

УДК 159.923.2

ОБРАЗ ТЕЛА КАК МЕТАФОРИЧЕСКАЯ РЕПРЕЗЕНТАЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ДЕВУШЕК 19-20 ЛЕТ

Буренкова Е.В., Орлова Д.В. (Пенза, Россия)

В статье рассмотрены проблемы символической проекции страхов в образе тела у девушек. Рассмотрена проблема телесности, концепция телесности, понятие и составляющие здорового образа тела. В ходе исследования было выявлено, что витальные, про-

странственные и архаические страхи проявляются в образе тела на символическом уровне: цвете, форме и месте локализации.

Orlova D.V. (Penza, Russia). THE BODY IMAGE AS A METAPHOR REPRESENTATION OF EMOTIONAL STATE AMONG 19-20 YEARS GIRLS

The article deals with the problem of symbolic reflexion of fear in the image of girls' body. The problem of embodiment and its concept is discussed here, as well as main characteristics of the image of healthy body. The research showed that life, space and archaic fears are reflected in the image of body on its symbolic level: in colour, shape and place of localisation.

Актуальность. В теоретико-практических и психотерапевтических исследованиях все большее внимание уделяется взаимосвязи сознания и тела, ментального и телесного, что приводит к возникновению особых направлений в психологии, включающих телесные компоненты в предмет психологии. Особое место занимает новая область научного знания - психология телесности. Тело - это некая живая форма, постоянно самопроизвольно осуществляющая акт жизни, при этом обладающая определенными материальными (телесными) свойствами. Благодаря психосоматической чувствительности тело носит в себе отпечатки реальности прошлого, влияющие на переживание настоящего. Образ тела - это комплексное понятие, которое включает «либидозный» компонент в теле, осознание тела и его функций, эффективное управление первичными процессами тела и оценками других своего «я», включая культурные нормы, касающиеся физической привлекательности. Образ тела, согласно концепции телесности О.Лавровой, отражает эмоционально-чувственную сторону сознания/бессознательного [6]. Поэтому архетипические аффекты находят свое отражение и в образе тела (Дж. Ходоров, 2009).

Страх как эмоциональное состояние определяет специфику презентации себя и влияет на установление контакта с окружающими. Работа с образом тела помогает выявить страхи, которые проявляются в бессознательном на символическом уровне. Образ тела – образ, постоянно меняющийся в сознании в зависимости от чувств и переживаний субъекта, так называемый «чувственный метальный эквивалент тела в сознание объекта»[1]. Нечувствительность к своему телесному Я приводит к отчужденности от себя и, соответственно, приводит к сложности в адаптации к окружающему миру. Поэтому, с одной стороны, мы наблюдаем возвращение к физическому, к телесному. И с обложек журналов, с экранов и рекламных проспектов звучат слоганы о том, что здоровое и красивое тело – это модно. С другой стороны, образы, которые демонстрируются, являются часто образами подражания для молодежи, и, соответственно, становятся одной из причин отчуждения от базового телесного Я. Возраст 19-20 лет является сензитивным для установления интимно-личностных отношений (Э. Эриксон). Данный возраст был выбран не случайно, ведь в среде молодых людей 18-20 лет происходит постепенная смена ценностей, формируется целостное представление о самом себе, отношение к своему Я, причём сначала оцениваются особенности своего тела, внешности, привлекательности, а затем уже умственные и волевые особенности.

Телесная же чувствительность в этой связи также является базовой, т.к. связана с чувством индивидуальности, с пониманием и управлением своими психологическими границами (Т.С. Леви, 2007). Мы в своей исследовательской работе в качестве испытуемых выбрали девушек, т.к. именно они чаще озабочены своим внешним видом, занижая свои достоинства и делая акцент на недостатках, а отчужденность от

собственной телесности влияет и на формирование интимно-личностных контактов, что в дальнейшем ведет к нарушению супружеских отношений.

