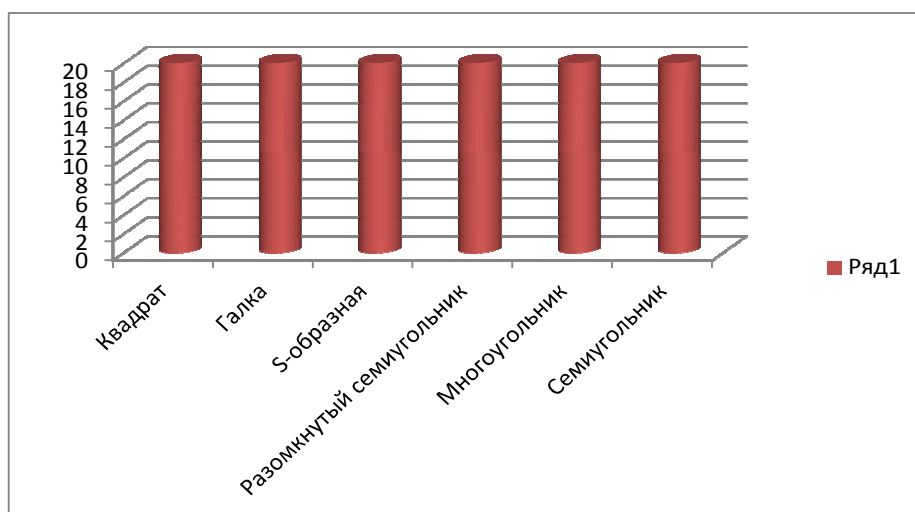


Рис.25. Проекция границ тела с геометрическими фигурами испытуемых с испуганно-избегающим типом привязанности к матери (в % от общего количества искажений)

Ни одним из испытуемых не выделены правильные формы границ тела, замкнутые и симметричные. В основном это раскрытые фигуры (в 60% случаях), с поврежденными границами, сложные фигуры с «плохой» формой, с отсутствием симметрии, и разомкнутые сами по себе. Угловатые фигуры, не симметричные выбирают 40% испытуемых. Таким образом, у большинства испытуемых границы тела высоко проницаемы, повреждены, имеют низкий барьер, а в сознании внешние покровы тела представлены очень смутно и неопределенно. Фигуры с правильными, симметричными, замкнутыми контурами, в которых отсутствуют углы, ассоциируются как отвергающие и пугающие, выбраны в последнюю очередь в порядке ранжирования. Поскольку отношения матери и ребенка в данном типе привязанности основаны на размытых, непонятных и плохо определенных ожиданиях и установках с обеих сторон, то границы данной интериоризированной системы образа физического «Я» нечеткие, плохо определенные, несформированные, неустойчивые, проницаемые.

Таким образом, по данным исследования представляется возможным составить картину образа физического «Я» испытуемых испуганно-

избегающего типа привязанности к матери. Образ физического «Я» испуганно-избегающего типа феминный, реальное тело сформировано по мужской конституции. Вследствие этого данный образ искажен по всем 6 признакам и отражен неадекватно. Голова, шея, бедра получили самый высокий процент искажения. Низкий процент искажения выявлен по параметрам «грудная клетка» и «плечи». Средний диапазон на отмеченной границе принадлежит талии и бедрам. Чаще всего испытуемые в описании внешности указывали как значимые волосы, тело, руки, лицо и живот. Значение волос и тела объясняется социальной значимостью данных параметров. Излишнее внимание к животу обусловлено тревогой по поводу объема данного участка тела. Когнитивная сложность концепции образа физического «Я» имеет низкое значение, что говорит о том, что испытуемые в своих суждениях и оценках тела склонны зависеть от мнения других. Границы образа физического «Я» проницаемы, повреждены, имеют низкий барьер, а в сознании внешние покровы тела представлены очень смутно и неопределенно.

Перейдем к анализу образа физического «Я» испытуемых озабоченного типа эмоциональной привязанности к матери.

Результаты экспертной оценки эмоционального компонента образа физического «Я» в выборке испытуемых озабоченной привязанности к матери отражены на рисунке 26.

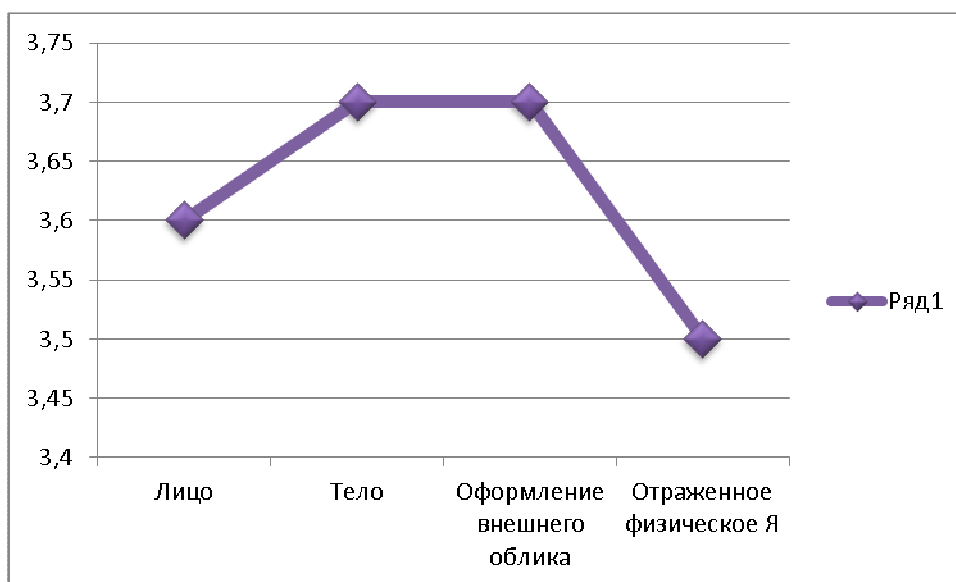


Рис. 26. Удовлетворенность различными параметрами внешности в выборке испытуемых с озабоченным типом привязанности к матери

Границы оценок внешнего облика испытуемых не поднимались выше 3,7 балла. Высоким баллом удовлетворенности, респонденты оценили тело и оформление внешнего облика 3,7 балла. Оценки внешности снижаются по шкалам «лицо» (3,6) и «отраженное физическое «Я» (3,5). Отраженное физическое «Я» имеет низкие значения. Испытуемые менее всего принимают свою внешность при виде ее на фотографии или видеокамере. Корреляция шкал привязанности и оценок внешнего облика отражена в таблице 24.

Таблица 24

Показатели корреляции привязанности к матери и оценок внешнего облика испытуемых озабоченного типа привязанности к матери

Параметры внешности / Шкалы привязанности	Лицо	Тело	Оформление внешнего облика	Отраженное физическое «Я»
Тревога	-0,2	-0,3	-0,1	-0,004
Избегание	-0,5	-0,5	-0,001	-0,5

Оценки тела, лица, отраженного физического «Я» имеют связь с привязанностью к матери по шкале избегание.

Результаты экспертной оценки когнитивного искажения образа физического «Я» показаны на рисунке 27.

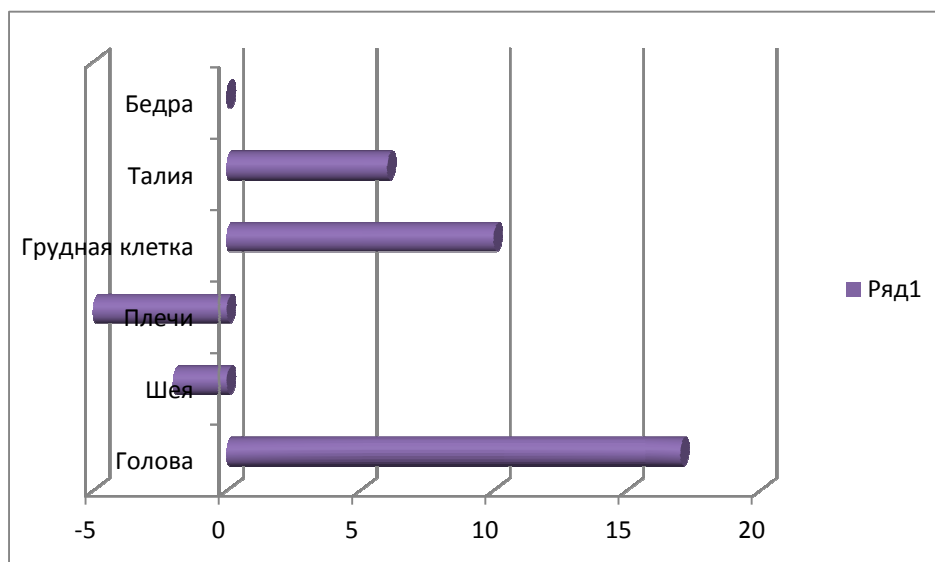


Рис. 27. Показатели искажения компонентов образа физического «Я» испытуемых озабоченного типа привязанности к матери

По данным исследования 5 из 6 компонентов имеют искажения. Границы величины когнитивного искажения образа физического «Я» составили от -5 до 17%. Высокий предел искажения в данных границах имеет голова, ее преувеличение составило +17% и грудная клетка +10%. Минимально искажены «шея» - 2% и «плечи» - 5%. Данные параметры преуменьшены в восприятии испытуемых. Средние значения искажения были получены по параметрам «грудная клетка» (10%) и «талиия» (6 %). Бедро в сознании испытуемых представлены адекватно, без искажения. Искажение талии коррелирует со шкалой привязанности «тревога» ( $r=-0,6$ ) Результаты исследования когнитивного компонента образа физического «Я» показаны в таблице в сантиметрах в таблице 25.

Показатели субъективной и объективной ширины тела испытуемых озабоченного типа привязанности к матери (в см.)

