Московский Государственный Университет им. М.В. Ломоносова

Факультет психологии

Кафедра социальной психологии

**Физическое Я и мотивация аффилиации**

Дипломная работа

Студентки 4 курса с/о

Смирновой Д.А.

Научный руководитель

канд. психол. наук

Тихомандрицкая О.А.

Москва 2002 г.

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Стр. |
| Введение | 3 |
|  |  |
|  |  |
| Глава 1. Я-концепция и физическое Я | 6 |
|  |  |
| §1. Я-концепция: понятие, структура и функции | 6 |
|  |  |
| §2. Физическое Я в структуре Я-концепции | 16 |
|  |  |
|  |  |
| Глава 2. Социальная мотивация личности | 30 |
|  |  |
| §1. Мотивы и мотивация | 30 |
|   *§1.2. Социальные мотивы* | *33* |
|  |  |
| §2. Мотив аффилиации | 36 |
|  |  |
|  |  |
| Глава 3. Изучение взаимосвязи физического Я и мотивации аффилиации | 43 |
|  |  |
| §1. Программа эмпирического исследования | 43 |
|  |  |
| §2. Анализ и обсуждение результатов  | 46 |
|  |  |
| Выводы | 60 |
|  |  |
| Заключение | 62 |
|  |  |
| Библиография | 64 |
|  |  |
| Приложения | 67 |

**Введение**

Традиционно в психологии телесное или физическое Я рассматривается как одна из составляющих Я-концепции человека. Выбор именно этого аспекта самосознания в качестве специального объекта изучения основывается на нескольких отправных моментах. Во-первых, проблема телесности остается относительно малоизученной областью в социальной психологии, где она в основном замыкается на вопросы межличностной перцепции, аттракции и невербальной коммуникации. Проблемы, касающиеся построения образа собственного тела, самооценки внешности, телесных состояний изучаются главным образом в рамках клинической психологии и психиатрии. Между тем, физический образ Я является неотъемлемым элементом картины мира в сознании человека и в огромной степени опосредует восприятие им социальной реальности. Во-вторых, психическая жизнь человека заключена в телесную оболочку, с которой находится в отношениях постоянного взаимодействия и взаимовлияния. Эта проблема, известная в психологии как психофизическая или психосоматическая, не может оставаться без внимания и в социальной психологии, занимающейся изучением человеческой психики на уровне отдельной личности или группы. В-третьих, и с точки зрения здравого смысла вполне очевидно, что наше тело и его проявления являются тем, что доступно непосредственному наблюдению в межличностном общении, чем мы в буквальном смысле соприкасаемся с миром и с помощью чего познаем его. Поэтому этот фактор всегда имманентно присутствует, какой бы аспект социально-психологической реальности мы не изучали.

Центральной темой данной работы будет рассмотрение той роли, которую физический образ Я играет в целостном представлении человека о самом себе и в характере его взаимодействия с другими людьми. От момента рождения до старости тело человека претерпевает существенные трансформации, и этот процесс неизбежно сопровождается изменениями образа Я. В психологической литературе значительное место отводится изучению роли детских переживаний и раннего телесного опыта в развитии личности. Много внимания уделяется также подростковому возрасту – подчеркивается, в частности, значимость физического Я для формирования самоотношения. Значительно менее изученным является вопрос о том, какие особенности самосознания свойственны более зрелым возрастам, и какую роль здесь играет восприятие и оценка своего телесного образа.

Другим аспектом изучаемой проблемы является характер связи между физическим Я человека и его социальной мотивацией. В психологии выделяют два основных социальных мотива – мотив аффилиации и мотив власти. Нас в данном контексте будет интересовать именно мотив аффилиации, основным содержанием которого, говоря кратко, является присущее человеку стремление к контакту с другими людьми. Представляется вполне вероятным, что собственный телесный образ, в частности, такой важный его компонент, как внешность, может оказывать существенное влияние на ожидания человека относительно успешности или неуспешности будущего взаимодействия, а вслед за этим и на его реальное поведение в отношении других людей. В эмпирическом исследовании мы попытаемся проверить гипотезу о наличии взаимосвязи между самооценкой внешности и мотивацией аффилиации, представленной двумя тенденциями: стремлением к принятию и страхом отвержения.

