

Журнал «Перспективи та інновації науки»
(Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)
№ 10(44) 2024

УДК 159.923

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-10\(44\)-928-940](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-10(44)-928-940)

Калюжна Євгенія Миколаївна кандидат психологічних наук, доцент, Київський столичний університет імені Бориса Грінченка, доцент кафедри практичної психології, вул. І. Шамо, 18/2, м. Київ, <https://orcid.org/0000-0003-0735-2247>

Ковальова Ольга Вікторівна доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, вул. Наукового містечка, 59, м. Запоріжжя, <https://orcid.org/0000-0001-5061-6506>

Савченко Ніна Володимирівна аспірантка кафедри психології Міжрегіональної Академії управління персоналом, вул. Фрометівська, 2, м. Київ, <https://orcid.org/0000-0002-1297-2187>

Варіна Ганна Борисівна магістр психології, старший викладач кафедри психології, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, вул. Наукового містечка, 59, м. Запоріжжя, <https://orcid.org/0000-0002-0087-4264>

Медвідь Інна Василівна магістр психології, старший викладач кафедри психології, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, вул. Наукового містечка, 59, м. Запоріжжя, <https://orcid.org/0009-0005-4875-3217>

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ФОРМУВАННЯ СТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ДО ТІЛЕСНОГО «Я» В ОНТОГЕНЕТИЧНОМУ ЗРІЗІ

Анотація. Для сучасної людини тіло є необхідною умовою, що визначає професійний, соціальний і навіть особистий успіх. Сьогодні можна навіть сказати, що уявлення про тіло є одним із аспектів соціальних уявлень про людину та її місце в суспільстві. Тілесне/фізичне «Я» людини є однією з найважливіших частин загальної самооцінки людини, оскільки тіло людини постійно спостерігають і оцінюють. Усвідомлення тіла складається з розумового, емоційного, фізичного та історичного аспектів. На думку дослідників у галузі тілесності, здорове тіло включає незмінний образ тіла, внутрішній стрижень, реальність образу свого тіла, тривимірне бачення його та відчуття тілесного «Я». В психології існують різні підходи до визначення

місця і ролі тілесного «Я» в структурі особистості, вони варіюються від майже повного виключення його зі структури самосвідомості до розгляду фізичного «Я» як одного з первинних елементів в організації психіки. Оскільки ставлення до розвитку тілесного/фізичного «Я» ще більш різноманітне, основним завданням нашого дослідження було визначення етапів цього процесу.

Ця стаття спрямована на дослідження сучасного стану та систематизацію існуючих уявлень про образ та схему тіла. Для аналізу теоретичних моделей було виділено такі критерії: експлікація механізму, що лежить в основі формування та перебудови образу тіла, виявлення аспектів образу тіла, розвиток яких пояснюється представленими концепціями. Окремо розглядалося питання про різницю між схемою та образом тіла, що є актуальним у зв'язку з уточненням нейронних механізмів репрезентації свого тіла суб'єктом. В рамках обговорення феноменологічного рівня тілесного досвіду розглядаються припущення, згідно з якими схема тіла є фрагментарною, а не ієрархічною структурою. Показано суттєві відмінності у розумінні базових механізмів формування образу тіла, що обумовлено увагою до різних тілесних феноменів.

Ключові слова: тілесність, феномен тіла, розвиток тілесного «Я», психологічний онтогенез, психоаналітичні дослідження, психосоматичний розвиток.

Kaliuzhna Yevheniia Mykolaivna Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Associate Professor of the Department of Practical Psychology, 18/2 Ihor Shamo Blvd, Kyiv, <https://orcid.org/0000-0003-0735-2247>

Kovalova Olha Viktorivna Doctor of Psychological Sciences, Professor, Department of Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University, Naukove Mistechko St., 59, Zaporizhzhia, <https://orcid.org/0000-0001-5061-6506>

Savchenko Nina Volodymyrivna graduate student of the Department of Psychology of the Interregional Academy of Personnel Management, St. Frometivska, 2, Kyiv, <https://orcid.org/0000-0002-1297-2187>

Varina Hanna Borysivna Master of Psychology, Senior Lecturer of the Department of Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University, Naukove Mistechko St., 59, Zaporizhzhia, <https://orcid.org/0000-0002-0087-4264>

Medvid Inna Vasylivna Master of Psychology, Senior Lecturer of the Department of Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University, Naukove Mistechko St., Zaporizhzhia, 59, <https://orcid.org/0009-0005-4875-3217>

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF THE FORMATION OF A PERSONALITY'S ATTITUDE TO THE BODILY "I" IN THE ONTOGENETIC SECTION