Мы предположили, что страхи проявляются в образе тела у девушек как символическая проекция, которая выражается в цвете, форме и месте локализации, а именно:

- витальные страхи выражаются черным цветом и локализуются либо во всем пространстве образа тела, включая границы, либо только на границе образа тела;
- пространственные страхи обозначаются голубым цветом и локализуются в нижней части образа тела;
- архаические страхи обозначаются чаще всего красным цветом и локализуются в верхней части образа тела.

В своей работе мы опирались на основные положения теорий К.Г. Юнга, Дж. Ходоров, О.В. Лавровой, А.И. Захарова, Р. С. Бернса, В.В. Столина, С. Р. Пантелеева, А.Г. Черкашиной.

Методы исследования: организационные: комплексный метод; эмпирические – неформализованное наблюдение, беседа, диагностика, групповая работа. Методики: МИС (Р.С. Пантелеев), Иерархия страхов (А.И.Захаров) (авторская модификация), проективная методика «Образ тела» (модификация Е.В.Буренковой); статические: критерий Спирмена, математический критерий Фишера.

Исследование проводилось в несколько этапов с 2007 года.

1. Поисковый (февраль – март 2007 г.)
2. Ориентировочный (февраль – май 2008 г.)
3. Экспериментальный – коррекционно-диагностический (январь – май 2009 г.)

Организационной базой исследования выступил ПГПУ им. В.Г.Белинского. В исследовании всего принимало участие 103 девушек в возрасте 19-20 лет.

Теоретическое обоснование. Существует многообразие подходов к определению образа тела. Образ тела - это комплексное понятие. Бернштейн (1972) писала, что образ тела включает «либидозный компонент в теле, осознание тела и его функций, эффективное управление первичными процессами тела и оценками других своего «я», включая культурные нормы, касающиеся физической привлекательности». Другими словами, образ тела имеет осознаваемые и неосознаваемые компоненты, которые включают положительный вклад в тело, осознание и управление телом. Кроме того, эти компоненты могут различаться в зависимости от того, что они значат для развития образа тела каждого индивида.

Флетчер (1979) писала, что схема тела дает устойчивое представление о теле индивида, а «образы тела ... время от времени изменяются, формируются, преобразовываются, опровергаются, распадаются, увеличиваются и наслаиваются на следующий образ».

Термин «образ» - это символ и ментальные построения, которые противопоставлены реальности физического опыта. Нельзя сказать, что образы нереальны, но их реальность отлична от телесного феномена. Образ обретает реальность, когда объединяется с чувством или ощущением. Ментальное здоровье подразумевает, что образ совпадает с реальностью. В этом случае образ себя согласован с внешним видом тела и с чувствами. В социальной сфере образ имеет как позитивный аспект, так и негативный. Каждое человеческое усилие достигает цели благодаря присутствию образа желаемого. С точки зрения И.Г.Фихте, человек должен еще овладеть телом, согласно своему нравственному предназначению и сделать его для себя видимым. А

для этого необходимо внутреннее осознание и чувствование себя. Другими словами, внутренний образ тела, или телесность, всегда духовно трансформирована, социально проявляема и развивается вместе с человеком.

Метафора – это «установление соответствия определенным признакам, вычленимым из всей совокупности» [18]. Психотерапевтическая метафора – «это установление нового смыслового соответствия по каким-либо определенным признакам между двумя различными содержаниями, одно из которых предъявляется клиентам – осознанно или не осознанно». Телесная же метафора понимается как психотерапевтическая метафора в телесном содержании. [18].

Мы считаем, что телесная метафора является еще и неким отражением многообразного взаимодействия (своего рода коммуникации) человека с окружающим внешним пространством и с собственными переживаниями. В развитии личности именно ее взаимодействие с окружающим миром ведет к дифференциации сознания от бессознательного и консолидации эго как центра и субъекта сознания. А. Ноак считает, что при помощи анализа эго сознание интроецирует содержание внешнего мира и, в результате, синтезирует объективный внутренний образ мира.