Итак, основной проблемой данной работы является выявление характера связи между физическим Я человека и социальной мотивацией. Исследование проводилось на группе респондентов, состоящей из женщин в возрасте от 25 до 40 лет. В фокусе анализа было измерение оценки респондентами своей внешности и соотнесение полученных данных с уровнем мотивации аффилиации. Также изучались особенности построения образа Я респондентами с низкой и высокой самооценкой внешности в двух временных модальностях – настоящем и будущем – с целью выявления роли в нем физического Я.

В первой части работы речь идет о Я-концепции человека и том месте, которое занимает в ней физическое Я. Вторая глава посвящена обсуждению вопроса социальной мотивации личности, в частности, мотивации аффилиации. В третьей части приводится описание программы и результатов проведенного эмпирического исследования.

#### Глава 1. Я-концепция и физическое Я

#### §1. Я-концепция: понятие, структура и функции

Прежде всего, целесообразно развести понятия «самосознание» и «Я-концепция». В данной работе мы будем их употреблять как синонимичные, поскольку они относятся к одному кругу явлений, хотя и имеют разную историю и традицию. Термин «самосознание» более принят в отечественной психологии и обозначает сложную психическую структуру, включающую в себя в качестве особых компонентов, во-первых, сознание своей тождественности, во-вторых, сознание своего собственного «Я» как активного, деятельного начала, в-третьих, осознание своих психических свойств и качеств, и, в-четвертых, определенную систему социально-нравственных самооценок (Мерлин, 1996). Все эти элементы связаны друг с другом функционально и генетически, но формируются они не одновременно. Зачаток сознания тождественности появляется уже у младенца, когда он начинает различать ощущения, вызванные внешними предметами, и ощущения, связанные с собственным телом. Сознание «Я» возникает примерно в возрасте трех лет, когда ребенок начинает утверждать свою автономию и независимость. Осознание своих психических качеств и самооценка приобретают наибольшее значение в подростковом и юношеском возрасте. Но поскольку все эти компоненты взаимосвязаны, развитие одного из них неизбежно видоизменяет всю систему.

И.С. Кон определяет самосознание как «совокупность психических процессов, посредством которых индивид осознает себя в качестве субъекта деятельности…, а его представление о себе самом складывается в определенный «образ Я» (Кон, 1978; с.9). Благодаря самосознанию человек осознает себя как индивидуальную реальность, отдельную от природы и других людей. Таким образом, он становится существом не только для других, но и для себя.

Самосознание можно определить также как «осознание и оценку человеком своих действий и их результатов, мыслей, чувств, морального облика и интересов, идеалов и мотивов поведения, целостная оценка самого себя и своего места в жизни. Самосознание - конституирующий признак личности, формирующийся вместе со становлением последней» (Спиркин, 1972; с.149). Основным значением самосознания, по мнению А.Г. Спиркина, следует считать «просто сознание нашего наличного бытия, сознание собственного существования, сознание самого себя, или своего «Я» (там же; с.143).

В современной психологической литературе выделяется несколько подходов к исследованию проблемы самосознания. Один из них опирается на анализ тех итоговых продуктов самопознания, которые выражаются в строении представлений человека о самом себе, или Я-концепции. Это понятие менее нейтральное, чем самосознание, за счет включения в себя оценочного компонента. Я-концепция есть динамическая система представлений человека о самом себе, в которую входит как собственно осознание своих физических, интеллектуальных и других качеств, так и самооценка, а также субъективное восприятие влияющих на данную личность внешних факторов. Р. Бернс так определяет это понятие: «Я-концепция - это совокупность всех представлений человека о самом себе, сопряженная с их оценкой. Описательную составляющую Я-концепции часто называют образом Я, или картиной Я. Составляющую, связанную с отношением к себе или к отдельным своим качествам, называют самооценкой, или принятием себя. Я-концепция, в сущности, определяет не просто то, что собой представляет индивид, но и то, что он о себе думает, как смотрит на свое деятельное начало и возможности развития в будущем» (Бернс, 1986; с.30).