Abstract. For a modern person, his body becomes the essential condition that largely determines professional, social and even personal success. We can even say that the idea of the body is today one of the aspects of social ideas about a person and his place in society. A person's bodily self is one of the most important components of the entire self-image, because the body can be observed and evaluated constantly. Body perception consists of mental, emotional, physical, and historical aspects. According to researchers in the field of physicality, a healthy body involves the mobility of the bodily self with an unchanged body scheme, an internal core, the realism of one's own bodily image and the volume of one's body, seeing it in three dimensions. In psychology, there are different approaches to determining the place and role of the bodily self in the personality structure - from almost completely excluding it from the structure of self-consciousness to considering the bodily self as one of the leading factors in the organization of the psyche. Attitudes to the development of the bodily self are even more diverse, so the main task of our research was to identify the stages of this process.

This article is aimed at researching the current state and systematization of existing ideas about the image and scheme of the body. The following criteria were selected for the analysis of theoretical models: explanation of the mechanism underlying the formation and reconstruction of body image, identification of aspects of body image, the development of which is explained by the presented concepts. The issue of the difference between the scheme and the image of the body, which is relevant in connection with the clarification of the neural mechanisms of the subject's representation of his body, was separately considered. As part of the discussion of the phenomenological level of bodily experience, assumptions are considered, according to which the body schema is a fragmentary, not a hierarchical structure. Significant differences in the understanding of the basic mechanisms of body image formation are shown, which is caused by attention to various bodily phenomena.

Keywords: physicality, body phenomenon, development of bodily "I", psychological ontogenesis, psychoanalytic research, psychosomatic development.

Постановка проблеми. Нині існують різноманітні теоретичні моделі, що описують багатоаспектний процес сприйняття особистістю свого тілесного «Я». У науковій літературі в якості інтегрального поняття, що окреслює все коло емпіричних фактів, що відносяться до переживань і уявлень суб'єкта про власне тіло, використовуються поняття фізичного «Я» (образу фізичного «Я»), тілесного «Я», образ тіла. У деяких випадках при зверненні до питань ставлення особи до свого фізичного вигляду йдеться про зовнішнє «Я».

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На проблематику людського тіла ще з давніх-давен звертали увагу філософи та вчені, визнаючи його тісний зв'язок з душею, а також необхідність догляду та турботи про нього. У різні історичні періоди ставлення до тілесності кардинально змінювалося, то підкреслювалася його значимість, оспівувалась краса та унікальність, то повністю заперечувалася фізіологічна сутність людини. Першими заговорили про вплив тілесності на розвиток свідомості представники психоаналітичного напрямку. Австрійський психолог Альфред Адлер вказував на зв'язок образу тіла з самооцінкою, яка розкривається у формуванні компенсаторної поведінки, спрямованої на усунення фізичної неповноцінності. В теорії культурно-історичної концепції тіло розглядається як перша зброя у житті людини, що допомагає пізнавати (відображати) навколишній світ.

Історично першим напрямом, що позначив проблему образу тіла і ініціював його вивчення, став психодинамічний підхід. У роботі «The Image and Appearance of the Human Body» («Образ і зовнішній вигляд людського тіла»), написаної в 1935 році і присвяченої виключно даної тематики, австрійський психоаналітик Пауль Шильдер наголосив на необхідності враховувати психологічні і соціокультурні складові образу тіла, що й визначило напрямом більшості подальших досліджень. У 1935 році П. Шильдер вводить поняття «образ тіла». Автор описує образ тіла як тілесно-психологічну карту, тобто сукупність знань особистості про власне тіло. При цьому образ тіла як феномен рухливий і складається з переживань тілесного досвіду. На його трансформацію впливають вікові біологічні зміни, події, що відбуваються в житті людини, її діяльність, оцінки інших людей [1]. Таким чином, введене поняття підштовхнуло дослідників до докладнішого вивчення тілесного образу і розумінню його ролі у функціонуванні психічного життя.

Через деякий час було опубліковано ряд робіт, які поглибили розуміння структури образу тіла. Найвідомішими з яких стали: монографія S. Fisher і S.E. Cleveland «Body Image and Personality» [2], в якій вперше з'явилася концепція «кордонів образу тіла» і для вивчення сприйняття тіла стали використовуватися проєктивні методи, книга F. Shontz «Perceptual and Cognitive aspects of Body Experience» [3], яка обґрунтовувала необхідність запровадження поняття «тілесний досвід» замість поняття «образ тіла», і двотомна робота S. Fisher, яка вийшла пізніше, «Development and Structure of The Body Image» [4].

Однак незабаром з'явилися дослідження, що виходять за рамки психодинамічної парадигми. Так, у 1990-ті роки виходять книги: К. Thompson «Body image disturbance: Assessment and treatment» [5] і «Body image, eating disorders, and obesity: An integrative guide for assessment and treatment», Т.Ф. Cash, Т. Pruzinsky «Body Images: Development, Deviance and Change» [6], К. Philips «The Broken Mirror: Understanding and Treating Body Dysmorphic Disorder», S. Grogan «Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women, and

Children» [7] та ін. Перш ніж звернутися до проблеми образу тіла, необхідно розглянути поняття «Я-концепції», оскільки образ тіла є її складовою. З позиції англійського психолога Роберта Бернса, «Я-концепція» - сукупність уявлень людини про себе, пов'язана з її оцінкою. Виникає «Я-концепція» у процесі взаємодії з навколишнім соціальним середовищем.

Мета статті - дослідження сучасного стану та систематизація існуючих уявлень про образ та схему тіла, вивчення психологічних механізмів формування ставлення особистості до тілесного «Я» в онтогенетичному зрізі.

Виклад основного матеріалу. Образ тілесного «Я» формується планомірно протягом життя людини і залежить від множинних впливів суспільства. Виділяються такі стадії розвитку самосвідомості: усвідомлення роздільності себе та світу, усвідомлення психічних властивостей, усвідомлення ідентичності, формування системи самооцінок. В якості одного із джерел формування образу тіла виділяють оцінку стану здоров'я свого тіла та переживання наявної фізичної неповноцінності. Тобто, образ тіла як сукупність уявлень про своє тіло і зовнішність – це один із образів «Я», введений у когнітивний компонент «Я-концепції». Деякі психологи виділяють три підходи до вивчення психологічного феномену образу тіла [2-4, 6]:

1. Перший підхід був пов'язаний із дослідженнями фізіологів і неврологів, спрямованими на вивчення здатності тіла до пересування та визначення мозкових структур, відповідальних за ці процеси. У цей час вводиться поняття «схема тіла», яка представляє рухому систему, що формується на основі стимулів, що надходять із зовнішнього середовища, та пережитого сенсорного досвіду. За допомогою схеми тіла людина контролює та регулює розміщення тіла у просторі, здійснює корекцію рухів та поз. Схема тіла є результатом роботи аналізаторних систем, а образ тіла – результат психічного відображення, яке або усвідомлене, або неусвідомлене.

2. Подальший розвиток поняття, що вивчається, привело до розуміння образу тіла як результату відображення і формування індивідуальної картини свого фізичного вигляду на основі сприйняття інших людей. На цьому теоретичному етапі з'являється поняття «концепція тіла», під яким розуміється формалізація відомих якостей, за допомогою яких людина описує своє тіло. Сформувавши концепцію свого тіла, людина може її вербалізувати, і навіть зобразити за допомогою художніх засобів.

3. Третій підхід, який на даний момент визнаний сучасним та актуальним, розглядає образ тіла як багатокомпонентну, узагальнену, взаємопов'язану структуру, що включає сприйняття, оцінки, установки, уявлення щодо тіла та зовнішності.

Розгляд різних компонентів, що входять до структури образу тіла, тягне за собою розбіжність сформульованих визначень. Так, американський психолог К. Thompson склав список з шістнадцяти визначень образу тіла, що використовуються дослідниками на сучасному етапі [7]. В них міститься вказівка

на аспекти тілесного досвіду, які часом вживаються як взаємозамінні, наприклад, точність сприйняття розмірів тіла, задоволеність тілом і зовнішністю, оцінка зовнішності тощо. На думку T.F. Cash, L. Smolak, на феноменологічному рівні залишається безперечним наявність переживання матеріальної, тілесної втіленості свого «Я» як підтвердження реальності існування свого тіла в часі та просторі [8]. Не виникає суперечок лише щодо початкового шару тілесного досвіду - схеми тіла, яка визнається всіма дослідниками в якості базової репрезентації тілесного досвіду, що дає основу для подальшої диференціації тілесних уявлень і переживань.

Проблема образу тіла стала розглядатися і осмислюватися у багатьох вимірах: в аспекті глибинного емоційного та тілесного досвіду, в еволюційній ретроспективі, в культурно-історичному контексті, в аспекті нейрофізіологічних механізмів, що забезпечують переживання тіла, в рамках когнітивних та когнітивних поведінкових соціальних патернів, прийнятих щодо тіла, тощо. Таким чином, на зміну психодинамічних концепцій прийшли когнітивно-біхевіоральні, соціокультурні, еволюційні, інформаційно-процесуальні, феміністські теорії, стали активно розвиватися нейропсихологічні дослідження образу тіла. Крім того, було взято курс на інтеграцію між різними концепціями та дисциплінами.