Параметры	Субъективная ширина	Объективная ширина
Голова	19,2	16,4
Шея	12,8	13,1
Плечи	37	39
Грудная клетка	32	29
Талия	31	29
Бедра	38	38

На основании данных таблицы 25 были спроектированы рисунки образа физического «Я» и реального тела для сравнения.

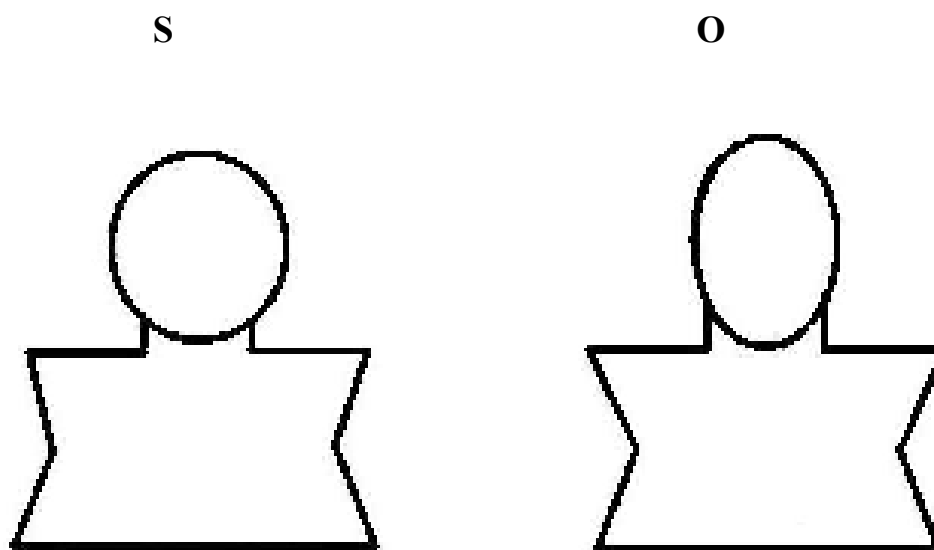


Рис. 28. Субъективный и объективный образ тела

Субъективный образ тела от объективного отличается размером головы. Конституция субъективного и объективного тела феминная. Феминный образ физического «Я» соответствует физическому телосложению испытуе-

мых и полу. Изучение значимости параметров восприятия испытуемыми внешности отмечены на рисунке 29.

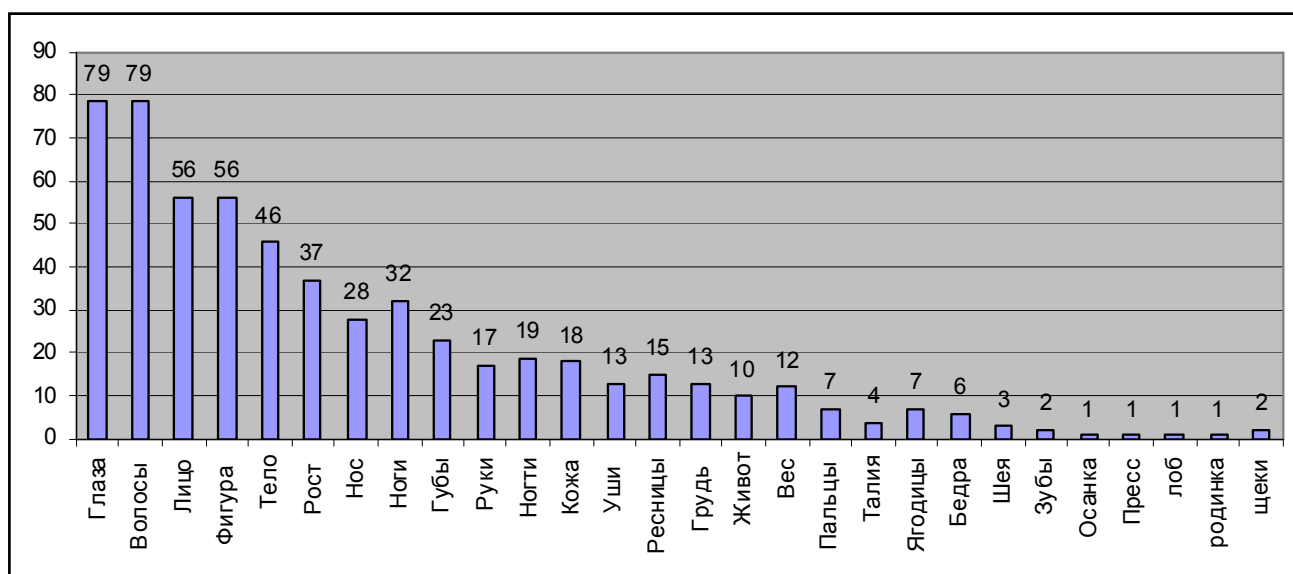


Рис. 29. Показатели значимости параметров внешности в группе испытуемых с озабоченным типом привязанности к матери (в % к общему количеству портретов)

В концепции тела испытуемых озабоченного типа привязанности значимыми являются волосы, глаза, лицо, фигура, тело, рост и ноги. Все остальные признаки менее выражены по значению. Корреляция шкал привязанности и параметров внешнего облика показана в таблице 26.

Таблица 26

Корреляция шкал привязанности и параметров внешнего облика испытуемых озабоченного типа привязанности к матери

Параметры внешности / Шкалы привязанности	Глаза	Рост	Руки	Кожа
Тревога	0,78	0,54	0,78	0,56
Избегание	0,66	0,1	0,01	0,44



Обнаружена положительная связь шкал привязанности и таких параметров физического облика, как глаза, рост, руки, кожа.

Когнитивная сложность образа физического «Я» составила 70%, что соответствует высокому значению когнитивной дифференцированности образа физического «Я». Это предполагает, что образ тела дифференцирован и интегрирован. Результаты исследования границ образа тела показаны на рисунке 30.

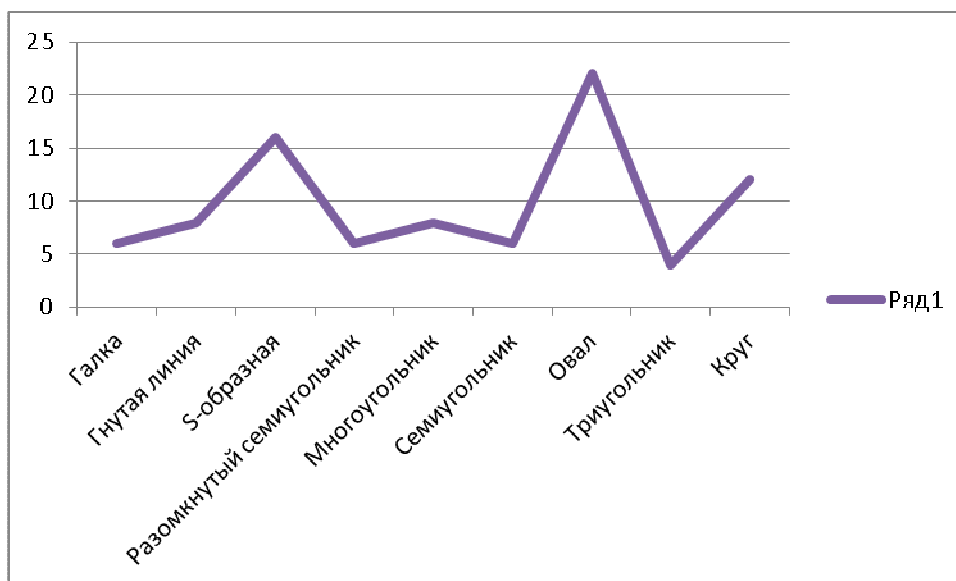


Рис.30. Проекция границ тела с геометрическими фигурами испытуемых озабоченного типа привязанности к матери (в %)

Правильную форму, замкнутую, с отсутствием углов выбирают 34% испытуемых; хорошо знакомые, правильные, симметричные, замкнутые, с наличием углов - 8% испытуемых; 10% испытуемых ассоциируют свое тело с простой формой с отсутствием симметрии и наличием углов. Сложные фигуры, с отсутствием симметрии и наличием углов, выбирают 30% испытуемых. С фигурами, у которых отсутствует устойчивая четкая форма, границы, углы, разомкнутые, ассоциируют себя 16% испытуемых. Таким образом, видно, что физический образ одних испытуемых группы имеет четкие границы, высокий барьер и низкую проницаемость, целостность, правильную сим-

метричную форму; других - несимметричную границу, с множественными углами, низким барьером и высокой проницаемостью.

Таким образом, образ физического Я испытуемых озабоченного типа привязанности имеет феминный тип, что соотносится с объективными характеристиками телосложения. Данный образ искажен по 5 из 6 признаков, что указывает на неадекватное отражение тела. Голова и грудная клетка получили самый высокий процент искажения. Самый низкий процент искажения получен по параметру «шея». Чаще всего испытуемые в своем самоописании указывали как значимые глаза, волосы, фигуру, рост. Когнитивная сложность имеет значение выше среднего, что говорит о том, что испытуемые в своих суждениях и оценках тела склонны в большей степени ориентироваться на собственное мнение. Образ тела части испытуемых имеет четкие, целостные, правильные, симметричные границы с высоким барьером и низкой проницаемостью. Другая часть испытуемых имеет несимметричные с множественными углами, открытые, с низким барьером и высокой проницаемостью границы. По данным исследования получены неоднозначные результаты, что объясняется типом привязанности к матери. Поскольку в озабоченном типе привязанности лежат амбивалентные чувства, исходящие от матери, то в данном случае ребенок время от времени получает положительные эмоции и отрицательные, что и повлияло на качество развития образа физического «Я» в сенситивный период.

Таким образом, по данным исследования представляется возможным составить картину образа физического Я испытуемых с разными типами привязанности к матери.