Я-концепция формируется у человека в процессе социального взаимодействия как неизбежный и всегда уникальный результат психического развития, как относительно устойчивое и в то же время подверженное внутренним изменениям и колебаниям психическое образование. В современной социальной психологии выделяются две основные позиции, связанные с решением вопроса о факторах формирования Я-концепции: первая из них акцентирует внимание на процессе активного взаимодействия человека со своим социальным окружением («Я» как средство для удовлетворения требований социального мира), вторая изучает процессы включения в «Я» отраженных оценок и суждений других людей («Я» как средство конструирования социального мира). В первом подходе на авансцену выдвигаются такие механизмы формирования Я-концепции, как социальная категоризация и самонаблюдение, во втором – социальное сравнение и интроекция чужих оценок и мнений (Белинская, Тихомандрицкая, 2001).

Таким образом, Я-концепция не только формируется под определяющим влиянием социального взаимодействия, но и исключительно в нем проявляется и реализуется: «Социальные взаимодействия определяют наши представления о себе, а сложившаяся в итоге Я-концепция обусловливает характер дальнейших взаимодействий человека со своим социальным окружением» (Белинская, Тихомандрицкая, 2001; с.217). Этот аспект чрезвычайно важен с точки зрения нашей гипотезы о связи физического Я как составляющей Я-концепции и социальной мотивации личности: представление о себе, сформированное в ходе контактов со значимыми другими, в дальнейшем начинает оказывать влияние на направленность поведения личности по отношению к своему социальному окружению.

С момента своего зарождения Я-концепция становится активным началом, выступающим в трех функционально-ролевых аспектах:

1. *Я-концепция как средство обеспечения внутренней согласованности*. Согласно теории когнитивного диссонанса, человек испытывает потребность в поддержании внутренней гармонии*.* Новый опыт, вступающий в противоречие с представлениями человека о самом себе, может приводить к ситуации психологического дискомфорта. Существенным фактором восстановления внутренней согласованности является то, что индивид думает о самом себе.
2. *Я-концепция как интерпретация опыта.* Я-концепция действует как своего рода внутренний фильтр, который определяет характер восприятия человеком любой ситуации. Проходя сквозь этот фильтр, ситуация получает значение, соответствующее представлениям человека о себе.
3. *Я-концепция как совокупность ожиданий.* Я-концепция определяет представление человека о том, что, по его мнению, должно произойти. К примеру, люди, уверенные в собственной значимости, ожидают, что и другие будут относиться к ним таким же образом (Бернс, 1986). Данная функция, с нашей точки зрения, соотносит Я-концепцию с проблематикой социальной мотивации личности: ожидание тех или иных реакций со стороны других на себя и свои действия формирует у индивида преимущественную ориентацию «к людям» или «от людей». Наша гипотеза заключается в том, что представление о своем физическом облике играет в этом процессе существенную роль.

Во многих психологических теориях Я-концепция является одним из центральных понятий. Вместе с тем до сих пор не существует ни ее универсального определения, ни единства в терминологии. Понятия, которые одни авторы употребляют для обозначения Я-концепции в целом, другие используют для обозначения ее отдельных элементов. Наиболее удобной является схема, предложенная Р. Бернсом: с одной стороны, она наиболее полно отражает структуру Я-концепции, а с другой - упорядочивает терминологию, встречающуюся на страницах психологической литературы (см. рис. № 1) .

На схеме Я-концепция представлена в виде иерархической структуры. На ее вершине располагается глобальная Я-концепция, включающая всевозможные грани индивидуального самосознания. Здесь Р. Бернс ссылается на У. Джемса, который рассматривал глобальное, личностное Я (Self) как двойственное образование, в котором соединяются Я-сознающее (I) и Я-как-объект (Me). Такое разделение возможно потому, что человек с одной стороны обладает сознанием, а с другой - осознает себя как один из элементов действительности. По Джемсу, I и me есть две стороны одной целостности, всегда существующие одновременно. Одна из них являет собой чистый опыт, а другая - содержание этого опыта («эмпирическое Я»).

Однако не следует забывать об условности такого разграничения, которое, в сущности, является лишь удобной семантической моделью. Невозможно представить себе сознание, лишенное содержания, как и содержание психических процессов, существующих в отрыве от сознания. Поэтому в реальной психической жизни эти элементы настолько слиты, что образуют единое, практически нерасторжимое целое. Я-как-объект существует лишь в процессах сознавания и является содержанием этих процессов постольку, поскольку человек может сознавать самого себя. Разделять результат и процесс рефлексивного мышления мы можем только в понятийном плане; в психологическом плане они существуют слитно (Выготский, 1984).