В большинстве исследований образ тела рассматривается в качестве одного из важнейших компонентов самосознания (Р. Бернс, В.С. Мухина, Ж. Пиаже, С.Л. Рубинштейн, И.М. Сеченов, Р.И. Меерович, М.О. Мдивани, Е.Т. Соколова и др.).

В концепции телесности О.В. Лавровой (2001) рассматриваются гносеологическое и онтологическое измерения телесности, а также субъектная и объектная ипостаси телесного «Я», которые несводимы друг к другу и сосуществуют в единстве и непрерывности онтического (протяженного физического тела субъекта). Субъектное измерение телесности — телесное «Я» конкретного субъекта — является активной, целеполагающей и неотъемлемой частью телесности, собственно онтологизирующей абстрактные эквиваленты (образы и концепты) и совершающей осознанные действия.

Представленная концепция телесности О.В. Лавровой выстроена на основе анализа довольно большого эмпирического материала (около 450 клинических случаев). В ней используются следующие опорные дефиниции, последовательно раскрываемые в данной статье:

- протяженное физическое человеческое тело — онтический объект, принадлежащий субъекту; место протяженного бытия субъекта, дающее возможность физического контакта с внешним миром;
- телесное бытие — совокупность событий, протекающих (а также протекавших) в теле субъекта;
- телесность — категория, включающая гносеологические и онтологические, осознаваемые и неосознаваемые, субъектные и объектные аспекты тела и телесного бытия субъекта;
- образ тела — чувственный ментальный эквивалент тела в сознании субъекта;
- концепт тела — сознательный ментальный эквивалент тела в сознании субъекта;
- схема тела — интегральный физиологический сенсомоторный эквивалент тела в коре головного мозга;
- телесное «Я» — субъектная соотнесенность, субъектность (осознанность, активность, осмысленность и целенаправленность) телесного бытия;
- архетип телесного бессознательного — онтическое вместилище телесного бытия субъекта, недоступное непосредственному осознанию, имеющее направ-

ленность, смысловую структуру и принадлежность к процессам ментального формообразования.

Феномен телесности обнаруживает принадлежность к различным уровням бытия субъекта:

- в качестве схемы тела — к уровню жизнедеятельности;
- в качестве образов и концептов тела — к телесно-чувственному и разумно-волевому бытию;
- в качестве телесного «Я» — к экзистенциально-индивидуальному бытию.

События, существующие за пределами осознанного телесного бытия как такового, составляют основу телесного бессознательного, где и находятся архетипы телесных переживаний.

Понятие здорового образа тела. С обложек журналов, с экранов и рекламных проспектов звучат слоганы о том, что здоровое и красивое тело – это модно. Образы, которые демонстрируются, являются часто образами подражания для молодежи, и, соответственно, становятся одной из причин отчуждения от базового телесного Я. Возраст 19-20 лет является сензитивным для установления интимно-личностных отношений (Э. Эриксон), поэтому формирование здорового образа тела именно в этом возрасте является особо актуальным.

В то время как существует много составляющих телесного образа, по-видимому, 3 признака особенно характеризуют здоровый образ тела. Во-первых, здоровый образ тела является подвижным. Во-вторых, как предположила М.Чейз, здоровый телесный образ связан с реальностью мира и здоровыми сторонами личности. В-третьих, образ тела трехмерен. Другими словами, «картина» чьего-либо тела переживается полностью, по сравнению с двухмерной картиной – фронтальный вид тела, который можно увидеть в зеркале.

Формирование здорового образа тела очень важно для современной молодежи. Так как в юношеском возрасте особо острой становится проблема восприятия собственного тела и его восприятия окружающими. Образ тела является пространством бессознательного, а страх архетипичен, поэтому мы предполагаем исследовать символическую проекцию страхов именно в образе тела с целью последующей коррекции для опосредованного влияния на коммуникативную сторону интимно-личностных отношений испытуемых.