1. У лиц с надежным типом привязанности обнаружены положительные оценки внешности и тела. Это связано с тем, что матери надежно привязанных детей на этапе формирования образа физического «Я» положительно относились к инициативе и автономности ребенка, поощряли его самостоятельность и активность, адекватно удовлетворяли его потребности, были сен-

ситивны и чувствительны в воспитании. Поэтому, понижение значений тревоги и избегания приводят к повышению положительной оценки своего физического «Я» и повышению балла удовлетворенностью внешностью. В восприятии своего тела у данного типа привязанности отмечены минимальные искажения, 3 из 6, незначительные искажения (4%) в области бедер и талии. Объективный образ физического «Я» соответствует реальному типу конституции тела - феминному. Испытуемые с надежным типом привязанности чаще указывают в описании себя социальные элементы внешности: глаза, волосы, лицо. В социальной среде эти качества являются значимыми и служат целью установления контакта с окружающими людьми. Также заметно преобладание доли описания анализаторов в выборке от общей суммы остальных признаков, позволяющих адекватно ориентироваться в окружающей среде и отражать свое тело без искажения: зрительного, аудиального и тактильного анализаторов. Когнитивная дифференцированность образа физического «Я» соответствует 78%, что является показателем широкого набора представлений о себе. Чем больше качеств человек вычленяет и относит к своему «Я», тем выше уровень его самосознания. Высокая когнитивная дифференцированность надежно привязанных испытуемых отражает независимость субъекта от оценок других людей, «от поля», а также независимость его от аффективного компонента. Адекватное отношение матери к ребенку, учет его потребностей, позитивная установка, установление понятых границ в отношении ребенка стимулирует рефлексивное и самопознание, автономию, ведущей к расширению и выпуклости образа физического «Я», богатом представлении о своем теле. Границы тела надежного типа характеризуются сформированностью, защищенностью, отчетливостью, автономностью, что на психологическом уровне будет проявляться в высокой автономности, коммуникабельности, защищенности и безопасности.

2. Испытуемые с дистанцированным типом эмоциональной привязанности к матери имеют неудовлетворительное отношение к внешности, телу и

лицу. 5 из 6 параметров в сознании испытуемых искажены, максимальное искажение имеет грудная клетка и голова. Обращает на себя внимание искаженный образ физического Я в сознании испытуемых, когда тело имеет андрогинный тип конституции, а отраженный образ – феминный. Представленное несоответствие образа физического Я и телосложения имеет место в силу подверженности жесткому обращению со стороны матери или гиперопеке в детском и подростковом возрасте, когда инициативность и чувство автономности ребенка подавлялось, потребности игнорировались, совместно разделенные эмоции были негативными, соматосенсорная стимуляция недостаточна или избыточна, что привело к отмеченным искажениям образа физического «Я».

Полученные данные объясняются наличием испуганно-избегающего типа привязанности матери и ребенка, полученного в сенситивные периоды жизни. Поскольку отношения матери и ребенка в данном типе привязанности основаны на размытых, непонятных и плохо определенных ожиданиях и установках с обеих сторон, то границы данной интериоризированной системы нечеткие, плохо определенные, несформированные, неустойчивые, проницаемые.

3. Образ физического «Я» испуганно-избегающего типа имеет феминный тип восприятия, тогда как реальное тело маскулинное. Вследствие этого данный образ искажен по всем 6 изучаемым признакам и отражен неадекватно. Голова, шея, бедра получили самый высокий процент искажения. Самый низкий процент искажения получен по параметрам «грудная клетка», «плечи». Средний диапазон на отмеченной границе принадлежит талии и бедрам. Чаще всего испытуемые в концепции своего тела указывали, как значимые, волосы и тело, далее следовали руки, лицо и живот. Излишнее внимание к животу обусловлено проблемой данного участка тела для женщин данного типа. Когнитивная дифференцированность, или концепция тела, имеет низкие значения, что говорит о том, что испытуемые в своих суждениях и оцен-

ках тела склонны зависеть от мнения окружающих и матери. Границы такого образа физического «Я» проницаемы, повреждены, имеют низкий барьер, а в сознании внешние покровы тела представлены смутно и неопределенно.

4. Лица с озабоченным типом привязанности удовлетворительно относятся к внешнему облику и телу, их тип субъективного восприятия феминный соответствует телосложению. Когнитивная дифференцированность имеет значение выше среднего. Часть группы имеет четкие, целостные, правильные, симметричные границы с высоким барьером и низкой проницаемостью. Другая часть испытуемых имеет несимметричные с множественными углами, открытые, с низким барьером и высокой проницаемостью границы образа тела.

#### **3.4. Симптомокомплексы образа физического «Я» у лиц с надежным, озабоченным, дистанцированным и испуганно-избегающим типами эмоциональной привязанности к матери**

Данный этап исследования решает задачу выявления симптомокомплексов, характеризующих образ физического «Я» лиц с разными типами привязанности к матери, методом факторного анализа. Факторы есть симптомокомплексы, представляющие системные образования с большими весами и нагрузками, и описывающие, в нашем случае, качества образа физического «Я». Данным образованиям, полученным путем факторного анализа, в итоге присваиваются обобщенные названия, которые отражают явные характеристики образа физического «Я» испытуемых с разными типами привязанности к матери.

Исходя из гипотезы исследования о том, что тип привязанности испытуемых к матери определяет качества образа тела, был осуществлен выбор исходных данных, учитывающих численное соотношение параметров и признаков образа физического «Я».

В данном исследовании для факторизации использовались параметры 3 методик: «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика» (В.А. Лабунская), «Изучение искажений образа физического «Я» (Е.Т. Соколова), методика В.Н. Куницыной самоописания внешности «Словесный автопортрет».

Общее количество показателей по данным методикам составило 55; количество выборки - 230 человек. В данном исследовании факторизация была проведена в четырех отдельных группах по типам привязанности к матери. Таким образом, факторный анализ составил 4 последовательных этапа: факторный анализ 1, факторный анализ 2, факторный анализ 3, факторный анализ 4.

Перейдем к процедуре анализа выделенных факторов в разных группах привязанности к матери.

Факторный анализ 1. Анализ полученных параметров испытуемых с надежной привязанностью к матери позволяет выделить первый фактор «Социально-коммуникативный» (таблица 27), отражающий 74 % дисперсии.

Таблица 27

Фактор 1 «Социально-коммуникативный»

Факторные переменные	Факторные нагрузки
Оформление внешнего облика	0,893
Губы	0,801
Волосы	0,773
Ногти	0,632
Руки	0,551

Данный фактор образовали параметры: оформление внешнего облика (0,893), губы (0,801), волосы (0,773), ногти (0,632), руки (0,551). Данный фактор несет коммуникативную и социальную функции в жизни испытуемых с надежным типом привязанности к матери. В социальной среде данные параметры внешности являются значимыми и социально функциональными, ну-

ждающимися в постоянном оформлении и заботе. Кроме социальной роли параметры, входящие в данный фактор, выполняют также коммуникативную функцию. Руки, оформление внешнего облика, волосы, губы, ногти имеют первостепенное значение в невербальном общении.

Второй фактор получил название «Анализаторы»

Таблица 28

Фактор 2 «Анализаторы»

<b>Факторные переменные</b>	<b>Факторные нагрузки</b>
<b>Уши</b>	0,777
<b>Глаза</b>	0,732
<b>Пальцы</b>	0,771
<b>Нос</b>	0,611
<b>Кожа</b>	0,552

Фактор 2 надежного типа привязанности к матери объединил в себя параметры: уши (0,777), глаза (0,732), пальцы (0,771), нос (0,611), кожа (0,552). Данный фактор включает в себя зрительный, аудиальный, обонятельный, тактильный анализаторы. Эти параметры, входящие в фактор, позволяют испытуемым адекватно ориентироваться в окружающей среде и отражать свое тело без искажения. Значимость глаз объясняется важностью зрительного контакта для надежно привязанных испытуемых. Данный тип привязанности отличается принятием со стороны матери, что подразумевает зрительный контакт с ней. Эта система интериоризировалась, и во взрослости зрительный контакт для этих испытуемых является основой гармоничных отношений. Таким образом, испытуемые с надежным типом привязанности, главным образом, сосредоточены на частях тела, которые имеют функциональное значение в социальной среде, позволяющие успешно ориентироваться в окружающем мире.

Факторный анализ 2. В выборке с дистанцированным типом привязанности к матери после Варимакс-вращения выделились 2 фактора с 72% дисперсией.

Фактор 1 «Челюстно-лицевой»

Факторные переменные	Факторные нагрузки
Рот	0,921
Подбородок	0,854
Зубы	0,877
Скулы	0,734
Лицо	0,646

Первый фактор объединил в себе параметры: рот (0,921), подбородок (0,854), зубы(0,877), скулы (0,734), лицо (0,646). С учетом полученных переменных данный фактор был назван «Челюстно-лицевой».

Второй фактор получил название «Костно-мышечный»

Фактор 2. «Костно-мышечный».

Факторные переменные	Факторные нагрузки
Таз	0,832
Бицепс	0,870
Пресс	0,763
Грудная клетка	0,734
Ягодицы	0,620

Второй фактор объединяет 5 показателей: бицепс(0,832), пресс (0,870), таз (0,763), грудная клетка (0,734), ягодицы (0,620).

Таким образом, испытуемые с дистанцированным типом привязанности к матери особое значение придают «Челюстно-лицевому» и «Костно-мышечному» факторам. Выделенные факторы эволюционно принадлежат функционально защитным элементам тела. Зубы, рот, скулы, кроме пищеварительной функции, эволюционно выполняют и оборонительную. Пресс, ягодицы, бицепс, грудная клетка, пресс оберегают тело от механических повреждений. Данному типу привязанности приходится учитывать социальную ситуацию развития, где мир - это



небезопасность и развивать качества, отвечающие за оборону. Сформированная модель «мать-ребенок» дает ему представление о мире как небезопасном. В самом названии типа «дистанцированный» включена информация о том, что мать обращалась с ребенком настолько несдержанно и агрессивно, что ребенку приходилось избегать и защищаться от родителя.