##### Глобальная Я-концепция

Аспекты,

выделенные Я-сознающее Я-как-объект

Джемсом (процесс) (содержание)

 непрерывное

 взаимодействие

Компоненты самооценка

установки или приятие образ Я

 себя

 тенденции

 поведения

**Я-концепция как**

**совокупность**

**установок “на себя”**

 реальное Я идеальное Я зеркальное Я

#  Модальности или или или

 представление представление представление

 о том, каков я о том, каким я о том, как меня

хотел бы быть видят другие

 Аспекты физическое физическое физическое

 социальное социальное социальное

 умственное умственное умственное

 эмоциональное эмоциональное эмоциональное

 Рисунок № 1. ***Структура Я-концепции*** *(Бернс, 1986; с.62)*

В Я-концепции выделяются описательная и оценочная составляющие, что позволяет рассматривать ее как совокупность установок, направленных на себя. В составе установки обычно выделяют три главных элемента:

* убеждение, или когнитивная составляющая установки;
* эмоциональное отношение к этому убеждению, или оценочная составляющая;
* соответствующая реакция, которая может выражаться в поведении, или поведенческая составляющая.

Применительно к Я-концепции эти три элемента установки конкретизируются следующим образом:

*Образ Я* - представление индивида о самом себе. По сути, это самоописания через тот или иной набор отдельных черт, любые ролевые, атрибутивные или статусные характеристики. Как отмечает И.С. Кон, «образ Я включает в себя социальные компоненты, источником которых является взаимодействие индивида с другими людьми» (Кон, 1978; с.34)

*Самооценка* - аффективная оценка этого представления, которая может обладать различной интенсивностью, поскольку конкретные черты образа Я могут вызывать более или менее сильные эмоции, связанные с их принятием или осуждением.

*Потенциальная поведенческая реакция*, то есть те конкретные действия, которые могут быть вызваны образом Я и самооценкой (Пантилеев, 1991).

Каждая из самоустановок может быть рассмотрена в четырех основных аспектах**:** физическое Я, социальное Я, умственное Я, эмоциональное Я и, по меньшей мере, в трех модальностях (см. рис. № 1):

1. Реальное Я - установки, связанные с представлениями человека о том, какой он на самом деле: как он воспринимает себя, свои актуальные способности, свой актуальный статус.
2. Зеркальное Я - установки, связанные с представлениями человека о том, как его видят другие. Эта модальность была предложена в начале 20 в. социологом Ч. Кули, согласно которому представление человека о самом себе («идея Я»), «складывается под влиянием мнений окружающих и включает три компонента: представление о том, каким я кажусь другому лицу, представление о том, как этот другой меня оценивает, и связанную с этим самооценку, чувство гордости или унижения» (Кон, 1978; с.35)
3. Идеальное Я - установки, связанные с представлением человека о том, каким он хотел бы стать. Идеальное Я формируется как некоторая совокупность качеств и характеристик, которые человек хотел бы видеть у себя, или ролей, которые он хотел бы исполнять. Противоречие между реальным и идеальным Я составляет одно из важнейших условий саморазвития личности.

Социально-психологическое понимание “Я” как заданного и осознаваемого лишь в контексте принципиально изменчивого социального взаимодействия, позволяет рассматривать Я-концепцию как гибкое, далеко не статичное образование. Таким образом, встает вопрос о границах изменчивости “Я”, попытки ответа на который в современной социальной психологии во многом связаны с введением понятия “возможного Я”. Так, американский психолог М. Розенберг предлагает следующую классификацию Я-образов: он выделяет “настоящее Я” (каким индивид видит себя в действительности в данный момент); “динамическое Я” (каким индивид поставил себе целью стать); “фантастическое Я” (каким следует быть исходя из усвоенных индивидом моральных норм и образцов); “будущее” или “возможное Я” (тип личности, каким, как кажется индивиду, он может стать); “идеализированное Я” (каким приятно видеть себя; этот образ может включать в себя компоненты и “настоящего”, и “идеального” и “будущего Я”); наконец, целый ряд “фальшивых Я” – образов и масок, которые индивид выставляет, чтобы скрыть за ними некоторые слабости своего “реального Я” (Кон, 1978). В этой структуре “возможное Я” понимается как представление человека о том, каким он мог бы стать, но при этом рассматривается *наряду* с другими структурными элементами Я-концепции без выделения принципиальной значимости именно этой составляющей.