Нині, слідуючи загальній тенденції до міждисциплінарності, психоаналіз активно асимілює ідеї інших напрямів: нейрофізіології, феноменології, філософії. Дослідники роблять спробу розглядати явища з кількох точок зору, пов'язуючи між собою дані різних рівнів: фізіологічного, феноменологічного, соціокультурного. Зокрема, завдяки даним нейрофізіологічних досліджень, постійно уточнюються і коригуються уявлення про розвиток тілесного «Я» в онтогенезі, про емоційну пам'ять тіла, про джерело спотворень образу тіла і т.д.

Сучасними представниками психоаналізу: J. Lichtenberg, M. Main, P. Fonagy, M. Target, D.W. Krueger та ін. розвиваються ідеї про зв'язок психічної організації та тілесного розвитку [9]. У рамках цього напрямку для позначення тілесного досвіду концептуально обґрунтовано використання терміна тілесне «Я», який не є синонімом «образу тіла», а навпаки включає в себе останнє. Тілесне «Я» є динамічною ієрархією переживань і когнітивних процесів, що розвиваються від образів і слів через організуючі патерни до абстракцій вищого рівня, і регулюючих загальний психологічний досвід [9]. Важливо, що поряд з усією сукупністю тілесних переживань, пов'язаних з функціонуванням тіла, тілесне «Я» несе в собі вказівку на їх зв'язок з ідентичністю – присвоєння свого тіла, оволодіння ним пов'язане з розвитком особистості, поступовою трансформацією тілесних переживань в его-структурі. Образ тіла представляє собою динамічну, яка постійно розвивається ментальну репрезентацію тілесного «Я». J. Lichtenberg визначає тілесне «Я» як комбінацію психічного переживання тілесної чутливості, тілесного функціонування та образу тіла. Інакше висловлюючись, образ тіла крім відчуттів включає у собі когнітивні компоненти.

Журнал «Перспективи та інновації науки»
(Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)
№ 10(44) 2024

Розвиток індивідуальних функцій самостійного тіла та відповідних репрезентацій тілесних переживань, а також домінуючий аспект фізичного почуття ідентичності, вкорінений у даній формі репрезентації. Синтетичне представлення окремих типів репрезентації власних соматичних станів, їх регуляторної функції та значення для відчуття тілесної ідентичності подано в таблиці 1 нижче.

Таблиця 1.

Тілесне «Я»: типи репрезентацій, їх функції та значення для почуття ідентичності

Репрезентація	Формальні ознаки репрезентації	Регуляторна функція	Прояви тілесного «Я» в контексті почуття ідентичності
Сенсомоторні патерни	Фіксовані нейрональні зв'язки, що відображають взаємозв'язок активності окремих структур мозку, пов'язаних з ними стимулів та реакцій – автоматичне регулювання	– автоматичне регулювання власної діяльності - координація рухів (схема тіла)	- первинне самовідчуття на основі потоку відчуття, що виходять від тіла - первинне почуття зв'язності з власним тілом як наслідок здатності матері до підтримці оптимального стану та контроль власних рухів тіла (схема тіла)
Вербальний етикет, що стосується відчуттів, емоцій та тілесних станів	Вербальний етикет	– усвідомлена реєстрація стану, в якому знаходиться людина, що дозволяє оцінити його інтенсивність, адекватність та усвідомлену регуляцію діяльності	– почуття зв'язку з тілом, засноване на вмінні інтерпретувати відчуття, що походять від власного тіла
Комплексна інтерпретація свого власного стану (знання причини та навички подолання труднощів, вміння впоратися з емоціями та фізичне вирівнювання)	Володіння знаннями про причини власного тілесного стану та емоції та існуючі методики виживання з ними	- свідоме регулювання діяльності, мета якої полягає у підтримці чи досягненні оптимального рівня емоційного стану	– сформоване почуття узгодженості, пов'язане зі здатністю регулювати свої емоції та стани фізіологічних потреб – в оптимальній ситуації всі вищеперелічені аспекти почуття ідентичності не вербалізовані

Джерело: Sakson-Obada O. Rozwój ja cielesnego w kontekście wczesnej relacji z opiekunem. Roczniki psychologiczne. 2008. Tom XI, numer 2.