Организация исследования. Целью исследования является изучение локализации и символического способа проявления страхов в образе тела у девушек методами экспрессивных видов терапии.

Исследование проводилось в несколько этапов с 2006/2007 уч. года:

I этап. Поисковый. Проводилось пилотажное исследование на тему «Влияние рекламируемых образов моделей на аутоотношение современных девушек». Целью данного исследования стало изучение особенностей восприятия образа Я в сопоставление с модельными образами среди студенток 1 и 3 курсов факультета психологии. В ходе диагностического исследования было доказано предположение о том, что существует влияние рекламируемых образов моделей на формирование индивидуального имиджа девушек 17-18 лет, а именно: рекламируемые образы моделей негативно влияют на формирование индивидуального имиджа девушек 17-18 лет; а также существуют различия между восприятием себя студенток факультета психологии третьего и первого курсов.

II этап. Ориентировочный. Проводилось исследование по теме: «Специфика восприятия образа физического Я среди студентов разных специальностей». Целью

данного исследования явилось выявление особенностей восприятия образа физического «Я» у студентов различных факультетов (факультета психологии и физико-математического факультета). В ходе исследования предположение о том, что существуют различия в восприятии образа физического я между студентами различных факультетов, а именно, студенты факультета психологии более адекватно оценивают образ я, чем студенты физико-математического факультета, не подтвердилась. Однако были обнаружены связи между образом тела и социально-педагогическим типом личности, что является подтверждением гипотезы о наличии паттернов символических проекций в образе тела.

III этап. Экспериментальный этап, направленный на изучение символической проекции страхов в образе тела у девушек.

Цель: исследовать символическую проекцию страхов в образе тела для использования в коррекционной практике методами экспрессивных видов терапии.

Методы исследования: организационные: комплексный метод; эмпирические – неформализованное наблюдение, беседа, диагностика, групповая работа. Методики: МИС (Р.С. Пантелеев), Иерархия страхов (А.И.Захаров) (авторская модификация), проективная методика «Образ тела» (модификация Е.В.Буренковой); статические: критерий Спирмена, математический критерий Фишера [5].

Таким образом, методический инструментарий позволит определить на проективном и вербально-коммуникативном уровне наличие и специфику страхов, а также особенности проявления их в образе тела.

Согласование результатов I и II этапов исследования. Исследование проводилось на факультете психологии ПГПУ им. В. Г. Белинского (в 2005 и в 2007 г.г.). В исследовании приняло участие 55 девушек, из них: 17 студенток первого курса 2005 года, 22 студентки третьего курса в 2007 году и 16 студенток первого курса в 2007 году. Таким образом, нами были сформированы три группы испытуемых:

1 группа – девушки, обучавшиеся на 1-ом курсе факультета психологии в 2005 году; 2 группа – эти же девушки, но уже в 2007 году; 3 группа – это девушки, обучающиеся на 1-ом курсе факультета психологии в 2007 году.

Испытуемым было предложено 5 фотографий моделей, которые необходимо было проранжировать по степени убывания привлекательности для респондентов, обосновывая свой выбор. Затем было предложено заполнить таблицу, оценив Я-реальное и Я-идеальное по нижеприведенным 10-ти показателям: стройная, высокая, длинные ноги, выразительные черты лица, ухоженная кожа, ухоженные волосы, ухоженные руки, большая грудь, стильная одежда, подходящий макияж (Приложение 1). Испытуемые должны были оценить свой видимый образ Я и представить идеальное видение внешнего образа девушки по десятибалльной шкале.

По результатам проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1. Самой привлекательной чертой современные девушки считают стильную одежду и внешний вид, т.к. эта категория занимает лидирующее место в оценках большинства девушек, как на сегодняшний момент, так и два года назад;
2. К непривлекательным чертам относят отсутствие стиля, непривлекательность лица;
3. Большинство девушек 17-18 лет критично относятся к своей внешности и считают свой образ далёким от идеального, так как разница между своими и идеальными параметрами составляет 4-7 балла. Но к 20 годам эти показатели изменяются и разница между Я-реальным и Я-идеальным не составляет больше 3-4 баллов;

4. Все испытуемые делали акцент на стиле и умение одеваться [2].