Для нашего исследования этот вопрос чрезвычайно важен, так как физическое Я человека подвергается существенным изменениям в течение жизни и не может не оказывать влияния как на отдельные аспекты, так и на его Я-концепцию в целом. Кроме того, помимо рефлексии реальных (в частности, возрастных) трансформаций образа Я, человек обладает способностью экстраполировать представление о себе во времени, что во многом определяет его реальное будущее поведение: “Одним из важнейших моментов эволюции психики является расширение границ временной ориентации. У животных они находятся в пределах, обусловленных актуальной для удовлетворения потребностей ситуацией, тогда как в сознании человека могут быть представлены интервалы времени, выходящие далеко за пределы его жизни” (Головаха, Кроник, 1984; с.29).

Можно предположить, что каждый человек с большей или меньшей степенью осознанности “носит” в себе свой “образ Я в будущем”, что позволяет ему в определенной степени планировать события своей жизни и переструктурировать соответственно различные аспекты Я-концепции: “Способность личности регулировать, организовывать свой жизненный путь как целое, подчиненное ее целям, ценностям, есть высший уровень и подлинное оптимальное качество субъекта жизни” (Абульханова-Славская, 1991; с.40).

Как отмечают H. Markus и P. Nurius, “только лишь некоторая часть целей индивида может быть помещена во временную перспективу недели или даже месяца. Главная часть ежедневной активности регулируется целями, которые связаны не с текущим взглядом индивида на себя (наличное Я), но с тем, что может быть возможным для индивида в отдаленном будущем” (H. Markus и P. Nurius, 1987; p.12). Способность человека сознательно, мысленно предвидеть будущее, прогнозировать его, представлять себя в будущем называют психологической перспективой личности. Причем, это не только способность человека предвидеть будущее, но и готовность к нему в настоящем (Абульханова-Славская, 1991). На основании убежденности в имманентной способности человека к актуализации “образа Я в будущем” в эмпирической части нашего исследования мы попытаемся проанализировать представления испытуемых о себе в отдаленной временной перспективе.

Таким образом, проблема “возможного Я” смыкается с идеей о временной развертке самопредставлений, выявляя противоречие между пониманием Я-концепции как устойчивого образования и одновременно как принципиально изменчивого во времени. В предложенном H. Markus и P. Nurius понятии “рабочая Я-концепция” это противоречие снимается благодаря тому, что допускается существование различный Я-концепций, актуализирующихся в определенное время и в заданном социальном контексте. При этом какие-то рабочие Я-концепции актуализируются чаще, какие-то - реже, и тем самым вопрос о стабильности/изменчивости начинает звучать как вопрос вероятности появления той или иной частной Я-концепции в ситуации конкретного социального взаимодействия (Белинская, 1999).

Итак, Я-концепция представляет собой совокупность представлений человека о самом себе и включает убеждения, оценки и тенденции поведения. В силу этого ее можно рассматривать как свойственный каждому человеку набор установок, направленных на самого себя. Я-концепция образует важный компонент самосознания человека, она участвует в процессах саморегуляции и самоорганизации личности, поскольку определяет интерпретацию опыта и служит источником ожиданий человека. Я-концепция является одновременно стабильным и принципиально изменчивым образованием, динамически связанным с ситуацией социального взаимодействия.

### §2. Физическое Я в структуре Я-концепции

Пионерами в области изучения физического Я в истории психологии были представители психоанализа. Собственно, сам психоанализ «возник благодаря изучению психосоматического аспекта органической симптоматики истерии и невроза страха» (Аммон, 2000; с.9). З. Фрейд подчеркивал важнейшую роль тела как психологического объекта в развитии эго-структур, а также в генезе психопатологии, в частности в развитии симптомов конверсионной истерии. Соматические проявления по Фрейду имеют символический смысл: они представляют собой «язык тела», выражающий в искаженной форме как запретные инстинктивные импульсы, так и защитные силы. Процесс развития в генетической теории Фрейда представлен как процесс изменения «локализации либидо». Фиксация интереса к определенной зоне тела становится начальным пунктом процесса формирования характера определенного типа (Соколова, 1989).