Слід зазначити, що в запропонованому підході DR OLGA SAKSON-OBADA розвиток тілесного Я включає три етапи, які визначаються появою нової здатності, що визначає спосіб репрезентації тілесних переживань на психологічному рівні. Спочатку тілесне «я» дає дитині змогу отримати досвід, який дозволяє їй представити тілесні переживання у формі сенсомоторних схем. Далі розвивається здатність інтерпретувати власний досвід, що означає доповнення сенсомоторного уявлення словесним маркуванням. З точки зору розвитку, останньою функцією самості тіла є здатність регулювати власні емоції та фізичні стани, що означає розширення уявлення знаннями про причини та способи боротьби із згаданими переживаннями тіла.

Ментальні репрезентації тіла, що розвиваються в ході онтогенезу, закладають основу для почуття «Я». Форма уявлення образу тіла в інтрапсихічному досвіді є переважно прихованою, несвідомою – він виявляє себе у метафорах, наративах, у специфічних симптомах, є символічним виразом несвідомих переживань. Суб'єкт у більшості випадків не усвідомлює, що його сприйняття власного тіла забарвлено емоціями, які актуально не усвідомлюються. У психоаналізі висловлюється важлива думка про те, що деякі тілесні переживання блокуються і не допускаються у свідомість через їх високу травматичність для суб'єкта (ця ідея запозичується з теорії травми) або ж через встановлення на ігнорування емоцій, що виявляються тілесно.

Таким чином, тіло стає контейнером для тих почуттів, які не можуть бути висловлені, або навіть просто допущені до усвідомлення. Наслідком заблокованості, недоступності тілесних переживань та пов'язаних з ними емоцій є відсутність засобів для дослідження та перетворення свого «Я», так стверджує D.W. Krueger [9]. Даний автор, об'єднавши психодинамічні принципи, теорію прихильності, нейропсихологію та науку про ранній розвиток дитини, формулює уявлення про інтеграцію тілесного та психологічного «Я», як основи переживання власної психофізичної цілісності, безперервності та унікальності. Тілесне «Я» дає початок так званому психологічному «Я», фундаментом якого є відчуття того, що ми розташовуємося всередині свого тіла, що існує єдність тіла і розуму, які обидва належать особистості. Психологічне «Я» розвивається з оволодінням мовою та символами, що означають внутрішній досвід і уможлиблюють його вираження при комунікації. У ході онтогенезу повинна здійснитися інтеграція тілесного «Я», розрізнені елементи тілесного досвіду починають «концентруватися» навколо єдиного психічного центру, що передбачає розвиток здатності відображати власні переживання і поведінку, а також розуміти почуття, бажання, наміри, думки інших. Наголошується на значущості в онтогенезі довербального тілесного досвіду, що формується сенсомоторною взаємодією тіл дитини та дорослого, що здійснює турботу.

Важливим чинником, поряд з анатоμο-фізіологічним дозріванням, що впливає на розвиток тілесного «Я і образу тіла, є характер емпатичної

взаємодії дитини і дорослого на ранніх етапах психофізичного розвитку першого, особливості віддзеркалюючих реакцій дорослого (інакше кажучи, інтерсуб'єктивність, довербальне визначення тілесних станів дитини діями дорослого) [9].

У роботах психоаналітично-орієнтованих дослідників виділяються три стадії розвитку тілесного «Я»:

1. Стадія раннього переживання тіла, де головну роль грає пропріоцептивна чутливість. Дитина ще не відділяє своє тіло від оточення. Дотики дорослого формують відчуття його меж, а емпатичні реакції у відповідь вказують на довербальному рівні внутрішні стани дитини.

2. Визначення меж тіла та поділ внутрішніх станів. Встановлення меж тіла та внутрішніх станів формує інтегроване почуття «Я». Відбувається поділ внутрішнього та зовнішнього – що є «Я» і що – «не-Я». Внутрішній досвід дитини стає цілісним, оскільки він більше не являється сукупністю складових частин.

3. Визначення та інтеграція тілесного "Я" як основи самосвідомості. Новий рівень самосвідомості - 15-18 місяців, коли дитина впізнає себе в дзеркалі і починає говорити «ні», формується переживання окремоті свого існування. При нормальному розвитку переживання і образи, пов'язані з тілом, і навіть відчуття тілесних кордонів об'єднуються в єдине ціле. Синтез тілесного «Я» та психологічного «Я» дозволяє відчувати себе цілісним і безперервним.

Психологічний онтогенез фізичних функцій (тілесності) [10,11]:

1. Дитинство (немовля). Люди народжуються як особистості і повинні йти шляхом відповідного розвитку. Кожен етап на цьому шляху є переходом від різних можливих форм розвитку до конкретного шляху, обраного дорослим. Головним елементом у розвитку малюка є дорослий, чий досвід і особистість укорінені в культурному досвіді всього людства. Ця участь дорослого сприяє перебудові процесів в організмі немовляти.