Факторный анализ 3. В выборке испытуемых с испуганно-избегающим типом привязанности к матери после Варимакс-вращения выделился один фактор, объясняющий 67,38% дисперсии.

Таблица 31

Фактор 1. «Объемы фигуры»

<b>Факторные переменные</b>	<b>Факторные нагрузки</b>
<b>Вес тела</b>	0,831
<b>Живот</b>	0,811
<b>Грудь</b>	0,700
<b>Отраженное физическое «Я»</b>	0,767
<b>Бедра</b>	0,623
<b>Талия</b>	0,679

Данный фактор, получивший название «Объемы фигуры», включает в себя 6 показателей: вес (0,831), живот (0,811), грудь (0,700), отраженное физическое «Я» (0,767), бедра (0,623), талия (0,679). Высокое значение в описании внешности испуганно-избегающих испытуемых придается объемам фигуры, это свидетельствует о том, что у испытуемых присутствуют переживания, связанные с весом и объемами тела. Внимание к животу, бедрам, талии, груди, весу обусловлено проблемой данных участков тела для женщин, которые либо излишне контролируют данные участки тела, либо обеспокоены ими.

Факторный анализ 4. В выборке с озабоченным типом привязанности к матери после Варимакс-вращения выделился 1 фактор, объясняющий 69% дисперсии.

Фактор 1. «Опорно-двигательный аппарат»

Факторные переменные	Факторные нагрузки
Ноги	0,777
Рост	0,732
Голова	0,632
Плечи	0,606

Фактор 1 объединил в себя 4 элемента: ноги (0,777), рост (0,732), голова (0,632), плечи (0,606). Данный фактор отражает конституцию тела с точки зрения опорно-двигательного аппарата, который относится к скелету человека. Элементы данного фактора принадлежат к опорно-двигательному аппарату. Подчеркивается значимость ног, которые осуществляют опору. Данное восприятие тела сформировано в условиях социальной ситуации развития амбивалентного типа привязанности, когда мать проявляла то ярость, то любовь, и ребенок не знал, как себя вести, что сформировало в нем значимость в жизни опоры.

Таким образом, в подсистему с надежным типом привязанности к матери – факторный анализ 1 – входят следующие факторы образа физического «Я»: «Социально-коммуникативный», «Анализаторы». Заметно преобладание функциональных признаков в описании внешности, позволяющих ориентироваться в социальной среде. По итогам факторного анализа 2 подсистема дистанцированного типа привязанности к матери включает «Челюстно-лицевой», «Костно-мышечный» факторы образа физического «Я», выполняющие защитную роль. Подсистема испуганно-избегающего типа привязанности к матери (факторный анализ 3) включает в себя фактор «Объемы фигуры». Данный фактор отражает беспокойство испытуемых, связанное с объемом тела и весом. Факторный анализ 4 в подсистеме озабоченного типа

привязанности к матери включает в себя фактор «Опорно-двигательный аппарат», выполняющий функцию опоры и движения.

## Заключение

Исследование образа физического «я» является перспективным направлением области общей психологии, так как его результаты могут оказать существенную практическую пользу в психологическом консультировании, психотерапии и медицине. Первостепенное значение для обнаружения причин, приводящих к негативным и позитивным симптомам образа физического «я», имеет исследование фактора привязанности ребенка к матери как начального этапа, обеспечивающего формирование базового представления субъекта о себе и собственном теле. Сформированный образ физического «я» является неотъемлемым показателем нормального развития личности.

Теоретически обосновано, что образ физического «я» есть одна из базовых частей самосознания, состоящая из различных структурных компонентов. По форме процесс становления и развития образа физического «я» аналогичен развитию любого другого психического процесса или психического явления. Следовательно, правомерно рассматривать образ физического «я» как внутреннюю, специфическую, интериоризированную деятельность перехода извне внутрь системы связей социальных объектов. Сам переход представляется как интериоризация взаимоотношений индивида с персонажами ближайшего окружения путем знаково-символического опосредования.

Важным фактором формирования самооценки тела являются усвоенные оценки значимых других людей. Характер привязанности ребенка к матери задает особую социальную ситуацию развития личности, являясь феноменом стабильным на всем протяжении жизни, в целом формирует базовое отношение человека к себе и, в частности к телу.

На основании обзора литературы по изучаемой теме нами было теоретически и эмпирически синтезировано содержание понятия образа физического «я», которое включает себя: представления о своем теле, его особенностях; представления об индивидуальных границах собственного тела; от-

ношение к собственной внешности; представление об отдельных частях тела, представленных в сознании; отношении к собственному телу.

Анализ литературы по вопросу привязанности ребенка и матери позволил дать определение привязанности и описать ее содержание. Привязанность представляет собой не только комплекс внешне наблюдаемых и поведенческих реакций ребенка, но и сложную систему внутренней регуляции. Структурными компонентами такой системы являются: когнитивные образования, эмоциональные реакции, собственно поведенческие реакции. В своей первооснове данная регуляторная система ориентирована на поиск ребенком защитной близости, контакта с матерью. У детей система привязанности резко активизируется в ситуациях опасности, тревоги или любого дискомфорта.

Таким образом, становление образа физического «Я» рассматривается как результат усвоения, интериорзации человеком определенных параметров отношения к нему матери, которое отражается в понятии привязанности: неприязнь, отдаленность, неуважение переходят в дефект отношения к себе, вплоть до неприязни к своим чертам, физическому облику.

Теоретический анализ литературы по изучаемой теме обнаружил необходимость исследовать привязанность ребенка к матери как фактора формирования образа физического «Я».

В ходе эмпирического исследования были получены результаты, позволяющие сделать следующие выводы:

Особенности образа физического «Я» взрослого человека обусловлены типом его привязанности к матери. По степени гармоничности образа физического «Я» типы привязанности могут быть ранжированы следующим образом:

1. Надежный тип привязанности;
2. Озабоченный;
3. Дистанцированный;
4. Испуганно-избегающий.

Для лиц с надежным типом привязанности характерны положительные оценки внешности и тела, минимальные искажения и высокая степень когнитивной дифференцированности образа физического «Я», соответствие образа физического «Я» реальному типу конституции. В описании тела чаще фиксируют социальные элементы внешности, позволяющие успешно ориентироваться в окружающей среде. Границы образа тела характеризуются сформированностью, защищенностью, отчетливостью и автономностью.

Лица с озабоченным типом привязанности удовлетворительно относятся к внешнему облику. Тип субъективного восприятия тела соответствует телосложению. Уровень когнитивной дифференцированности выше среднего. Границы образа тела неоднородны: характеризуются как высоким, так и низким уровнем сформированности, защищенности, отчетливости и автономности. В описании тела чаще фиксируют элементы внешности, ответственные за опору и движение.

Лица с дистанцированным типом эмоциональной привязанности к матери имеют отрицательное отношение к собственной внешности, искаженный образ физического «Я», средний уровень когнитивной дифференцированности, несоответствие образа физического «Я» реальному типу конституции, нечеткие, плохо определенные, несформированные, неустойчивые, проницаемые границы образа тела. В описании тела чаще фиксируют функциональные элементы, имеющие защитные функции.

Образ физического «Я» девушек испуганно-избегающего типа эмоциональной привязанности к матери искажен и не соответствует реальному типу конституции. Когнитивная дифференцированность имеет низкие значения. В оценке внешности преобладает отвержение. Границы образа физического «Я» проницаемы, повреждены, имеют низкий барьер и высокую проницаемость. Значимым является объем фигуры.

Существует закономерная связь между образом физического «Я» девушек и их привязанностью к матери: снижение надежности привязанности к мате-

ри снижает положительную оценку внешности, степень когнитивной дифференцированности, нарушает границы образа физического «Я». Повышение надежности привязанности повышает удовлетворенность внешностью, степень когнитивной дифференцированности, понижает искажение образа физического «Я» и проницаемость границ образа тела.

Таким образом, данное исследование подтвердило предположение о том, что содержания образа физического «Я» девушек обусловлено типами их эмоциональной привязанности к матери.

## Литература

1. Авдеева, Н.Н. Привязанность ребенка к матери и образ себя в раннем детстве / Н.Н. Авдеева // Вопросы психологии. - 1997. - № 4. - С. 3-20.
2. Авдеева, Н.Н. Зависимость типа привязанности ребенка к взрослому от особенностей их взаимодействия/ Н.Н. Авдеева // Психологический журнал.- 1999. - №1. - С. 39-50.
3. Авдеева, Н.Н. Особенности материнского отношения и привязанность ребенка к матери / Н.Н. Авдеева // Психологическая наука и образование.- 2006. - №2. - С. 84-61.
4. Авдеева, Н.Н. Особенности привязанности ребенка к матери, стиль детско-родительских отношений и адаптация ребенка к ДОУ / Н. Н. Авдеева // Психологическая наука и образование.- 2010. - №3.- С. 61-70.
5. Авдеева, Н.Н. Мозг и поведение младенца / Н.Н. Авдеева, С.Ю. Мещерякова.- М.: Институт психологии РАН.- 1993. – 160 с.
6. Агеичева, О.И. Влияние голосовых характеристик человека на оценку его обаятельности / О.И. Агеичева // Психология телесности: между душой и телом / Ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви.- М.: АСТ МОСКВА, 2007. - С. 310-320.
7. Агапов, В.С. Сущностная характеристика «Я» - концепции / В.С. Агапов. - М.: МОСУ, МГСА, РПО, 2001. - 40 с.
8. Айзенк, М. Психология для начинающих: Учебное пособие / М. Айзенк. – СПб.: Питер, 2004. – 384 с.
9. Акопов, Г.В. Проблема сознания в психологии. Отечественная платформа /Г.В. Акопов. - Самара: Изд-во СНЦ РАН-Сам ИКП, 2002. - 206 с.
10. Ананьев, Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев.– СПб: Питер, 2002. - 339 с.
11. Антонова, Н.В. Самоопределение как механизм развития идентичности / Н.В. Антонова, В.В. Белоусова // Вестник МГГУ. Педагогика и психология. – 2011. – № 2. – С. 79<sup>144</sup>- 110.