А. Адлер, изучая особенности формирования личности в онтогенезе, показал существование тесной связи между телесным образом Я и самооценкой. В частности, он утверждал, что некоторые типы человеческого поведения представляют собой попытку компенсации истинной или воображаемой ущербности тела. Так, Адлер выделял пять основных областей жизнедеятельности, в которых у человека может возникать чувство неполноценности: физическая, умственная, психологическая, социальная и экономическая. Первая может включать в себя такие явления, как недоразвитие органов, инвалидность, деформации, уродства, физическая слабость, ожирение, болезненность, сексуальная фрустрация и т.д. (Stein, 1997; p.1).

Позднее Адлер пришел к отрицанию правомерности разделения личности на психическую и соматическую составляющую: он считал, что личность может быть понята только как целая, неделимая единица. Изучать человека, разлагая на атомы, значит не постигнуть полностью природу человека. По Адлеру вопрос стоит ни “Как сознание воздействует на тело?”, ни “Как тело воздействует на сознание?”, а скорее “Как личность использует тело и сознание при достижении целей?”: «можно было бы предположить, что для определения того, где лежат интересы ребенка, нам нужно только выяснить, какой орган является дефектным. Но не все так просто. Ребенок воспринимает факт неполноценности органа не так же, как его видит внешний наблюдатель; он модифицируется исходя из существующей схемы восприятия индивида» (Мосак, 2000; с.62).

Таким образом, Адлер непосредственно поставил вопрос о существовании тесной связи между физическим Я человека и его социальным поведением: не просто наличие телесного дефекта, а, прежде всего, его восприятие как такового (т.е. телесный образ Я), оказывает определяющее влияние на формирование личности и в большинстве случаев ведет к развитию стремления к превосходству над другими людьми. Но сам автор позднее существенно трансформировал свою теорию, заменив реальную неполноценность органа чувством социальной неполноценности. Адлер утверждал, что цели и ожидания человека больше влияют на поведение, чем прошлый опыт, тем самым подчеркивая большую важность для индивида социальных интересов — чувства общности, кооперации и альтруизма. Таким образом, вопрос о роли физического Я в представлении индивида о себе и его связь социальной мотивацией не получил в психоанализе дальнейшего развития.

В психологии существуют различные подходы к определению места и роли телесного Я в Я-концепции человека – от почти полного исключения его из структуры самосознания до рассмотрения физического Я как одного из ведущих факторов организации психики (хотя очевиден сдвиг в сторону первого подхода). Выше мы упоминали подход У. Джемса, выделявшего в личности две подструктуры: cознающее Я (I) и эмпирическое Я (Me). Под эмпирическим Я (или «Мое») Джемс понимает совокупность, итог всего того, что человек мог назвать своим: собственное тело и психические силы, а также дом, семью, предков, репутацию, творческие достижения и т.д. «Физическое», или «материальное Я», в которое Джемс включает телесную организацию, одежду, семью и имущество, рассматривается автором как одна из подсистем эмпирического Я наряду с двумя другими: «социальным Я» (то, чем признают данного человека окружающие) и «духовным Я» (совокупность психических особенностей и способностей). Эти же компоненты структуры личности могут быть названы и ее уровнями: «различные виды личностей, которые могут заключаться в одном человеке… можно представить в форме иерархической шкалы с физической личностью внизу, духовной – наверху и различными видами материальных (находящихся вне нашего тела) и социальных личностей в промежутке» (Джемс, 2000; с.20).

Р. Бернс, как уже было указано, рассматривает физическое Я как один из аспектов установки личности на саму себя. Телесное Я является интегральной составляющей каждого из 3 элементов установки – образа Я, самооценки и поведенческих реакций – и может быть представлено в различных модальностях. Данная схема удобна в методических целях, так как позволяет «дробить» единый предмет исследования на различные компоненты в зависимости от уровня анализа. