

САМООТНОШЕНИЕ И ОБРАЗ ТЕЛА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Введение. Подростковый возраст является критической стадией в формировании самооотношения. Развитие самосознания в этот период происходит от наивного невежества по отношению к себе, к все более углубленному самопознанию, которое затем связывается со все более определенной и неустойчивой самооценкой. Особенности самосознания и самооценки напрямую влияют на поведение подростка. При низкой самооценке подросток недооценивает свои способности, стремится выполнять только самые простые задачи, которые мешают его развитию. С повышением самооценки он переоценивает свои возможности.

Актуальность проблемы самооотношения и образа тела в подростковом возрасте разъясняется тем, собственно, что как раз в данный этап случается развитие его самосознания. С одной стороны, молодые люди принимают себя как личность исключительную, ставят себя выше иных людей, с другой – копаются в себе, но стараются не допускать в сознание эти сомнения.

Одним из весомых качеств общественной жизни человека считается его отношение к себе. Каждое проявление человека как общественного деятеля сопрягается с подключением в этот процесс его самооотношения. Многочисленные авторы оценивают самооотношение как переживание личных ценностей, выражающихся в чувстве самоуважения. Самоотношение обладает защитными возможностями. Личность в силах оберегать свое «Я» от негативных эмоций и поддерживать свое достоинство на протяжении долгого времени. Самоотношение человека играет значительную роль в проявлении определенных поведенческих реакций в конфликтных ситуациях, чаще всего это происходит во внутриличностных, при этом самооотношение может изменяться в зависимости от ситуации, в которой оно проявляется.

Опираясь на теоретические основы понимания самооотношения как компонента самосознания, разработанные И.И. Чесноковой, эмоционально-ценностное самооотношение можно рассматривать как особый тип эмоционального опыта, который «отражает личный подход человека к тому, что он изучает, понимает, «открывает» по отношению к себе. Это может происходить как в форме прямой эмоциональной реакции, так и в «инактуной форме», когда живая эмоциональная реакция отсутствует и заменяется оценочным суждением, за которым стоит ограниченная, в какой-то момент непосредственно пережитая эмоциональная реакция.

Целью данной работы стало изучение взаимосвязи самооотношения и образа тела подростков с учетом возрастной динамики.

Материал и методы. Задачи, поставленные в исследовании решались методами теоретико-методологического анализа психолого-педагогической литературы; психодиагностическими методами («Опросник самооотношения (ОСО)» В.В. Столина и С.Р. Пантеева, «Шкала оценки удовлетворенности собственным телом (ШУСТ)» О.А. Скугаревского, «Опросник образа собственного тела (ООСТ)» О.А. Скугаревского. Математическая обработка результатов была проведена с помощью программного обеспечения MS Excel 2013 в операционной системе

Windows 10.0. Выборка для проведения исследования состояла из 12 девушек и 12 юношей в возрасте 12–13 лет.

Результаты и их обсуждение. При проведении теоретического анализа было выявлено, что понятия самоотношения изучались многими психологами (А.Н. Леонтьевым, С.Л. Рубинштейном, А.Г. Спиркиным, Е.В. Шороховой, И.И. Чесноковой).

Самоотношение, в общем смысле, – это проявление специфики отношения личности к собственному «Я». Согласно наиболее современной концепции, подтвержденной эмпирическими исследованиями, самоотношение не является простой совокупностью эмоциональных реакций индивида на его знания о себе.

Образ тела – наше субъективное восприятие своего тела, то, как мы его видим, понимаем, и как мы к нему относимся. Это не просто знание, где у нас находятся руки или ноги, это еще и оценка его привлекательности.

Для изучения самоотношения в подростковом возрасте, в исследовании был использован тест «Опросник самоотношения (ОСО)» В.В. Столина и С.Р. Пантилева.