Таким образом, результаты исследования на поисковом этапе подтвердили предположение о наличии отчуждения от тела среди выборки девушек 17-20 лет. Более того, отчужденность от телесного чувствования лежит в основе неуверенности в коммуникациях, построении доверительных интимно-личностных отношений.

На II этапе исследование проводилось на базе факультета психологии и физико-математического факультета ПГПУ им. В. Г. Белинского; в исследовании приняло участие всего 78 человека, из них: 34 студента 3-ого курса факультета психологии и 34 студента третьего курса физико-математического факультета.

Исследование самоотношения среди студентов педагогических профессий показало, что для студентов физико-математического факультета характерны низкая открытость для саморефлексии, самооценности и саморуководства, для студентов факультета психологии открытость и самооценности. В целом, студентов педагогических профессий можно охарактеризовать как закрытых, с тенденцией выставлять себя в выгодном свете, нежелание выдавать негативную информацию о себе, неискренности (шкала «открытость» фмф=7,3, шкала «открытость» фп = 6,8), тенденция к самодовольству, отрицание наличия проблем (шкала «внутренняя конфликтность» фмф=4,3, шкала «внутренняя конфликтность» фп =4).

Анализ частоты встречаемости выделенных признаков здорового образа тела показал, что в выборке студентов ФМФ отсутствует признак проявления ригидности, т.е. испытуемые способны воспринимать свое тело как живое и подвижное, в рисунках редко встречаются застывшие позы, агрессивные черты и прорисовка. У студентов ФП, напротив, данный признак встречается часто, что является свидетельством наличия ригидности в восприятии своего физического «Я», т.е. негибкости, непластичности ($\varphi^*=2,02$ при $p \leq 0,05$) Анализ проективного исследования восприятия образа физического «Я» студентами различных факультетов педагогического ВУЗа показал, что в целом восприятие образа физического «Я» не совпадает с реальными размерами тела – соответствие количественных показателей (рост, вес) образа и реального тела ($\varphi^* = \{1,57$ при $p \leq 0,056$; $2,02$ при $p \leq 0,051$ }). Это объясняется, во-первых, возрастной спецификой исследуемых студентов, во-вторых, спецификой полового распределения испытуемых в выборке.

Испытуемыми в основном являлись девушки 19 – 20 лет, что и предполагает неудовлетворенность своим внешним видом, образом физического «Я», и соответственно, наличие желания его изменить. Таким образом, наше предположение о существовании частичного различия в восприятии физического образа «Я» студентами факультета психологии и физико-математического факультета подтвердилось частично [4].

И различия в образе тела не определяются ни спецификой структурирования социальной реальности (в нашем случае – выбор профессии и обучении на факультете), ни обращенности к самоисследованию. Поэтому, мы предполагаем, что образ тела является проекцией индивидуальных особенностей переживания мира в целом, и контакта с другими.

Анализ и интерпретация символической проекции страхов в образе тела у девушек 19-20 лет. Целью данного этапа является исследование символической проекции страхов в образе тела у девушек для использования в коррекционной практике методами экспрессивных видов терапии.

Мы предположили, что в образе тела девушек проявляются страхи через символическую проекцию, которые выражаются в цвете, форме и локализации, а именно:

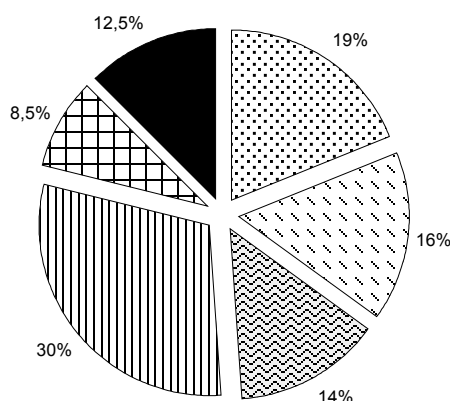
- витальные страхи выражаются черным цветом и локализуются во всем пространстве тела, либо обозначают границы тела;
- пространственные страхи обозначаются голубым цветом и локализуются в нижней части тела или обозначают границы тела;
- архаические страхи обозначаются чаще всего красным цветом и локализуются либо во всем теле, либо занимают верхнюю часть тела.

Первичная диагностика исследования символической проекции страхов у девушек показала, что наиболее встречающиеся страхи:

- витальные (30%);
- пространственные (16%);
- архаические страхи (19%).

Среди них девушки чаще всего выделяли следующие страхи (Рис. 1):

- страх смерти/смерти родителей (42,8%). Страх потери опоры в жизни, страх быть видимым, т.е. страх проявления истинного Я. Возможно данный страх является символом отчужденности от себя естественного, т.е. физического и эмоционального.
- воды / глубины (28,5%). Страхи воды и глубины свидетельствуют о наличии внутриличностного конфликта, как правило, полоролевого, о принятии / не принятии себя, страхи проявления и признания женственности. Возможно, наличие данных страхов показывает о наличии травм внутриутробного развития (согласно трансперсональной теории С. Грофа);
- пожара / войны (42,8%). Данные страхи говорит о страхе быть активным в жизнедеятельности, а также о наличии страха отношений, как правило, интимных или сексуальных.



□ архаические □ пространственные ▨ социальные ▨ витальные ▨ обучения ■ магические

Рис. 1 Распределение иерархии страхов в исследуемых выборках

Интересно, что при выполнении рисунка образа тела участницы использовали лишь те цвета, с которыми у них ассоциируются эти страхи. Так, например:

- страх смерти чаще всего ассоциируется с черным цветом (в рисунке цветом прорисованы ноги, голова и контур тела) (75%, 8 человек)
- страх воды/глубины с голубым (цветом прорисовано либо все тело, либо нижняя его часть) (75%, 4 человека)
- страх пожара/войны с красным цветом (в основном прорисован в верхней части тела, либо тело целиком) (66,7%, 6 человек) (Таблица 1).

Категория страха	Цвет-ассоциация	Частота встречаемости
Витальные	Черный	75%
Архаические	Красный	66%
Пространственные	Голубой	75%

Анализ рисунков показал, что девушки рисовали чаще внешнюю презентацию себя (28,6%), нежели эмоциональное переживание образа своего тела ($t=2,34$ при $p \leq 0,01$), что является свидетельством «маскообразности» с одной стороны, с другой, возможно, проявлением ригидности и низкого уровня телесной осознанности, наличия телесной отчужденности, а также со страхом предъявления себя как проявление страха смерти.

Статистический анализ показал, что наиболее часто в исследуемой выборке выбирается презентация тела, что согласуется с выводами, полученными в ходе поискового исследования. То есть для девушек данного возраста характерен страх предъявления себя. Возможно, это связано с пропагандой в СМИ ложной цели, что «женщина – это то, как она выглядит». Обратим внимание, что полученные результаты согласуются с полученными ранее на этапе проведения пилотажного исследования

Таким образом, анализ результатов показал, что страх проявляется в образе тела как архетипический аффект и проявляется в образе тела на уровне архетипа телесного бессознательного (О.В.Лаврова, 2001). Архетипический аффект возникает, когда врожденный первичный образ в какой-то степени отражается в соответствующем жизненном опыте. Как будто внутренний образ и внешний опыт составляют две части одного символического стимула. Распознавая друг друга, эти две части объединяются, и формируется символ, который высвобождает эмоции. Одна сторона символа осознается (жизненный опыт); другая часть остается бессознательной (врожденный образ / импринт). По-видимому, похожий процесс описывается этологами, которые говорят о «врожденном механизме высвобождения» (Тинберген, 2008) или «ключевых рычажных» структурах, которые высвобождают паттерны инстинктивного поведения животных и людей [7].