Взаємодія з дорослими базується на потребах дитини, і дорослі розуміють і оцінюють фізичний стан дитини під час догляду. Матері залучають своїх дітей до спілкування, маніпулюють їхніми тілами та надають психологічного значення фізичним симптомам своїх дітей. Природні потреби дитини визначає мати. Дитина закарбовує (інтеріоризує) ставлення матері до цього прояву. Потреби служать мовою спілкування між дитиною і матір'ю. На цьому етапі формується перша символічна система - мова тіла. Ексцентричні діти вміють маніпулювати дорослими за допомогою мови тілесних функцій. Мова тіла, колись сформована, ніколи не виникає з досвіду, а в деяких випадках може бути чітко усвідомлена (наприклад, у символічній формі, виконуючи комунікативну функцію в істерії).

2. Дорослість: в ці роки дитина починає оволодівати своїм тілом (здатність наслідувати і засвоювати фізичні стереотипи дорослих при переживанні

емоцій, засвоюються стереотипи поведінки (міміка, тембр голосу, жести та ін.). Чим більше тілесна функція включена в план зовнішніх дій, тим більше вона регламентована соціальними нормами і тим вище ступінь психосоматичності цієї функції.

3. Етап оволодіння мовою. Дитині надається можливість когнітивно оцінити наявні у неї фізичні симптоми. Дитина починає визначати свій фізичний стан. Дітям надається можливість ставитись до свого тілесного самопочуття через призму мовного значення. Поняття тіла та його частин поступово починають диференціюватись, а самі фізичні та емоційні категорії починають розрізнятися.

4. Формування рефлексивного плану свідомості. Він має потенціал добровільно та свідомо регулювати фізичні процеси. Після диференціації відбувається інтеграція поглядів про власне тіло – формується категорія цілісного тіла, не зведеного до суми окремих елементів, тобто формується тілесне «Я».

Дослідники психоаналізу відзначають, що оволодіння в дитинстві навичками соціально прийнятеного задоволення потреб свого тіла, усвідомлення і здатність до управління функціями тіла є найважливішими етапами в розвитку особистості. У генетичних теоріях психосексуального розвитку З. Фрейда та Е. Еріксона поняття тілесного переживання стає ключовим, і форма подолання відповідної кризи розвитку вважається початковим пунктом процесу формування характеру певного типу [12].

В онтогенезі в період від 9 до 15 років відбувається розвиток уявлень дитини про власне тіло. Рівень інтелектуального розвитку є одним із факторів, що визначають особливості уявлень дитини про власне тіло. Динаміка уявлень про своє тіло в підлітковому віці пов'язана з віковими закономірностями – змінами в когнітивній та емоційно-мотиваційній сферах, становленням самосвідомості [11,12].

Один із методологічних принципів аналізу в психології тіла формулюється наступним чином: крім двох традиційних аспектів розвитку дитини, фізичного і психічного, виділяється інший аспект психосоматичного розвитку, який вважається процесом закономірного формування психологічних механізмів, регуляції функцій організму, поведінки та явищ. Емпірично принцип «психосоматичного розвитку» може бути реалізований у двох пов'язаних конкретно-наукових заходах: виділенні явищ, що відображають розвиток розуму і тіла, і розкритті закономірностей самого процесу розвитку. Відокремлення психосоматичних явищ від норми стає важливою темою дослідження. Класифікація та пояснення симптомів у тій чи іншій формі вже створені, а феноменологія нормального онтогенезу ще чекає свого пояснення. Закономірне становлення в онтогенезі механізмів психологічного опосередкування та регулювання тілесних функцій. Воно проявляється у двох аспектах:

1. Зовнішній план психосоматичного розвитку. Процес прижиттєвої соціалізації тілесності. Він полягає у освоєнні людиною в онтогенезі культурних навичок відправлення тілесних функцій.

2. Внутрішній план психосоматичного розвитку. Розвиток психологічних механізмів регулювання тілесних процесів.

Виділяються три компоненти, що становлять образ тіла:

1. «Я-фізичне функціональне» – це погляд своє тіло як носія фізіологічних функцій, відповідальних за функціонування тіла.

2. «Я-фізичне соціальне» - знання про тіло, засновані на сприйнятті та оцінці інших людей (те, як людина виглядає, на думку інших).

3. «Я-фізичне ідеальне» – уявлення людини про те, яким вона має бути, сформоване через засвоєння соціокультурних і цінностей.

Виходячи з цього виділяють три статуси уявлень про образ тіла, які структурно взаємопов'язані:

1. «Реальне фізичне Я» - знання особистості про те, як вона виглядає насправді.