12. Араканцева, Т.А. Полоролевые представления современных подростков как действенный фактор их самооценки / Т.А. Араканцева, Е.А. Дубовская // Мир психологии. - 1999. - №3. - С. 147-155.
13. Арестова, О.Н. Проективный вариант техники репертуарных решеток в исследовании структуры «Я» / О.Н. Арестова, Е.С. Шильштейн // Вестник Московского Университета, Серия 14. Психология. - 1998. - № 1. - С. 8-18.
14. Арина, Г.А. Психология телесности: методологические принципы и этапы клинико-психологического анализа / Г.А. Арина // Вестник Московского Университета, Серия 14. Психология. - 1999. - № 2. - С. 9-28.
15. Артемьева, Е.Ю. Психология субъективной семантики /Е.Ю. Артемьева. - М.: Изд-во МГУ, 1980. - 128 с.
16. Арчакова, Т.О. Теория привязанности. Полвека развития. Полвека критики / Т.О. Арчакова. Режим доступа: [http:// PsyJournals.Ru](http://PsyJournals.Ru)
17. Бахтин, М.М. Эстетика словесного творчества / М.М. Бахтин. - М.: Искусство, 1979. – 341 с.
18. Белугина, Е.В. Отношение к своему внешнему облику в период середины жизни: Дис. ... канд. психол. наук /Е.В. Белугина. - Ростов-на-Дону, 2003. – 199 с.
19. Бёрнс Р.Б. Развитие «Я» - концепции и воспитание / Р. Бёрнс. - М.: Прогресс, 1986. - 320 с.
20. Бёрнс, Р.Б. Что такое «Я» - концепция / Р.Б. Бёрнс. // Психология самосознания: Хрестоматия. / Под ред. Д.Я. Райгородского. - Самара: БАХРАХ, 2000. - 392 с.
21. Бернштейн, Н.А. Биомеханика и физиология движений: Избранные психологические труды / Н. А. Бернштейн. - М.: Изд-во МПСИ, 2008. – 496 с.
22. Бернштейн, Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн. - М.: Высшая школа, 1966. – 392 с.

23. Бехтерев, В.М. Будущее психиатрии. Введение в патологическую рефлексологию / В.М. Бехтерев. - М.: Наука, 1998.- 392 с.
24. Бехтерев, В.М. Объективная психология / В.М. Бехтерев. - М.: Наука, 1991. - 480 с.
25. Би, Х. Развитие ребенка / Х. Би // 9-е изд. - СПб.: Питер, 2004. - 768 с.
26. Битянова, М.Р. Социальная психология / М.Р. Битянова.- М.: Международная педагогическая академия, 1994. - 368 с.
27. Бодалев, А.А. Психология общения / А.А. Бодалев. - М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 230 с.
28. Бодалев, А.А. Личность и общение / А.А. Бодалев. - М.: Международная педагогическая академия, 1983. – 256 с.
29. Бодалев, А.А. Психология о личности / А.А. Бодалев. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. - 188 с.
30. Бодалев, А.А. Восприятие и понимание человека человеком /А.А. Бодалев. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. – 201 с.
31. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. - М.: Мысль, 1968.- 398 с.
32. Боулби, Д. Привязанность. / Д.Боулби // пер. с англ. – М.: Гардарики, 2003. – 480 с.
33. Боулби, Д. Создание и разрушение эмоциональных связей: Учебное пособие / Д. Боулби. - М.: Акад. Проект, 2006. – 240 с.
34. Быховская, И.М. Аксиология телесности и здоровье: сопряженность в культурологическом измерении / И.М. Быховская // Психология телесности: между душой и телом / Ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви.- М.: АСТ МОСКВА,2007.-С.53-62.
35. Васина, А.Н. Психологические особенности телесного опыта женщин с маститами в послеродовом периоде/ А.Н. Васина, В.В. Николаева // Психологические исследования: Электрон. научн. Журнал.- 2011. - № 5 (19). – Режим доступа: [http:// PsyJournals.Ru](http://PsyJournals.Ru)

36. Визгина, А.В. Проявление личностных особенностей в самоописаниях мужчин и женщин / А.В. Визгина, С.Р. Пантелеев // Вопросы психологии. - 2001. - № 3 - С. 91-120.
37. Вильева, С.И. Историческое развитие понятия «человеческая телесность» /С.И. Вильева // Аналитика культурологи. – 2014. - № 1 (28). Режим доступа: <http://www.analiculturolog.ru>
38. Винникот, Д. Семья и развитие личности. Мать и дитя. / Д. Винникот. - Екатеринбург: ЛИТУР, 2004. – 172 с.
39. Выготский, Л.С. Из записных книжек /Л.С. Выготский // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. - 1982. - №1. - С.60-82.
40. Выготский, Л.С. Проблемы общей психологии / Л.С. Выготский // Собрание сочинений в 6 тт. - Т.2. - М.: Педагогика, 1982. - 368 с.
41. Выготский, Л.С. Вопросы детской (возрастной) психологии / Л.С. Выготский // Собрание сочинений в 6 тт. - Т.4. — М.: Педагогика, 1983. – 224 с.
42. Выготский, Л. С. О психологических системах. // Выготский Л. С. Собр. соч. В 6-ти т. Т.1. – М.: Педагогика, 1982. – 487 с.
43. Выготский, Л.С. Вопросы детской психологии /Л.С. Выготский // Психология. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 58 с.
44. Выготский, Л.С. Психология развития как феномен культуры /Л.С. Выготский / Под ред. М.Г. Ярошевского. - М.: Издательство "Институт психологии"; Воронеж: НПО "МОДЭК", 2010. - 512 с.
45. Газарова, Е.Э. Психология телесности / Е.Э. Газарова. - М.: Институт Общегуманитарных исследований, 2002. - 192 с.
46. Газарова, Е.Э. Тело и телесность: психологический анализ / Е.Э. Газарова // Психология телесности: между душой и телом / Ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви. - М.: АСТ МОСКВА, 2007. - С. 558- 574.
47. Гордеева Н.Д., Чередование видов чувствительности как основа построения живого движения и сенсомоторного действия/ Н.Д. Гордеева// Психология<sup>147</sup>телесности: между душой и телом /

- Ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви.- М.: АСТ МОСКВА, 2007. - С. 193-211.
48. Гроф, С. Путешествие в поисках себя: Измерения сознания. Новые перспективы в психотерапии и исследовании внутреннего мира / С. Гроф. - М.: Изд-во Института психотерапии, 2001. - 327 с.
49. Грошев, И. В. Психофизиологические различия мужчин и женщин / И. В. Грошев. — М.: Изд-во Моск. психол.-социального ин-та; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2005. — 464 с.
50. Грошев, И.В. Гендерные образы рекламы / И.В. Грошев // Вопросы психологии. – 2000. - №6. – С. 5 – 15.
51. Гусева, А.Г. Особенности восприятия своей внешности студентами // Вопросы психологии познания людьми друг друга и самосознание. - Краснодар: КГУ, 1977. - С. 52 - 66.
52. Дьяков, Д.Г. Развитие самоидентификации как высшей психической функции у подростков в норме и с дефицитарным развитием / Д.Г.Дьяков // Психология и педагогика сегодня: монография. Книга 2 / под общ. ред. М.Ю.Бурыкиной. – Ставрополь: Логос, 2013. -140 с.
53. Джанерьян, С.Т. Профессиональная «Я»-концепция: системный анализ / С.Т. Джанерьян. - Ростов н/Д.: Изд-во Ростов. ун-та, 2004. - 480 с.
54. Джемс, У. Личность / У. Джемс // Психология самосознания. Хрестоматия / Под ред. Д.Я. Райгородского. - Самара: Бахрах - М, 2000. - 672 с.
55. Дорожевец, А.Н. Искажение образа физического «Я» у больных ожирением и нервной анорексией /А.Н. Дорожевец: Автореф. ... канд. дисс. - М., 1986. – 20 с.
56. Дорожевец, А.Н., Соколова Е.Т. Исследование образа физического «Я»: некоторые результаты и размышления / А.Н. Дорожевец, Е.Т. Соколова // Телесность человека: междисциплинарные исследования. - М.: Инфан, 1991. – 105 с.