Эмпирическое исследование самоотношения показало, что среди полученных данных преобладают высокие значения по шкалам внутренняя честность (открытость) (25%) и самооценność (75%), а так же низкие значения по шкалам внутренняя конфликтность (41,6%) и самообвинение (41,6%).

Таким образом, полученные данные позволили нам сформулировать проблему, цели и задачи следующего этапа исследования, которое носил коррекционно-диагностический характер. На данном этапе реализовалась программа с использованием методов терапии творческим выражением, которая позволит более детально изучить символическую проекцию страхов в образе тела у девушек в возрасте 19-20 лет, а также изменить отношение к страхам, влияя на психоэмоциональное состояние девушек.

Коррекционно-диагностический этап исследования символической проекции страхов в образе тела у девушек. Данное исследование направлено на выявление символической проекции страхов в образе тела у девушек и последующей коррекции

методами терапии творческим выражением. В исследование приняло участие 9 девушек в возрасте 19-20 лет. Основной целью стало глубинное исследование символической проекции страхов в образе тела у девушек и формирование позитивного отношения к себе и собственному психоэмоциональному состоянию. В ее основе лежат следующие принципы: 1) принцип событийности; 2) принцип метафоризации (в программе используются арт-методы, символы, образы и метафоры, а также танец как метафора); 3) принцип экспрессивного выражения внутреннего состояния; 4) принцип трансперспективы; 5) принцип творчества.

Результаты вторичной диагностики исследования самооотношения участниц подтвердил изменение, произошедшие в психоэмоциональном состоянии испытуемых и в их самооотношении, а именно: снизилось количество выбора страхов и изменились показатели по таким шкалам как: открытость, самообвинение, зеркальное Я, внутренняя конфликтность.

Изменения были выявлены в показателях следующих шкал: открытость ($T=0$, $p \leq 0,01$), самообвинение ($T=2,5$, $p \leq 0,05$), внутренняя конфликтность ($T=2$, $p \leq 0,05$), зеркальное Я ($T=10,5$). Показатели по шкале открытость снизились, что свидетельствует о повышении осознанности Я, повышении рефлексии и критичности у участников исследуемой группы. Данные по шкале внутренняя конфликтность и самообвинение так же снизились, что может свидетельствовать об осознании своих трудностей, адекватном образе я и отсутствии вытеснения у девушек. Значения по шкале «зеркальное Я» повысились, что соответствует представлению исследуемых о том, что их личность, характер и деятельность способны вызвать в других уважение, симпатию, одобрение и понимание (Таблица 2). Следовательно, после проведения занятий статистически значимо изменилось отношение участников к себе в сторону адекватного самооотношения.

Показатели самооотношения в исследуемой выборке до и после проведения коррекционно-диагностической программы

Таблица 2

	Открытость		Самообвинение		Зеркальное Я		Внутренняя конфликтность	
	До	После	До	После	До	После	До	После
среднее	5,1	4,1	4,1	3	6	6,3	4,6	3,8
T эмп	0, $p \leq 0,01$		2,5, $p \leq 0,05$		10,5		2, $p \leq 0,05$	

Исследование иерархии страхов и их цветовой ассоциации показало, что статистически значимо изменились иерархии и количество выделенных страхов (при $p \leq 0,01$), локализация и цвет, в общем, остались такими же. Статистический анализ частоты совпадения цвета и локализации в символической выраженности страха показывает, что эмпирическое исследование с помощью методов экспрессивных терапий позволяет не только обнаружить и прояснить символику страха, но и детализировать изучение данной проекции.

Страх архетипичен. В случае коррекции удается снизить количество страхов. Однако, на наш взгляд, важным наблюдением является то, что цветовая гамма ассоциативного выбора и локализация страхов в образе тела практически не изменилась. Изменения были выявлены только по отношению к собственным страхам и в снижении количества выборов (Таблица 3).