Результаты теста «Опросник самоотношения» приведены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели самоотношения подростков

Шкала	Накопленные частоты, %		
	юноши	девушки	среднее по выборке
Самоуважение	50	50	50
Аутосимпатия	75	67	70,8
Ожидаемое отношение от других	33,3	33,3	33,3
Самоинтерес	83,3	91,7	87,5

При анализе данных было выявлено, что у учащихся ярко выражены шкалы «Аутосимпатия» (70,8%) и «Самоинтерес» (87,5%). Это говорит о том, что в содержательном плане шкала на позитивном полюсе объединяет одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивную самооценку, на негативном полюсе, – видение в себе по преимуществу недостатков, низкую самооценку, готовность к самообвинению. Самоинтерес отражает меру близости к самому себе, в частности интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность общаться с собой «на равных», уверенность в своей интересности для других. По шкале «Ожидаемое отношение от других» (33,3%) было выявлено, что большинство респондентов не ожидают позитивного или негативного отношения в себе. Данный признак у указанной выборки не выражен. По шкале «Самоуважение» среди респондентов отмечается уровень 50%, что говорит о средней степени выраженности данного признака. Анализ ответов респондентов разного пола на вопросы данного опросника не выявил значимых различий.

Благодаря использованию методики «Шкала оценки удовлетворенности собственным телом (ШУСТ)», в исследовании была выявлена статистически значимая взаимосвязь образа тела с уровнем аутосимпатии как эмоциональным компонентом самоотношения у девушек ($F(6, 5)=10,355$, $p<0,02$). С уровнями остальных шкал статистически достоверных различий не отмечено. Для девушек отношение к телу связано со степенью принятия себя, это обуславливает влияние данного показателя на уровень аутосимпатии.

Заключение. Подводя итог, можно сделать вывод о том, что большинство подростков, принявших участие в данном исследовании, отличаются высоким уровнем самоинтереса и аутосимпатии, средним уровнем самоуважения и независимостью от мнения окружающих. У девушек данной выборки отмечена взаимосвязь отношения к собственному телу и аутосимпатией. Проведение дальнейших исследований в данном русле поможет выявить взаимосвязи образа тела с другими показателями отношения к себе, что поможет в ранней диагностике и предотвращению пищевых и психологических проблем у подростков.

Список использованной литературы:

1. Шутова, Н.В. Влияние физического образа «Я» на самоотношение формирующийся личности / Н.В. Шутова, О.В. Суворова, А.П. Куасси // Современные наукоемкие технологии. – 2015. – № 12-1. – С. 169-174.

Рыцарева А.В. (Научный руководитель – Шмуракова М.Е.,
канд. психол. наук, доцент)
Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

ДИАГНОСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРИГОДНОСТИ

Введение. Безусловно, что любая специальность предполагает наличие у человека предполагаемых качеств. Например, воспитателю необходимо любить детей, повару владеть кулинарным талантом, журналисту иметь коммуникативные навыки, а директор предприятия должен обладать организаторскими способностями. Это и предполагает профессиональная пригодность, которая характеризует наличие психофизических качеств и приобретённых знаний и умений.

Однако необходимо отметить то, что профессиональная пригодность – отнюдь не только врождённые качества, но также и то, чем овладел и что достиг специалист, и его удовлетворенность от деятельности.

У любой профессии имеется ряд качеств, начиная с физических, завершая нравственными. Однако если рассмотреть данный вопрос с исключительно научной стороны, то выходит, что чем существеннее, труднее деятельность, тем больше качеств необходимо. Следовательно, что профессиональная пригодность или же не пригодность всё же оценивается согласно результатам. Ключевое – это продуктивность труда. В дальнейшем – удовлетворённость результатами труда. И отнюдь не главное за счёт чего человек выполнил свои задачи – он сумел проделывать свою работу с удовольствием, следовательно, пригоден [1, с. 166].

Проблема профессионального психологического подбора (отбора) специалистов различных профилей деятельности и специальностей является одной из основных проблем психологии труда, инженерной психологии. В настоящее время в большинстве развитых стран мира существует развитая система профессионального психологического отбора специалистов различных профессий.

В отечественной литературе к настоящему времени имеется большое количество работ, посвященных различным психологическим аспектам проблемы профессиональной пригодности, многие из которых имеют ведомственное назначение и поэтому малодоступны. Из достаточно известных, фундаментальных