

З метою підвищення якості навчання в межах кожного розділу програми передбачено моніторинговий супровід занять. Психодіагностичній оцінці в рамках програми «Інтелект» підлягають процеси уваги, пам'яті, мовлення, мислення дитини, а також її мотивація навчання. Проведення комплексної психодіагностики дає можливість об'єктивно оцінити якісні показники розвитку пізнавальної сфери дитини.

Ми вважаємо, що введення в початкову школу регулярних розвиваючих занять у формі тренінга за програмою «Інтелект» сприятиме розвитку у дітей пізнавальних здібностей, інтересів, підвищить мотивацію до навчання, особистісного розвитку, а включення дітей в постійну пошукову і творчу діяльність, співпрацю з іншими людьми створює умови для її соціального розвитку.

### **Список використаних джерел:**

1. Пиаже Ж. Теория Пиаже. Разд. III: Теория стадий // История зарубежной психологии. 30-е – 60-е годы XX века. Тексты – 232 с.
2. Зак А.З. Развитие интеллектуальных способностей у детей 6-7 лет: Учебно-методическое пособие для учителей // М.: Новая школа, 1996. – 288 с.
3. Люблінська А.А. Вчителю про психологію молодшого школяра // М., 1987. – С. 35–108.
4. Бевз В., Главник О. Основні положення щодо оформлення тренінгів. <http://ru.osvita.ua/school/method/technol/598/>

**Левицька І.М.**

*аспірант,*

*Дрогобицький державний педагогічний університет  
імені Івана Франка*

## **ОБРАЗ ФІЗИЧНОГО «Я» У СТРУКТУРІ Я-КОНЦЕПЦІЇ ДІВЧАТ РАННЬОГО ЮНАЦЬКОГО ВІКУ**

В останні роки все більшого значення набуває проблема впливу зовнішності людини на її успішність у різних сферах діяльності: професійній, комунікативній, лідерській тощо. Поведінка людини в різних ситуаціях великою мірою залежить від усвідомлення свого фізичного вигляду. Люди з привабливою зовнішністю можуть досягати більших успіхів у житті, краще налагоджувати соціальні стосунки. В своїх дослідженнях багато вчених зауважують, що, особливо для дівчат раннього юнацького віку, важливим фактором оцінки свого тіла стає фізична привабливість, котра відображається в міжособистісних стосунках та служить позитивним підкріпленням почуття свого «Я». Крім того, самопрезентація відіграє виняткову роль у формуванні

«жіночого» типу характеру [5]. При цьому слід пам'ятати, що недоліки зовнішності, вади (реальні або уявні) можна долати різними шляхами. Допомогти у цьому людині можна не лише медичними втручаннями (косметологія, пластична хірургія), а й психологічними методами. Медичний аспект цієї проблеми досить повно висвітлений вітчизняною наукою, але психологи звернулися до цієї теми порівняно недавно. Саме соціальна значущість проблеми та її недостатнє вивчення обумовлюють її актуальність та необхідність наукових розвідок.

Для психологічного аналізу Я-концепції центральним є акцент, який визначає уявлення людини про себе, котрі супроводжуються тим чи іншим самоставленням, самооцінкою своїх особливостей та проявів або загальною оцінкою свого «Я», як певної узагальненої цілісності (Л. Божович, Р. Бернс, Т. Шибутані та ін.). Найбільше досліджень з проблеми взаємозв'язку самоставлення та образу тіла представлено в дослідженнях зарубіжної клінічної психології (С. Фішер, С. Клівленд, В. Тауск, С. Журард та ін).

Проблемі ціннісного ставлення до власного фізичного «Я» приділяли увагу російські та вітчизняні психологи. Так, О. Соколова сформулювала поняття образу фізичного Я, визначила ряд порушень схеми тіла та їх негативний вплив на самопочуття особистості підлітка [5]. О. Рождественський визначив тілесні границі та функції тіла, підкресливши при цьому вагомість впливу самосприйняття зовнішності на всю життєдіяльність людини [4]. Досліджуючи деформації схеми тіла та зовнішності, Р. Моляко [1] зробила акцент на визначенні соціальних факторів впливу (ставлення родини, однолітків та вплив моди, ЗМІ) на становлення образу власного тіла дівчат юнацького вік, Т. Нечитайло теоретично обґрунтувала та експериментально визначала генезис й особливості становлення структурних компонентів образу фізичного «Я» у підлітковому віці [2].

Грунтовні дослідження образу фізичного «Я» припадають на середину минулого століття. Але слід зауважити, що у психологічній науці не існує єдиного терміну, а вживається ряд понять, що характеризують однакові чи близькі за змістом психічні явища. Так, у зарубіжній психології здебільшого вживається термін «образ тіла» (body image), суперечки існують лише щодо розуміння цього поняття. При цьому, образ тіла розглядається як складна комплексна єдність сприймань, установок, оцінок, уявлень, пов'язаних як з тілесною зовнішністю, так і з функціями тіла (С. Фішер; Р. Шонц). Образ тіла розглядається як результат психічного відображення, як певна розумова картина свого власного тіла (Д. Бенет; Дж. Чаплін).

Найбільш поширеними у пострадянській та вітчизняній психології є поняття образ фізичного «Я» (або образ тілесного «Я») та образ тіла – уявлення особистості про зовнішність, про ступінь естетичності будови

тіла (А.О. Реан). У психологічній літературі також вживається конструкт «схема тіла» – психологічна структура, в якій відображена конструкція власного тіла людини (М. Боньєр). Більшість авторів дані поняття чітко розмежують. Основну характеристику образу тіла визначено, як цілісність, превалювання цілого над його компонентами. Тоді як схему тіла дослідники аналізують, зазвичай, за частинами тіла (А. Гавриленко, О. Заржицька, Є. Ільїн, В. Куніцина).

У дослідженнях Р. Бернса, А. Бодалева, В. Століна та ін. підкреслюється, що розміри тіла і його форма служать найважливішим джерелом формування уявлення про власне «Я». Прийняття себе передбачає прийняття свого тіла таким, яким наділила людину природа. Ставлення до себе з погляду задоволення або невдоволення своїм тілом, різними його частинами та індивідуальними особливостями є істотним компонентом складної структури самосвідомості і справляє величезний вплив на самоповагу і самореалізацію особистості в усіх сферах життя.

Особливого значення набуває правильно сформоване уявлення про себе у ранньому юнацькому віці, коли неадекватне уявлення про свій образ фізичного «Я» може призвести до розладів здоров'я, неадекватної поведінки або стати причиною комплексу неповноцінності. Так, як організм у цей віковий період знаходиться у вирішальній стадії свого розвитку, фізичні зміни в період завершення статевого дозрівання вимагають побудови нового образу тіла. У старшому шкільному віці ступінь й адекватність усвідомлення свого фізичного «Я» є однією з важливих внутрішніх умов, яка хоча й опосередковано, але бере активну участь у формуванні індивідуальних особливостей особистості. Тому, багато вчених підкреслюють про особливу роль уявлень про своє тіло та їх вплив на самоствавлення у ранньому юнацькому віці (В. Агєєв, І. Кон, С. Кривцова, А. Петровський, Х. Ремшмідт та ін).

Період 15-17 років розглядається як межа між підлітковим віком та пізньою юністю, як певний етап соціалізації, перехід від залежного дитинства до самостійної й відповідальної діяльності дорослого, оволодіння новими соціальними ролями, формування ціннісних орієнтацій, виникнення проблем, пов'язаних зі вступом у самостійне життя. Наявність стійких особистісних особливостей, цінностей, світогляду, самоствавлення, засвоєння гендерних стереотипів і поведінки, сформовані уявлення про власну соматичну організацію, усвідомлення естетичного й фізичного впливу своєї зовнішності на оточуючих та на основі цього сформована оцінки своїх можливостей як особистості є фундаментом подальшого розвитку людини та її успішної самореалізації.

Величезну роль відіграють засоби масової інформації, які пропонують індивіду вже готові образи та еталони певного явища чи феномену, готові критерії зовнішньої привабливості, котрі визначаються груповими стандартами чи стереотипами (Ю. Вільямсон, І. Грошев,

В. Лабунська, G.M. Achs та ін.). При цьому ці культурно обумовлені норми, стандарти й очікування вказують людині на небажаність істотних відхилень форми розмірів її тіла від ідеалу та часто є причинами появи різноманітних комплексів та патопсихологічної симптоматики.

*Таким чином, у сучасному світі на образ фізичного «Я» людини впливають не тільки об'єктивні фізіологічні чинники, а навіть більшою мірою соціальні, які можуть виражатися у судженнях, думках, уявленнях, стереотипах, стандартах, що переважають у певній культурній спільноті. Внаслідок цього образу тіла скоріше відповідає таке поняття як «культурне тіло», яке включає в себе і сам образ тіла, і схему тіла, і соціальні компоненти зовнішності, такі як одяг, зачіска, косметика і т.д. Таким чином, образ фізичного «Я» є соціокультурним феноменом, конкретний зміст і значущість якого варіюється в залежності від соціальних особливостей культури і психологічних станів індивіда. Перспективу подальших досліджень ми вбачаємо у вивченні механізмів становлення образу фізичного «Я», його вікової динаміки, психологічних чинників виникнення деформацій і, пов'язаних з ними, негативних емоційних станів.*

### **Список використаних джерел:**

1. Моляко Р. В. Психокорекційні стратегії деформації Я-образу зовнішності в юнацькому віці / Р. В. Моляко // Практична психологія та соціальна робота. – 2004. – № 6. – С. 78-80.
2. Нечитайло Т. А. Формування позитивного образу фізичного Я в підлітковому віці / Т. А. Нечитайло // Психологічні перспективи. – Луцьк: ВНУ. – 2009. – Вип. 14. – С. 61-67.
3. Реан А. А. Психология личности: Социализация, поведение, общение / А. А. Реан – М.; СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 416 с.
4. Рождественський А. Ю. Образ тіла у просторі психологічного досвіду особистості / А. Ю. Рождественський // Психологія: Зб. наук. пр. – К.: Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова, 2000. – Вип. 3(10). – С. 66-77.
5. Соколова Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности / Е. Т. Соколова. – М.: МГУ, 1989. – 216 с.
6. Столин В. В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М.: Изд-во МГУ, 1983. – 284 с.