57. Захарова А.В. Генезис самооценки / А.В. Захарова: Автореф. дис. ... докт. психол. наук. - М., 1989. - 21 с.
58. Зинченко, В.П. Психология телесности между душой и телом / Сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви.- М.: АСТ, 2005. - 222 с.
59. Искольдский, Н.В. Исследование привязанности ребенка к матери / Н.В. Искольдский // Вопросы психологии. - 1985. - №6. – С.40 - 50.
60. Кисляковская, В.В. К пониманию телесности и самоидентификации как разных уровней переживания в концепции С.Л. Рубинштейна/В.В. Кисляковская //«Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки»: Материалы X студ. междунар. заочн. науч.-практ. конф. (16 апреля 2013 г.) – Новосибирск : Изд. «СибАК», 2013. - С. 129-136.
61. Коваленко, Н.В. Телесный и эмоциональный опыт ребенка с бронхиальной астмой / Н.В. Коваленко: Дисс. ... канд. психол. наук. - М., 1996.-176 с.
62. Козлова, И.Н. Личность как система конструктов: Некоторые вопросы психологической теории Дж. Келли /И.Н. Козлова//Системные исследования. - М.: Ежегодник, 1976. -43 с.
63. Колоскова, М.В. Онтогенез телесности и развитие общения: на пути к разделению «Я»-не-«Я» /М.В. Колоскова // Телесность человека: междисциплинарные исследования. - М.: «Педагогика-Пресс»,1993.- 178 с.
64. Кон, И.С. Открытие «Я» / И.С. Кон. - М.: Политиздат, 1978. – 368 с.
65. Кон, И.С. В поисках себя: личность и ее самосознание /И.С. Кон. - М.: Политиздат, 1984. - 151 с.
66. Кон, И.С. Проблема «Я» в психологии /И.С. Кон // Психология самосознания. Хрестоматия / Под ред. Д.Я. Райгородского. - Самара: Бахрах, 2000. – 96 с.
67. Коркина, М. В. Дисморфофобия / М.В. Коркина // БМЭ. - М., 1977. - Т. 7. – 1027 с.
68. Крэйн, У. Психология развития человека: 25 главных теорий / У. Крэйн. – СПб.: Всадник, 2007. – 249с.
69. Криттеден, П. Трансформация<sup>149</sup>отношений привязанности в юности /

- П. Криттеден // Журн. практ. психологии и психоанализа. - 2002. - №1. - С. 23 – 35.
70. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология./ И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. – М.: Феникс, 2006. - 464с.
71. Куненкова, С.А. Критерии, показатели и уровни развития самооценки в структуре «Я»-концепции подростка / С.А. Куненкова. - М.: МОСУ, МАИ, 2004. - 133 с.
72. Куницына, В.Н. К вопросу формирования образа своего тела у подростков / В.Н. Куницына // Вопросы психологии. – 1968. - №1. - С. 90-100.
73. Кэхеле, Х. Развитие, привязанность и взаимоотношения: новые психоаналитические концепции / Х. Кэхеле, А. Буххайм, Г. Шмукер // Моск. психотер. журн. - 2002. - № 3. – С. 32 – 50.
74. Лабунская, В.А. Психология самовыражения и проблема формирования «Я» личности /В.А. Лабунская // Прикладная психология. - 1999. - № 5. - С. 52 – 75.
75. Лангмейер, Й. Психическая депривация в детском возрасте: Учебное пособие / Й. Лангмейер, З. Матейчек. – М.: Прага, 1984. – 340 с.
76. Лебединский, В.В. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция: Учеб. пособие / В.В. Лебединский, О.С. Никольская, Е.Р. Баенская, Либлинг. - М.: Феникс, 1990. – 198 с.
77. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. - М.: Просвещение, 1975. – 352 с.
78. Леонтьев, Д.А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному/Д.А. Леонтьев // Вопросы психологии. – 2011.- №1. - С. 3-27.
79. Лисина, М.И. Общение и его влияние на развитие психики дошкольника / ред.сост.М.И. Лисина. // Сборник научных трудов / НИИ Общей педагогики АПН СССР. — М.: [б. и.], 1974. — 209 с.

80. Лисина, М.И. Психология самопознания у дошкольников / М.И. Лисина, А.Н. Сильвестру. – Кишинев: Штинца, 1983. - 111 с.
81. Лисина, М.И. Проблемы онтогенеза общения / М.И. Лисина. – М.: Логос, 1986. – 136 с.
82. Лисина, Е.В. Субъективная семантика интрацепции в старшем дошкольном возрасте. Автореф. ... канд. дисс./ Е.В. Лисина - М., 1997. – 20с.
83. Лунева, О.В. Развитие социального интеллекта телесно-ориентированными методами / О.В. Лунева // Психология телесности: между душой и телом / Ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви.- М.: АСТ МОСКВА, 2007.- С.449 – 511.
84. Мазиллов, В.А. Стены и мосты: Методология психологической науки / В.А. Мазиллов.- Ярославль.: МАПН, 2004. – С. 243 – 271.
85. Малер, М. К вопросу становления субъект-объектных отношений / М. Малер. - М.:Эксмо, 2001. – 120 с.
86. Маслоу, А. Мотивация и личность/ А. Маслоу. - СПб.: Союз, 1999. – 352с.
87. Маховер, К. Проективный рисунок человека / К. Маховер. - М.: Смысл, 2002. – 90 с.
88. Мдивани, М.О. Исследование структуры образа физического «Я» школьников: Дис. ...канд. психол. наук /М.О. Мдивани. - М., 1991. - 98 с.
89. Меграбян, А. Психодиагностика невербального поведения / А. Меграбян. - СПб.: Речь, 2001. - 256 с.
90. Мерлин, В.С. Структура личности: характер, способности, самосознание / В.С. Мерлин. - Пермь, 1990. - 256 с.
91. Мерлин, В.С. Очерк интегрального исследования индивидуальности / В.С. Мерлин. - М.: Педагогика, 1986. - 253 с.
92. Миллер, С. Психология развития: методы исследования/ С. Миллер. - СПб: Питер 2002. - 464с.

93. Мотовилин, О.Г. Возрастные особенности репрезентации тела у ребенка / О.Г. Мотовилин // Вестник Московского университета, Серия 14. Психология. - 1998. - №1. - С.69-110.
94. Мотовилин, О.Г. Развитие представлений о собственном теле у детей в условиях семьи и интерната / О.Г. Мотовилин: Автореф. дис. канд. психол. наук. - М, 2001. - 24 с.
95. Мухамедрахимов, Р.Ж. Взаимодействие и привязанность матерей и младенцев групп риска / Р.Ж. Мухамедрахимов // Вопросы психологии. - 1998. - №2. - С.22 – 44.
96. Мухамедрахимов, Р.Ж. Мать и младенец/ Р.Ж. Мухамедрахимов. - М: Феникс 2005. – 288 с.
97. Мухина, В.С. Психологические проблемы материнства / В. С. Мухина // Медико–психологические аспекты современной перинатологии. Материалы IV Всероссийского конгресса по пренатальной психологии, психотерапии и перинатологии с международным участием. – М.: Изд–во Института психотерапии, 2003. – С.45 – 78.
98. Мясищев, В.Н. Личность и неврозы / В.Н. Мясищев. - Л.: Политиздат, 1960.- 482 с.
99. Мясищев В.Н. Психология отношений / В.Н. Мясищев. - М.: МПСИ, 2005. – 158 с.
100. Наровская, Я.Б. Социально-психологические особенности женщин, преобразующих свой внешний облик: Автореф. дис. ...канд. психол. наук / Я.Б. Наровская. - Ростов-на-Дону, 2007. - 22 с.
101. Наровская, Я.Б. Социально-психологические функции преобразования внешнего облика в истории культуры / Я.Б. Наровская // Северо-Кавказский психологический вестник. - Ростов-на-Дону, 2005. - №3. – 54 с.
102. Николаева, В.В. Влияние хронической болезни на психику / В.В. Николаева. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1987. – С. 23.



103. Николаева, В.В. От традиционной психосоматики к психологии телесности / В.В. Николаева, Г.А. Арина // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 1996. - №2. – С. 8 – 33.
104. Никольская, И.М. Психологическая защита у детей / И.М. Никольская, Р.М. Грановская. - СПб.: Речь, 2001. - 507 с.
105. Основы гендерных исследований. Хрестоматия./ Отв. ред. О.А. Воронина, Н.С. Григорьева, Л. Г. Луныкова. – М.: МЦГИ–МВШСЭН, 2000. – 396 с.
106. Пантелеев, С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С.Р. Пантелеев. - М.: Изд-во МГУ, 1991. - 108 с.
107. Петрова, С.М. Мотивационная обусловленность «Я»-концепции личности в юношеском возрасте: Дис. ...канд. психол. наук/ С.М. Петрова. - СПб., 1999. - 191 с.
108. Петровская, А.А. Проблема диагностики телесной идентичности в современной психологической науке / А.А. Петровская // Северо-Кавказский психологический вестник. - Ростов-на-Дону, 2006. - №4. – С.105-123.
109. Пиаже, Ж. Психология интеллекта / Ж. Пиаже // Избранные психологические труды. - М.: Просвещение, 1969. - 192 с.
110. Поваренков Ю.П. Психологическое содержание профессионального становления человека/ Ю.П. Поваренков.- М.: Изд-во УРАО, 2002. – 160 с.
111. Реан, А.А. Психология изучения личности / А.А. Реан. – СПб: Изд-во Михайлова В. А., 1999. - 288с.
112. Ремшмидт, Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности / Х. Ремшмидт. - М.: Наука, 1994. – 288 с.
113. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 1999. – 592 с.
114. Рубинштейн, С.Л. Проблемы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. - М.: Педагогика, 1973. - 424 с.

115. Рубинштейн, С.Л. Бытие и сознание/ С.Л. Рубинштейн. - М.: Изд-во АН СССР, 1957. – 590 с.
116. Рубинштейн, С.Л. Различные виды эмоциональных переживаний /С.Л. Рубинштейн.-М.:МГУ,1984.-211с.
117. Рыбалко, Е.Ф. Роль психологической защиты в самореализации личности в период ранней юности / Е.Ф. Рыбалко, Т.В. Тулупьева // Психологические проблемы самореализации личности. - СПб.: СПУ, 1999. – 203 с.
118. Савина, Е.А. Родители и дети: Психология взаимоотношений / Е.А. Савина, Е.О. Смирнова.– М.: Когито–Цетр , 2003. – 230с.
119. Сахарова, Н.А. Движение как зеркало души / Н.А. Сахарова// Психология телесности: между душой и телом / Ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви.- М.: АСТ МОСКВА, 2007. С.700- 715.
120. Свенцицкий, А. Л. Социальная психология / А.Л. Свенцицкий: Учебник. - М.: ТК Велби, Изд-во Проспект, 2004. - 336 с.
121. Сергиенко, Е.А. Ранние этапы развития субъекта / Е.А. Сергиенко // Психология индивидуального и коллективного субъекта / Под ред. А.В. Брушлинского, М.И. Воловиковой.- М.: ПЕР СЭ, 2002.- 310 с.
122. Сергиенко, Е.А. Раннее когнитивное развитие. Новый взгляд / Е.А. Сергиенко. - М.: Изд-во Института психологии РАН, 2006 - 464 с.
123. Сеченов, И.М. Собрание сочинений. Том 1 / И.М. Сеченов. - М.: Просвещение, 1956. – 278 с.
124. Соколова-Бауш, Е.А. Самопрезентация как фактор формирования впечатления о коммуникаторе и реципиенте / Е.А. Соколова-Бауш // Мир психологии. - 1999. - №4. - С. 132 - 155.
125. Соколова, Е.Т. Психотерапия. Теория и практика / Е. Т. Соколова. - М.:Академия,2010.-368с.
126. Соколова, Е.Т. Исследование образа тела в зарубежной психологии / Е.Т. Соколова, А.Н. Дорожевец// Вестник Московского ун-та, Серия 14. Психология, 1985. - №4. – С. 39- 49.

