

ДОСВІД ВИКОРИСТАННЯ КОМПЛЕКСУ ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ МЕТОДИК ДЛЯ ОЦІНЮВАННЯ ТІЛЕСНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТІВ

У теоретико-практичних і психотерапевтичних дослідженнях на сучасному етапі все більша увага приділяється взаємозв'язку свідомості й тіла, ментального і тілесного, що приводить до виникнення особливих напрямів досліджень у психології, та включають вивчення аспектів тілесності в предмет психології. До основних практичних напрямів у цій галузі відносяться: біоенергетика (В.Райх, А.Лоуен), тілесно-орієнтована терапія (І.Рольф, Д.Чодороу, А.Грін), танок-рухова терапія (Lewis, M.Chase, P.Shilder, E.Whirte, M.Wigman), холдинг-терапія (M.Welch, J.Prerop, J.Richer) та інтегративна психотерапія (H.Petzold). До академічних напрямів традиційно зараховуються психосоматика, психофізіологія, нейропсихологія. Особливе місце займає нова галузь наукового знання - психологія тілесності (О.В. Лаврова, В.Н. Нікітін, А. Старовойтов, О. Язвинська).

У зв'язку з існуванням феномена тілесності, "тіло" людини можна розглядати не тільки як орган дії, але й орган пізнання установа відносин зі світом. Таким чином, "тілесність" як така є результатом семантичної інтеграції почуттєвого досвіду людини, як тілесного, так і щиросердного. Тобто, досвіду, отриманого не тільки через органи почуттів (на основі якого будується "схема тіла" і багато в чому "образ тіла"), але й через внутрішні враження, відчуття себе [3]. Тілесність розкривалася з погляду таких підходів як "схема тіла", образ фізичного Я. Ряд авторів вивчають тілесність через такий феномен як тілесна ідентичність (А.С. Кочарян, Н.Н.Терещенко, В.Н. Нікітін, А.О.Петровська, А.В. Сергєєва, А.Старовойтов).

На основі обкресленої нами актуальності, метою даної статті стало вивчення особливостей прояву тілесної ідентичності в майбутніх фахівців гуманітарної сфери та апробація системи методик, які дозволяють діагностувати досліджувані показники.

У зв'язку з поставленою метою в ході нашого дослідження були реалізовані наступні задачі: 1) апробація методик, що дозволяють вивчити тілесний образ тіла, схему тіла, ставлення до своєї зовнішності (автопортрет), ступінь розуміння свого тіла, тілесні установки; 2) аналіз отриманих даних у рамках індивідуально-поведінкового підходу.

На базі Південноукраїнського Національного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського нами було проведено дослідження, метою якого стала апробація методів дослідження тілесної ідентичності студентів. В аспекті нашого дослідження під тілесною ідентичністю ми розуміємо стійку властивість особистості, що характеризується переживанням тілесної тотожності і цілісності свого фізичного Я, виявляється в когнітивних і емоційно-оцінних аспектах, що простежуються в поведженні, професійній діяльності і соціальних відносинах. До когнітивного аспекту відносяться: суб'єктивна значимість визначених фізичних якостей (автопортрет, зовнішність, схема тіла); рівень розвитку рефлексії до прояву певних фізичних якостей, усвідомлення внутрішньої фізичної цілісності; відповідність образу фізичного Я і поставлених цілей у процесі їхньої реалізації. До емоційно-оцінного аспекту відносяться: почуття задоволення своїм тілом; переживання тілесної цілісності і природності; ступінь визначеності границь свого тіла та їх відчуття. Уточнимо, що цілісність фізичного образу Я виявляється через ступінь розуміння і прийняття свого тіла (тілесні установки, позитивний образ свого тіла), адекватне ставлення до зовнішності (автопортрет).

У дослідженні взяли участь 70 студентів, що навчаються на одержання ступеня магістра. Дослідженням послідовно було запропоновано виконати 5 методик. Першим етапом роботи стало стандартизоване інтерв'ю (Дж. Марсія, С.Арчер) для визначення моделей ідентичності, що містило 7 блоків питань, і дозволяло розкрити рівні ідентичності через: професійні плани, родина і ролі чоловіка та жінки, роль батьків, пріоритети родини та кар'єри, релігійні переконання, політичні переконання, ставлення до статевих ролей. Наприкінці кожного блоку по шкалі від 1 (зовсім не важливо) до 7 (дуже важливо) необхідно було оцінити значимість для себе кожної запропонованої сфери. У результаті аналізу відповідей студентів і наступної обробки даних по досліджуваних шкалах, нами було виявлено 4 типи ідентичності: досягнута ідентичність, мораторій, дифузійна ідентичність і спадкування. Дамо коротку характеристику студентам, що ввійшли до групи з різними моделями ідентичності.