2. «Дзеркальне фізичне Я» – уявлення про те, як виглядає особистість у очах інших людей.

3. «Ідеальне фізичне Я» – установки особистості те, як би вона хотіла виглядати.

На думку засновників цієї класифікації, у здорової гармонійної особистості виділені три статуси мають збігатися. Однак часто цього не відбувається і спостерігається розбіжність між реальним та ідеальним чином. Ідеальне «Я», як правило, формується із установок, запропонованих соціумом, які не відповідають реальним можливостям особистості. Таким чином, незадоволеність зовнішністю чи надмірне акцентування уваги на реальному чи уявному фізичному дефекті, перебільшення значення певних частин тіла неминуче відбиваються на образі тіла та на всій «Я-концепції» в цілому. У той самий час образ тіла впливає як на поодинокі випадки оцінювання себе, так і на самовідношення, що виражається у самоприйнятті, чи самоствердженні. Керуючись основними положеннями культурно-історичного підходу до проблеми онтогенезу тілесності, і виходячи з досвіду досліджень, проведених як вітчизняними, так і зарубіжними психологами, було доведено, що розвиток уявлень про власне тіло підпорядковується загальним віковим закономірностям, а процес цього розвитку залежить від ходу і характеру культурного розвитку.

Таким чином, розвиток почуття «Я» є інтерперсональним процесом. Ф. Дольто пише: «...образ тіла найвищою мірою несвідомий: він може частково стати передсвідомим і тоді, коли асоціюється зі свідомістю (свідомою мовою), використовуючи метафори і метонімії, які відсилають до образу тіла, як і в мовній міміці, так і у вербальній мові» [13]. Інакше кажучи, образ тіла відображає символізацію відносин. У той час як інші підходи зосереджуються на особливостях впливу соціокультурних факторів або індивідуальних особливостей когнітивної обробки інформації, психоаналіз пояснює причини настільки поширених нині явищ, пов'язаних із спотвореннями образу тіла

(нервова анорексія, ожиріння, самоушкодження і т.д.), виходячи із порушень у формуванні базових прошарків тілесного та емоційного досвіду.

Психоаналітичний напрямок зачіпає актуальну проблему схеми тіла, яка, тим не менш, повніше розкривається в міждисциплінарних дослідженнях. Ключові положення, що піддаються на сучасному етапі перегляду, пов'язані зі структурою тілесної ідентичності, яка, як показують нейрофізіологічні дані, забезпечується не єдиними, а фрагментарними репрезентаціями тіла. Звідси закономірно випливає припущення про множинність схеми тіла, всупереч більш ранньому уявленню про неї, як про одиничну. Спеціальної уваги заслуговує спроба розглядати образ тіла і схему тіла в системі завдань, які вирішуються суб'єктом. Цей підхід відповідає ідеї, що підтримується багатьма авторами про коректність дослідження фізичного «Я» в контексті процесу присвоєння особистістю свого тіла. Ми виходимо з теоретичних концепцій, що розглядають особистість як інструмент формування та підтримки інтегрованості психічних процесів. Поняття «інтеграції» дозволяє побачити в сукупності феноменів певну структуру, патерн взаємопов'язаних і взаємозумовлених змін у процесах, що відбуваються при конструюванні образу зовнішньої ситуації або образу «Я», при перетворенні мотиваційних структур тощо.

Висновки. Образ тіла є похідною структурою, що складається в процесі оволодіння, усвідомлення особистістю власних фізичних особливостей. Звідси ув'язуються в єдиний патерн афективні, когнітивні, оціночні компоненти, що відображають ту чи іншу сторону даного процесу, що здійснюється в конкретних життєвих умовах. Завдання, що постають перед особистістю, визначають специфіку формування образу тіла, а також механізмів, що актуалізуються, і можливих спотворень образу тілесного/фізичного «Я». До таких завдань можна віднести: усвідомлення себе тілесним суб'єктом, що має унікальність і реалізує себе через тілесні функції; усвідомлення особливостей зовнішності у їх співвідношенні з існуючими стандартами; оволодіння експресивними компонентами поведінки; врахування фізичних можливостей у процесі досягнення бажаного та фізичних бар'єрів, що стоять на даному шляху.

Необхідно підкреслити, що тіло, яке привласнює суб'єкт, а також образ тіла є особливою цілісністю, яка конструюється, вибудовується онтогенетично в ході виконання операцій щодо свого тіла та об'єктів зовнішнього світу. Даний підхід до проблематики образу тіла і схеми тіла співпадають із концепціями, що розглядають фізичне «Я» суб'єкта на різних онтогенетичних стадіях і в системі не співпадаючих завдань, і відповідає їх різним рівням формування психічної організації особистості.

Література:

1. Schilder P. The image and appearance of the human body. New York: *International Universities Press*, 1978.
2. Fisher S., Cleveland S. E. Body Image and Personality. *Dover, New York*, 1968.

Журнал «Перспективи та інновації науки»
(Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)
№ 10(44) 2024

3. Shontz F. Perceptual and Cognitive aspects of Body Experience. N.Y.: *Academic Press*, 1969. 250 p.
4. Fisher S. Development and Structure of The Body Image, Hillsdale. *N.J./London: Lawrence Erlbaum*, 1986. Vol. 1 & 2.
5. Thompson J.K. Body image disturbance: Assessment and treatment. Elmsford. *NY: Pergamon Press*, 1990.
6. Cash T.F., Pruzinsky T. Future challenges for body image theory, research, and clinical, practice. *Body Images: The Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*. New York: *Guilford Press*, 2002. pp. 509-516.
7. Grogan S. *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. 2007. NY. 264 p.
8. Cash T.F., Smolak L. *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention*. *New York: Guilford Press*. 2011.
9. Krueger D.W. Integrating body self and psychological self: Creating a New Story in Psychoanalysis and Psychotherapy. *New York: Psychology Press*, 2002.
10. Huiying Liu, Xueke Huang, Bian Du, Pan Wu Correlation Study on Undergraduates' Internet Altruistic Behavior, Self-Concept and Inter-Personal Relation. *Advances in Applied Sociology*. Vol.4. No.4, April 4, 2014. DOI: 10.4236/aasoci.2014.44016
11. Mahler M. On Child Psychosis and Schizophrenia. Autistic and Symbiotic, Infantile Psychoses. *The Psychoanalytic Study of the Child*. 1952. №7. 286-305. <https://doi.org/10.1080/00797308.1952.11823164>
12. Ellman Steven. When theories touch: a historical and theoretical integration of psychoanalytic thought (англ.). Karnac Books, 2010. P. 86. 708 p. ISBN 9781855758681.
13. Dolto F. *The Unconscious Image of the Body*. London. *Routledge*. 2022. 264 p. DOI <https://doi.org/10.4324/9781003312499>

References:

1. Schilder, P. (1978). *The image and appearance of the human body*. New York: *International Universities Press*, 1978. [in English].
2. Fisher, S., Cleveland S. E. (1968). *Body Image and Personality*. *Dover, New York*. [in English].
3. Shontz, F. (1969). *Perceptual and Cognitive aspects of Body Experience*. N.Y.: *Academic Press*, 1969. 250 p. [in English].
4. Fisher, S. (1986). *Development and Structure of The Body Image*, Hillsdale. *N.J./London: Lawrence Erlbaum*, 1986. Vol. 1 & 2. [in English].
5. Thompson, J.K. (1990). *Body image disturbance: Assessment and treatment*. Elmsford. *NY: Pergamon Press*, 1990. [in English].
6. Cash, T.F., Pruzinsky, T. (2002). Future challenges for body image theory, research, and clinical, practice. *Body Images: The Handbook of Theory, Research and Clinical Practice*. New York: *Guilford Press*, 2002. pp. 509-516. [in English].
7. Grogan, S. (2007). *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. 2007. NY. 264 p. [in English].
8. Cash, T.F., Smolak, L. (2011). *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention*. *New York: Guilford Press*. 2011. [in English].
9. Krueger, D.W. (2002). *Integrating body self and psychological self: Creating a New Story in Psychoanalysis and Psychotherapy*. *New York: Psychology Press*, 2002. [in English].
10. Huiying Liu, Xueke Huang, Bian Du, Pan Wu (2014). Correlation Study on Undergraduates' Internet Altruistic Behavior, Self-Concept and Inter-Personal Relation. *Advances in Applied Sociology*. Vol.4. No.4, April 4, 2014. DOI: 10.4236/aasoci.2014.44016 [in English].
11. Mahler, M. (1952). On Child Psychosis and Schizophrenia. Autistic and Symbiotic, Infantile Psychoses. *The Psychoanalytic Study of the Child*. 1952. №7. 286-305. <https://doi.org/10.1080/00797308.1952.11823164> [in English].
12. Ellman Steven (2010). *When theories touch: a historical and theoretical integration of psychoanalytic thought (англ.)*. Karnac Books, 2010. P. 86. 708 p. ISBN 9781855758681. [in English].
13. Dolto, F. (2022). *The Unconscious Image of the Body*. London. *Routledge*. 2022. 264 p. DOI <https://doi.org/10.4324/9781003312499> [in English].