127. Соколова, Е.Т. Зависимость самооценки подростка от отношения к нему родителей / Е.Т. Соколова, Л.Г. Чеснокова // Вопросы психологии. – 1986 - № 2. – С. 16-19.
128. Соколова, Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности / Е.Т. Соколова. - М.: МГУ, 1989. - 216 с.
129. Соколова, Е.Т. К проблеме психотерапии пограничных личностных расстройств / Е.Т. Соколова // Вопросы психологии. - 1995.- № 2. – С. 87 – 105.
130. Соколова, Е.Т. «Я»-образ тела / Е.Т. Соколова // Психология самосознания: Хрестоматия. / Под. ред. Д.Я. Райгородского. - Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2000. - С. 406-422.
131. Старостин, О.А. Осознавание с опорой на тело как основной действующий фактор в холистической психотерапии и реабилитации невротических нарушений и психосоматических расстройств / О.А. Старостин / «Психологические, естественно-научные и философские проблемы современного общества» 27 декабря 2012 // Материалы межвузовской научно-практической конференции. – СПб.: МИЭП, 2012. – С.79–90.
132. Стерн, Д.Н. Межличностный мир ребёнка. Взгляд с точки зрения психоанализа и психологии развития / Д.Н. Стерн / Пер. О. Лежиной. — СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2006. С.376- 399.
133. Столин, В.В. Самосознание личности / В.В. Столин. - М.: Издательство Московского Университета, 1983. - 284 с.
134. Субботский, Е.В. Ребенок объясняет мир / Е.В. Субботский. - М.: Знание, 1985. - 80 с.
135. Сытько, М.В. Эмоциональная привязанность в структуре значимых отношений личности / М. В. Сытько // Молодой ученый. - 2011. — №11. Т.2. - С. 119-136.
136. Тищенко, П.Д. О диалекте становления системы жизнедеятельности человека / П.Д. Тищенко// Здоровье и экология человека: философские и методологические аспекты. – М.: Изд-во Моск. гуманит. ун-та, 2012.– С. 111-136.

137. Тхостов, А.Ш. Психология телесности /А.Ш. Тхостов. - М.: Смысл, 2002. - 287 с.
- 138.Фельденкрайз, М. Осознание через движение: двенадцать практических уроков / М. Фельденкрайз / [Пер. с англ. М. Папуш]. – М. : Институт Общегуманитарных исследований, 2001. – 224 с.
- 139.Фенихель, О. Психология и психопатология кожи: тексты / О. Фенихель. – Ижевск: ERGO; М.: Когито-Центр, 2011. – 230 с.
140. Филиппова, Г.Г. Психология материнства / Г.Г. Филиппова. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002. - 192 с.
141. Фрейд, З. Психология бессознательного / З. Фрейд. - М.: Просвещение, 2012. - 448 с.
142. Филиппова, Г.Г. Проблемы телесности репродуктивной сферы женщины / Г.Г. Филиппова// Психология телесности: между душой и телом / Ред.-сост. В.П. Зинченко, Т.С. Леви.- М.: АСТ МОСКВА, 2007. - С.457 – 480.
143. Хьелл, Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – СПб.: Союз, 2008. – 330 с.
144. Цуркин, В.А. Особенности физического «Я» у лиц с разными типами привязанности к матери В.А. Цуркин, Т.Н.Разуваева // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия Гуманитарные науки. 2013. № 27(170). Выпуск 20. – С. 308 -313.
145. Цуркин, В.А. Когнитивный компонент образа физического Я у лиц с разными типами привязанности к матери / В.А. Цуркин, Т.Н. Разуваева // Научные ведомости Белгородского государственного университета. Серия Гуманитарные науки. 2014. - № 13. – Выпуск 22. – С. 369-381.
146. Чамата, П.Р. К вопросу о генезисе самосознания личности/ П.Р. Чамата // Проблемы сознания. Материалы симпозиума. Март-апрель / Под ред. В.М. Банщикова. - М., 1966. - С. 228 - 250.
147. Чамата, П.Р. К вопросу о генезисе самосознания личности. - В кн.: Проблемы сознания /Отв.ред. В.М.Банщиков. - М.,1966.- С.229-280.

148. Черкашина, А. Г. Образ физического «Я» в самоотношении девушек 17-18 лет: монография. / А.Г. Черкашина. — Самара : Изд-во ПГСГА, 2012. — 80 с.
149. Чеснокова, И.И. Самосознание, саморегуляция, самодетерминация личности / И.И. Чеснокова // Проблемы психологии личности. Советско-финский симпозиум. - М.: Наука, 1982. - С. 121-150.
150. Чеснокова, И.И.. Проблема самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. - М.: Наука, 2001, - 144 с.
151. Чеснокова, И.И.. Самосознание личности. Теоретические проблемы психологии личности / И.И. Чеснокова. - М.: Просвещение, 2004. - 225 с.
152. Чеснокова, И.И.. Особенности развития самосознания / И.И. Чеснокова. - М.: Академия, 2004. — 267 с.
153. Черкашина, А. Г. Образ физического «Я» в самоотношении девушек 17-18 лет: Дис. ... канд. психол. наук / А.Г. Черкашина. - Самара, 2004. - 197 с.
154. Шибутани, Т. «Я»-концепция / Т. Шибутани // Психология самосознания / Под ред Д.Я. Райгородского. - Самара: БАХРАХ, 2000. — 245 с.
155. Шорохова, Е.В. Проблема «Я» и самосознание / Е.В. Шорохова // Проблемы сознания. Материалы симпозиума. Март-апрель / Под ред. В.М. Банщикова. - М., 1966. — С. 600 – 615.
156. Эйнсворт, М. Детство идеальное и настоящее. Сборник работ современных западных ученых / М. Эйнсворт. - Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного университета, 1994. — С.60 - 81 .
157. Эйнсворт, М. Привязанность за порогом младенчества. Детство идеальное и настоящее: сборник работ современных западных ученых / М. Эйнсворт. - Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного университета, 1994. — С. 82 – 110.
158. Эриксон, Э. Эго-теория личности/ Э. Эриксон // Теории личности. - СПб.: Питер - пресс, 1998 .- 418 с.
159. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис /Э. Эриксон. - М.: Мысль, 2004. - 352 с.

160. Ядов, В.А. Социальная идентификация в кризисном обществе/ В.А. Ядов //Социологий журнал. – 1994. - №1. - С. 35 – 80.
161. Ядов, В.А. Социальные и социально-психологические механизмы формирования социальной идентичности / В.А. Ядов // Мир России. - 1995. - Т.4, - № 3-4. - С. 158- 180.
162. Ядов, В.А. Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности: Диспозиционная концепция / В.А. Ядов. - М.: Наука.-1979. - 263 с.
163. Bowlby J. Attachment and loss. 1. Attachment. / J. Bowlby. - Basic Books, N.Y, 1969. – 311 p.
164. Bowlby J. Attachment and loss. 2. Separation. / J. Bowlby. - Anxiety and anger. Basic Books, N.Y. - 1973. – 200 p.
165. Bowlby J. Attachment and loss. 3. Loss: Sadness and depression. / J. Bowlby. - N.Y., Basic Books. -1980. – 202 p.
166. Burns R. B., The self-Concept: Theory, measurement, development and behavior/ R.B. Burns. - London. - 1989.-190 p.
167. Fisher S., Cliveland S. Body image and personality/ S. Fisher., S. Cliveland. – N.Y. – 1998. – 111 p.
168. Schontz, F.C. Body image and its disordes/F.C. Schontz // Intern.J. of Psychiat. Med.-2012.- V. 5 (4).- P.51-84.
169. Schwarzer, R. The self in anxiete, stress and depression/ R. Schwarzer. - NY, 2013. – 175 p.
170. Szasz T.S. My Madness Saved Me: The Madness and Marriage of Virginia Woolf / T.S. Szasz.— New Brunswick, New Jersey: Transaction Publishers, 2006. — 154 p.

## Приложение 1

### Методика ААІ (М. Мэйн, адаптация Калмыковой Е.С.)

Вопросы: ААІ начинается с вопроса о том, где человек родился и жил в детстве, переезжал ли, какие отношения были у него с матерью, затем просьба написать пять имён прилагательных, которые описывают отношения с ней в возрасте от 5 до 12 лет, объяснить интервьюеру, почему именно эти прилагательные. Затем следует вопрос, к кому из родителей ребенок чувствовал себя ближе и почему, а также почему не чувствовал такой близости с другим родителем, что делал ребёнком, когда был расстроен, чувствовал ли себя отвергнутым в детстве, угрожали ли родители ребёнку, - может быть, пытаясь водворить дисциплину, или в шутку. После этого человека спрашивают о том, повлияло ли на его взрослую личность отношения с матерью в детстве, почему его мать вела себя именно так в его детские годы, по его мнению, были ли рядом с ним другие взрослые, к которым он чувствовал себя близким, в детские годы? Переживал ли человек утрату матери в детстве, были ли другие переживания, которые можно назвать потенциально травматичными, как изменились отношения с матерью в юности, какие они сейчас, на этапе взрослости? Какие три желания есть у человека для себя - двенадцатилетнего сегодня из будущего? Есть какой-то важный урок, который пригодился во взрослой жизни, из детского опыта? Какой опыт оказался вам полезен в отношении своих детей (или воображаемых, будущих своих детей)?

## Приложение 2

### Опросник «оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика» (В.А. Лабунская)

Инструкция: Перед Вами анкета, в которую включены различные характеристики внешнего облика человека. Прочтите внимательно каждую пару характеристик и оцените их соответствие элементам вашего внешнего облика по 5-балльной системе: 1-крайне негативная оценка (например, «некрасивое»), 2-отрицательная оценка, 3-удовлетворительная оценка, 4-положительная оценка, 5 -самая высокая позитивная оценка (например, «красивое»).

						<i>Я оцениваю свое лицо как...</i>										
						1	2	3	4	5						
некрасивое											красивое					
неизящное											изящное					
невыразительное											выразительное					
непривлекательное											привлекательное					
заурядное											незаурядное					
плохо сложенное											хорошо сложенное					
нездоровое											Здоровое					
несексуальное											сексуальное					
неухоженное											ухоженное					
непривлекательное для противоп. пола											привлекательное для противоположного пола					
						<i>Я оцениваю свое тело, телосложение как...</i>										
						1	2	3	4	5						
некрасивое											красивое					
неизящное											изящное					
негармоничное											гармоничное					
непривлекательное											привлекательное					
заурядное											незаурядное					
плохо сложенное											хорошо сложенное					
нездоровое											здоровое					
несексуальное											сексуальное					
неухоженное											ухоженное					
непропорциональное											пропорциональное					
непривлекательное для противоп. пола											привлекательное для противоположного пола					

<i>Я оцениваю оформление мной внешнего облика (свою прическу, косметику, одежду, украшения) как...</i>																
						1	2	3	4	5						
некрасивое											красивое					
непривлекательное											привлекательное					
неинтересное											интересное					
отталкивающее											притягивающее					
неприятное											Приятное					
неэффектное											эффектное					
невзрачное											колоритное					
типичное											оригинальное					
несексуальное											сексуальное					
непривлекательное для противоположного пола											привлекательное для противоположного пола					
неженственное											женственное					

<i>Оцените следующие утверждения:</i>																
						1	2	3	4	5						
Я не люблю фотографироваться											Я люблю фотографироваться					
Я не люблю смотреть на себя в витрины											Я люблю смотреть на себя в витрины					
Я не люблю сниматься на видеокамеру											Я люблю сниматься на видеокамеру					
Я не люблю смотреть на себя в зеркало											Я люблю смотреть на себя в зеркало					
Я не люблю смотреть о себе видеофильмы											Я люблю смотреть о себе видеофильмы					
Я не люблю, когда о моей внешности говорят другие											Я люблю, когда о моей внешности говорят другие					
Меня не удовлетворяет моя внешность											Меня удовлетворяет моя внешность					
Меня беспокоит появление внешних признаков старения											Меня не беспокоит появление внешних признаков старения					



**Опросник по привязанности к матери в детстве**  
( модификация Г.Г. Филипповой )

В основе опросника - методика, созданная Fraley, Waller, Brennan (2000) «The Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) - Questionnaire», переведенная на русский язык и адаптированная. Опросников содержит 36 вопросов, из них 18 направлены на выявление уровня тревожности, 18 - уровня избегания. Испытуемым предлагалось 7 вариантов ответа на каждый вопрос (по шкале Лайкерта): в диапазоне от «совершенно не согласна» (1 балл) до «полностью согласна» (7 баллов). Таким образом, опросник позволяет получить данные по двум шкалам - по шкале тревожности и по шкале избегания, выраженные в баллах (от 1 до 7). По результатам этих двух измерений можно выявить взаимосвязь между уровнем тревожности и уровнем избегания в отношениях с объектом привязанности. По результатам опросника испытуемая может быть отнесена к одному из четырех типов привязанности: надежный (низкий уровень тревоги, низкий уровень избегания), озабоченный (высокий уровень тревоги, низкий уровень избегания), испуганно-избегающий (высокий уровень тревоги, высокий уровень избегания) и дистанцированный (низкий уровень тревоги, высокий уровень избегания). Однако такая категоризация будет относительной, поскольку человека со средне выраженными показателями отнести к определенному типу привязанности можно весьма условно.

В опроснике вопросы идут через один - на тревогу (нечетные), на избегание (четные). Ответы оцениваются по шкале Лайкерта. Суммируются баллы по всем вопросам по тревоге и делятся на количество вопросов (18). То же самое с избеганием.

Получившийся средний балл выставляется на координатную плоскость. Там можно пронумеровать шкалы от 1 до 7 слева направо и снизу вверх. Так человек по двум измерениям попадает в один из секторов. Часть вопросов – обратные (самый правый ответ оценивается не в 7 баллов, а в 1 балл). Вопросы опросника представлены ниже.

- 1 У меня были детские страхи, что мама может перестать любить меня
- 2 i. Эмоциональная близость с мамой была для меня очень комфортной.
- 3 Меня беспокоило, что я не соответствую ожиданиям мамы
- 4 В детстве я предпочитала скрывать свои чувства от мамы
- 5 i. В детстве у меня не было страхов, что мама покинет меня
- 6 i. В детстве я с легкостью делилась своими мыслями и чувствами с мамой
- 7 Когда я в детстве выражала маме свои чувства, мне казалось, что она не разделяет их
- 8 В детстве я предпочитала соблюдать дистанцию в моих отношениях с мамой
- 9 В детстве я ревновала свою маму
- 10 i. В детстве я охотно обсуждала свои проблемы и дела с мамой
- 11 В детстве я переживала, что мама не заботится обо мне так, как мамы должны заботиться о детях
- 12 В детстве мне было сложно положиться на маму
- 13 У меня были детские страхи, что мама может отдать меня кому-то
- 14 i. Я говорила со своей мамой обо всем на свете
- 15 Мое желание эмоциональной близости иногда раздражало мою маму
- 16 Я старалась избегать слишком близких отношений с мамой
- 17 В детстве я переживала, что моя мама меня не любит
- 18 i. В детстве я легко проявляла нежные чувства к своей маме
- 19 Мои отношения с мамой меня сильно беспокоили
- 20 Я начинала нервничать, когда мама пыталась залезть мне в душу
- 21 В детстве я переживала, что не получаю необходимой близости и поддержки от мамы
- 22 i. В детстве я не чувствовала дискомфорта оттого, что зависела от мамы
- 23 В детстве у нас с мамой не было такой эмоциональной близости, как мне бы хотелось
- 24 У меня не было доверительных отношений с моей мамой
- 25 i. В детстве у меня не было страхов, что я останусь без мамы
- 26 i. Мне было довольно легко быть в эмоциональной близости с мамой
- 27 В детстве слова и отношение мамы ко мне заставляли меня сомневаться в себе
- 28 i. Моя мама действительно понимала меня и мои потребности
- 29 В детстве мне казалось, что мама обращает на меня внимание только когда я плохо себя веду
- 30 i. Мне не сложно было быть близкой со своей мамой
- 31 В детстве мне часто казалось, что я люблю маму сильнее, чем она меня
- 32 i. В детстве я была уверена, что в трудную минуту я всегда смогу получить помощь от своей мамы
- 33 В детстве я старалась быть такой, какой меня хочет видеть мама, а не такой, какая я есть
- 34 i. В детстве я с легкостью полагалась<sup>162</sup>на свою маму

- 35 Иногда отношение мамы ко мне менялось без видимых причин  
 36 i. Я рассказывала своей маме почти обо всем

#### Приложение 4

Показатели корреляции шкал образа физического Я и шкал эмоциональной привязанности к матери

Шкалы образа физического Я	Шкалы привязанности	
	Тревога	Избегание
Тело, телосложение	- 0,718	-0,659**
Оформление внешнего облика	-0,239	-0,267
Фотография	-0,231	-0,0091
Зеркало	0,0003	0,0156
Фильм	0,001	0,005
Мнение других	-0,2104	-0,2
Отражение физического «Я».	-0,645**	-0,111

#### Приложение 5

Показатели корреляции искажения образа физического Я и шкал эмоциональной привязанности к матери

Компоненты внешности	Шкалы привязанности	
	Тревога	Избегание
Голова	0,231	0,378
Шея	0,108	0,281
Плечи	0,777	0,841
Грудная клетка	0,623	0,7
Талия	0,724	0,511
Бедра	0,004	0,002

#### Приложение 6

Показатели корреляции компонентов самоописания внешности и шкал эмоциональной привязанности к матери

Компоненты внешности	Шкалы привязанности	
	Тревога	Избегание
Глаза	0,111	0,234
Волосы	0,001	0,024
Лицо	0,666	0,723
Фигура	0,331	0,344

Тело	0,232	0,119
Рост	0,002	0,010
Нос	0,321	0,121
Ноги	0,611	0,721
Губы	0,153	0,001
Руки	0,559**	0,050
Ногти	0,011	0,235
Кожа	0,010	0,100
Уши	0,499	0,343
Ресницы	0,121	0,128
Грудь	0,521	0,321
Бедра	0,192	0,008
Шея	0,009	0,001
Зубы	0,004	0,003
Щеки	0,234	0,326
Осанка	0,004	0,342
Плечи	0,345	0,214
Рост	0,691	0,562**
Пресс	0,234	0,123
Лоб	0,165	0,214
Брови	0,345	0,344
Ягодицы	0,150	0,134
Талия	0,346	0,123
Пальцы	0,345	0,243
Вес	0,753	0,744
Живот	0,213	0,345
Икры	0,321	0,231
Колени	0,001	0,121
Размер обуви	0,002	0,001
Рот	0,001	0,223
Таз	0,123	0,271
Скулы	0,242	0,123
Подбородок	0,129	0,007
Бицепсы	0,002	0,234
Веснушки	0,042	0,001
Родинки	0,001	0,112