Модель "досягнута ідентичність": у професійному плані всі досліджені хочуть одержати вище утворення і працювати, "...бажано за фахом, піднімаючись кар'єрними сходами...". При цьому і юнаки, і дівчата планують створення родини і народження дітей, але після того, як "...родина твердо встане на ноги...". Як правило, досліджувані даної групи схвалюють шлюб своїх батьків і прагнуть бути на них схожими, але є і виключення, коли свою родину хочуть створити "...абсолютно не схожою на батьків...". Усі студенти позитивно ставляться до релігії і мають свої політичні переконання.

Модель ідентичності "мораторій": у професійному плані випробувані планують одержати вищу освіту й роботу за спеціальністю або побудову свого власного бізнесу. Більшість (особливо дівчата) планують створення родини і народження дітей. Ставлення до того, як побудована родина батьків неоднозначне (є схвалення, є невдоволення). Усі випробувані позитивно ставляться до релігії, більшість мають свої політичні переконання.

Модель ідентичності "дифузійна": у професійному плані випробувані планують одержати вищу освіту і роботу за спеціальністю або заснування свого власного бізнесу, хоча деяких влаштувала б і середня фахова освіта "... аби вона приносила гроші...". Більшість (особливо дівчата) планують створення родини і народження дітей. Ставлення до того, як побудована родина батьків неоднозначне (є схвалення, є невдоволення). У більшості позитивних ставлень до релігії, мають свої політичні переконання, але в одиничних випадках політикою і релігією не цікавляться.

Модель ідентичності "спадкування": у професійному плані випробувані планують одержання вищої освіти, але - "... це не є головним...". Планують працювати і створювати родину. Ставлення до того, як побудована родина батьків неоднозначне (є схвалення, є невдоволення). У більшості позитивних ставлень до релігії, мають свої політичні переконання, але в одиничних випадках політикою і релігією не цікавляться.

Другим етапом роботи було виявлення особливостей тілесної ідентичності, критеріями якої з'явилися представлення випробуваного про свою зовнішність, уявлення про себе у зв'язку з фізичною структурою тіла і ставлення до свого тіла. Для цієї мети використовувалася методика "Автопортрет" (Е.С.Романова, С.Ф. Потьомкіна). Бажано зробити уточнення, що

зовнішність і схема тіла є досить важливими показниками, що дозволяють вивчити фізичне Я. Як вказувалося в наших ранніх роботах і в дослідженнях інших авторів, дійсно показники прийняття своєї зовнішності є показниками позитивного рівня тілесної ідентичності [3, 6].

На листі паперу випробуваним було запропоновано намалювати свій автопортрет, більш ніяких інструкцій не давалося. При аналізі малюнків виділялися ознаки зображення, на основі яких усі малюнки можна об'єднати за такою схемою: естетичне зображення, схематичне зображення, реалістичне зображення, метафоричне зображення, автопортрет в інтер'єрі, емоційний автопортрет, зображення пози або руху, зображення автопортрета зі спини. Далі матеріал, отриманий у тесті "Автопортрет", ми впорядкували за схемою Ріда і виявили екстра-інтроверсію випробовуваних. Дані дозволяють зробити припущення про домінування того або іншого типу зображення в обстежуваній групі (у нашому випадку незалежно від типу ідентичності домінує метафоричне зображення - людина зображує себе у вигляді якого-небудь предмета, тварини, рослини, літературного персонажа і т.ін.). Але для більш повної інтерпретації тесту необхідна подальша робота з зіставленням показників, що виявляються при обробці малюнка, з показниками інших методик і даних спостережень.

Далі студентам був запропонований опитувальник тілесних установок (Hehl F.J., Wirsoning M.) і методика Э. Г. Эйдемиллера для визначення особливостей відношення до свого тіла в студентів з різним типом акцентуації характеру. Виявилось, що найпоширеніший у даній вибірці тип акцентуації характеру - конформний (47%), 53 % - розподілилися між гіпертимним, емоційно-лабільним, циклоїдним, психастеничним, епілептоїдним типами. Слід також зазначити, що абсолютно всі випробувані (100%) за даними опитувальник тілесних установок "підключаються про своє тіло". Різниця складається лише в ступені турботи (більше або менше) і в додаткових показниках, таких як підтримка свого тіла і його прикраса. Важливим, інформативним для нас показником став той факт, що випробовувані (100%) з типом "досягнута ідентичність" "не соромляться" свого тіла, у той час як у випробовуваних з іншими типами ідентичності ("мораторій", "дифузія") частіше зустрічаються відповіді, що показують "соромливість" свого тіла. А в групі з типом ідентичності "спадкування" випробувані також "не соромляться" свого тіла (76%).

За отриманими даними можна зробити проміжні висновки: випробовувані з високим рівнем ідентичністю ("досягнута ідентичність") сприймають себе такими, які вони є на даний момент часу, включаючи і своє тіло. Випробовувані з типом ідентичності "спадкування" також у більшості задоволені своїм тілом, але можна припустити, що в даному випадку причина інша: вони не пред'являють до тіла високих вимог і приймають його. При цьому, за даними методики психосоматичних установок, вони також підключаються про нього, по необхідності прикрашають і підтримують. А от випробовувані з ідентичністю "мораторій" і "дифузія" характеризуються трохи іншими якостями. Вони також підключаються про своє тіло, але частіше соромляться його. На наш погляд це пов'язано з так названим "переходом" від неприйняття своєї зовнішності, фізичних даних до цілісного сприйняття своєї особистості, у тому числі її тілесному аспекті. Даній групі випробовуваних має бути посилена робота з образом свого тілесного Я.

Завершальним етапом нашого дослідження стала методика М. Фельденкрайза для визначення "Тілесного образу "Я" [4]. Тілесний образ "Я", або несвідомий образ тіла - одна з глибинних і базових структур особистості, що впливає на всю особистість у цілому і на її рух по життєвому шляху. З нього можна зчитувати інформацію про особливості структури характеру, актуальні проблеми, м'язовий панцир і тілесну ідентичність.

Про тілесний образ "Я", про можливість його виявлення вперше заговорив М.Фельденкрайз, засновник однієї зі шкіл тілесно-орієнтованої терапії. Він запропонував спосіб виявлення тілесного образу Я за допомогою простої та оригінальної методики: людина з закритими очима показує розміри частин свого тіла, а його партнер у цей час їх замірює. У методиці містяться ключові виміри для створення схематичного зображення фігури людини. Після виміру вони переносяться на папір, де в масштабі 10:1 створюється графічне зображення. Метою методики є виявлення ступеня відповідності несвідомого образу тіла свідомому, тобто для виявлення кількості перекручувань тілесного образу Я, тобто, ступеня розуміння свого тіла, адекватності його відчуття [5]. У контексті нашого дослідження дана методика цікава нам для визначення тілесної ідентичності, а саме тілесної totoжності і цілісності фізичного Я випробовуваних. Ми припускаємо, що саме розуміння свого тіла, мінімальна різниця в перекручуваннях уявлюваний і реальний образи Я є показниками тілесної ідентичності.

Випробовуваним було запропоновано написати розповідь про себе, в якій необхідно викласти ставлення до своєї зовнішності, своєї будови тіла і можливостями використання свого тіла. Після цього відбувається розподіл по парах, здійснення вимірів і побудови реальний та уявлюваний образи Я. Потім необхідно зіставити написаний спочатку роботи розповідь про себе зі схемами образу Я. Наступний етап: асистент (той, хто здійснював виміри) бере схему уявлюваного образу Я і дає характеристику образу намальованому на схемі. обов'язкова умова - в оцінці необхідно абстрагуватися від конкретної людини і давати опис тільки по відчуттях, що виникають при погляді на малюнок. Далі на окремому листі паперу малюється схематично силует людини, на ньому відзначаються місця м'язової напруги випробовуваного в позі стоячи (позиція дорослої людини) і лежачи (позиція дитини). Після чого необхідно зіставити малюнок уявлюваного образу Я і силует з м'язовими напругами. У результаті роботи за даною методикою ми розподілили випробовуваних по чотирьох типах: фемінний, маскулинний, безстатевий і андрогінний. Кожен тип має свою характеристику і рекомендації з подальшої психотерапевтичної роботи. Але особливо важливою стала для нас класифікація за наступними критеріями: 1) адекватне відчуття і сприйняття свого тіла (група "А"); 2) середньо-адекватний рівень (група "Б"); 3) неадекватний рівень (група "В").