Качественный анализ рисунков показал, что характеристики страха и его проявления согласуются с выделенными шкалами по методике исследования самоотношения. Так, например, снижение баллов по шкале открытость может говорить об изменении отношения к страхам, связанным с нарушением границ тела, таких как страх уколов, боли, огня или пожара. Снижение баллов по шкале самообвинение и внутренняя конфликтность свидетельствуют об изменении отношения к страхам воды и глубины, то есть о сексуальных страхах девушек. Следовательно, коррекционно – диагностическая работа позволила во-первых, снизить количество проявления страхов, во-вторых, оценить качественное проявление страха в образ тела на символическом уровне.

Частота встречаемости совпадения цвета и локализации символической проекции страха в образе тела

Таблица 3

страх	цвет		локализация	
	до	после	до	после
Страх смерти/смерти родителей	Черный (75%)	Черный (100%)	Все тело(62,5%), голова (25%)	Все тело (75%)
Страх пожара	Красный (64%)	Красный (75%)	Верхняя часть тела (66%)	Верхняя часть тела (75%)
Страх воды/ глубины	Голубой (77%)	Голубой (83%)	Нижняя часть тела (75%), контур (25%),	Нижняя часть тела (66%), лицо (33%)

Таким образом, предположение, выдвинутое в начале исследования, подтвердилось полностью и для данной выборки характерно следующее: страхи проявляются через символическую проекцию, которые выражаются в цвете, форме и локализации, а именно:

- витальные страхи выражаются черным цветом и локализуются во всем пространстве тела, либо обозначают границы тела;
- пространственные страхи обозначаются голубым цветом и локализуются в нижней части тела или обозначают границы тела;
- архаические страхи обозначаются чаще всего красным цветом и локализуются либо во всем теле, либо занимают верхнюю часть тела.

Однако следует отметить, что данное исследование в целом носит поисковый характер, т.к. для получения более достоверных результатов необходимо расширить выборку испытуемых. И все же интересно, что в случайной выборке мы обнаружили согласование встречаемости цвета и локализации в образе тела у девушек.

В заключении заметим, что действительно страхи становятся видимыми при экспрессивном исследовании образа тела, динамическое исследование с помощью методов интермодальной терапии творческим выражением имеет и коррекционный эффект, что позволяет сформировать здоровый образ тела у девушек 19-20 лет.

Литература

1. Андреева, Г.М., Богомолова, Н.Н., Петровская, Л.А. Зарубежная социальная психология XX столетия. - М., 2001.
2. Буренкова, Е.В., Орлова, Д.В. Образ Я как оценка собственной внешности девушками 17-18 лет // Материалы международной заочной научно-практической конференции «Психология телесности: теоретические и практические исследования». - Пенза: ПГПУ, 2008. - С 134-138.
3. Лаврова, О.В. Концепция телесности в интегративной психотерапии // Журнал практического психолога. - 2006. - № 1.
4. Орлова, Д.В. Своеобразие восприятия образа физического «Я» среди студентов различных специальностей // Материалы II международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего». - М.: ИП РАН, 2008. - С 321-324.
5. Орлова, Д.В. Символическая проекция страхов в образе тела у девушек // Материалы 58-ой научной студенческой конференции, посвященной 70-летию ПГПУ имени В.Г.Белинского. Сборник научных работ студентов университета. - Пенза, 2009. - С.84-85.
6. Рисе, Ю., Ханденбергх, М., Хорняк, Л.М. Искаженный образ тела при нервной анорексии: вмешательство танцевдвигательной терапии / (Julia V. Rice, Marylee Hardenbergh, Lynne M. Hornyak. // Из книги «Танцевальная и двигательная терапия» («Dance and Movement Therapy»). Перевод Е.А. Чудиной (1997). [Электронный ресурс] // <http://jungland.narod.ru/Library/Ex/Iska1.htm>
7. Фихте, И.Г. Факты сознания // Соч. в 2-х т.: Т.2. СПб.: Мифрил, 1993. С.692.