Цей розподіл проходив за критерієм "Кількість розбіжностей між реальним і уявним образами тіла". Образ тіла будувався по 26 запропонованих частинах тіла. Якщо в уявному і реальному образі збіглися всі розміри, то мова йде про адекватне відчуття свого тіла. Якщо кількість перекручувань розмірів по різних частинах тіла не перевищувало 8, то це середньо-адекватне відчуття свого тіла. Відповідно 9 і більше розбіжностей розмірів частин тіла між реальним і уявним образами тіла говорить про неадекватне відчуття свого тіла.

З погляду нашого дослідження високий рівень тілесної ідентичності присутній лише в перших двох ("А" і "Б") групах, оскільки тілесна totoжність і цілісність свого фізичного Я можливі лише при адекватному відчутті свого тіла. У нашому дослідженні більшість випробовуваних (65%) знаходяться в групі "Б" (середньо-адекватне відчуття свого тіла); група "А" - адекватне відчуття свого тіла, складає 10%, і що залишилися 25% - це випробувані з неадекватним відчуттям свого тіла - група "В".

Узагальнивши й зіставивши отримані дані, за всіма проведеними методиками, ми дійшли висновку, що в досліджуваній нами вибірці переважає модель ідентичності "мораторій" і "дифузійна ідентичність". Багато студентів відзначають невдоволення з приводу своєї зовнішності і свого тілесного і фізичного стану. Також їхнє відчуття, сприйняття та усвідомлення свого тіла є середньо-адекватне (уявлення про тіло і реальний образ тіла збігаються з перекручуваннями). Усе це свідчить про те, що рівень тілесної ідентичності випробовуваних досить невисокий. А, отже, для підвищення

адекватності відчуття свого тіла, тілесної тотожності і цілісності свого фізичного Я; суб'єктивної значимості визначених фізичних якостей (автопортрет, зовнішність, схема тіла); рівня розвитку рефлексії до прояву визначених фізичних якостей, усвідомлення внутрішньої фізичної цілісності необхідна робота, спрямована на підвищення рівня тілесної ідентичності. Тому перспективою нашого дослідження є створення авторської методики для діагностики показників тілесної ідентичності і, розробка принципів тілесно-орієнтованого тренінгу, спрямованого на корекцію тілесної ідентичності особистості. Актуальність і необхідність у подальшій роботі продиктована отриманими даними про переживання невдоволення щодо зовнішності, а також тілесних і фізичних станів у більшості студентів.

Узагальнюючи теоретичні та експериментальні дані, що описують тілесність людини, а також опираючись на результати нашого дослідження, ми можемо зробити ряд висновків.

1. Студенти не усвідомлено презентують у зовнішній світ свій тілесний образ, свою тілесну ідентичність. Якщо подивитися на м'язові напруги і схему уявлюваного образу себе, можна помітити, що перекручування розмірів збігаються з блоками напруг, що ми неусвідомлено виражаємо в зовнішній світ. Ці напруги, і ці мікроімпульси зчитуються людьми що нас оточують на несвідомому рівні. І характеристика образу, дана асистентом, відповідає тому враженню, що складається в доколишніх про що людину. При цьому, той опис, що людина дає сама собі на початку роботи, найчастіше збігається зі схемою, зображеної в правильних розмірах. Для того, щоб з'ясувати, що означають перекручування в нашому баченні себе, дуже важливо зрозуміти, який саме зміст ми вкладаємо в наші уявлювані параметри. На чому базується наше тілесне відчуття образу себе? Якщо розглянути це питання з погляду енергетичних процесів, то можна припустити, що величини окремих частин нашого тіла, що представляються нами, відбивають ту кількість енергії, що ми реально надаємо їм для функціонування. Якщо якась частина тіла на уявлюваному малюнку виявилася значно крупніше (більш ніж на десять відсотків), ніж вона є в реальності, то можна припустити, що на функціонування цієї частини тіла енергії витрачається більше, ніж вона цього вимагає.

Перше, що з цього випливає, - у цій частині тіла існує велика кількість м'язових напруг.

Друге, що важливо, - раз на життєдіяльність цієї частини тіла витрачається більше енергії, ніж потрібно, виходить, людина додає їй більше значення, ніж вона має в реальному фізичному тілі. І тут уже можна приступати до аналізу через розуміння проєктивного змісту функціонального значення частин тіла.

Що стосується ситуації коли якась частина уявного тіла виглядає набагато менше, ніж вона є насправді, можна зробити припущення, що на функціонування цієї частини тіла іде не стільки енергії, скільки це функціонування в реальності вимагає, тобто в цьому сегменті існує значна кількість м'язових блоків влаштованих по гипо - типу, тобто м'язи з недостатнім тонусом. А це, у свою чергу, свідчить про те, що цій частині тіла людина не приділяє достатньо уваги, не надає їй того значення, якого вона дійсно заслуговує, виходячи з її реальної фізичної ролі. В ідеалі схематичне зображення уявного "образу Я і реального не занадто відрізняються одне від одного, але це зустрічається досить рідко, що ще раз доводить наше дослідження.

2. Представлений комплекс методик дозволяє здійснити діагностику тілесної ідентичності, але отримані результати не розкривають повною мірою цілий ряд особливостей досліджуваного феномену. Зокрема це стосується ідеї В. Райха, про те, що фізичний (м'язовий) і психологічний "панцир" функціонально тотожні. Визначений м'язовий патерн (наприклад, хронічна напруга) може бути оцінений та інтерпретований терапевтом відповідно до символічної функції сегмента.

3. Кожному типові тілесної ідентичності рекомендована подальша психологічна робота. Наприклад, фемінному типові - робота зі страхами, адаптація в соціумі; маскулинному - зробити акцент на підвищення пластичності, адаптивності, робота з опорами; безстатевому типові також рекомендована робота зі страхами; а от психологічна допомога для андрогінного типу повинна бути спрямована на інтеграцію особистості, різних її сторін в єдине ціле.

Найважливіше, що дає робота з тілесним образом себе, це можливість наочно побачити цей образ, і на основі наявної інформації проаналізувати свій поточний стан. З огляду на те, що образ має тенденцію змінюватися згодом, тому тілесно-орієнтований тренінг, спрямований на психокорекцію тілесної ідентичності особистості є досить актуальний і необхідним у сучасній психотерапії.

ЛІТЕРАТУРА

1. Лаврова О.В. Глибинна топологічна психотерапія: ідеї про трансформації / О.В. Лаврова. – СПб. : Изд-во ДНК, 2001.
2. Нікітін В.Н. Психологія тілесної свідомості / В.Н. Нікітін. – М.: Алетей, 1999. – 400 с.
3. Тілесність людини: міждисциплінарні дослідження (збірник під. ред. В.Баскакова). – М., 1993.
4. Фельденкрайз М. Сознание через рух / М. Фельденкрайз. – М., 1995.
5. Електронний ресурс: <http://project.megarulez.ru>.
6. Петрівська А.О. Проблема діагностики тілесної ідентичності в сучасній психологічній науці / А. О. Петрівська // Науковий вісник ПДРУ ім. К.Д. Ушинського (зб. наук. праць) №12. – Одеса: ПДПУ ім. К.Д. Ушинського, 2008. – С. 226-233.

Подано до редакції 09.09.09

РЕЗЮМЕ

У статті розглянуто особливості прояву тілесної ідентичності майбутніх фахівців гуманітарних професій за допомогою ряду методик, спрямованих на діагностику тілесної ідентичності.

Ключові слова: тілесна ідентичність, психодіагностична діагностика, фахівці гуманітарних професій.

А.А. Петровская

ОПЫТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКСА ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИХ МЕТОДИК ДЛЯ ОЦЕНИВАНИЯ ТЕЛЕСНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ

РЕЗЮМЕ

В статье рассмотрены особенности проявления телесной идентичности будущих специалистов гуманитарных профессий с помощью ряда методик, направленных на диагностику телесной идентичности.

Ключевые слова: телесная идентичность, психодиагностическая диагностика, специалисты гуманитарных профессий.

G.O. Petrovska

EXPERIENCE OF USING A COMPLEX OF PSYCHODIAGNOSTIC METHODS FOR EVALUATING STUDENTS' CORPORAL IDENTITY

SUMMARY

The article analyzes some features of displaying corporal identity of future Humanities specialists; describes some methods directed at diagnosing corporal identity.

Keywords: corporal identity, psychodiagnostic methods, Humanities specialists.
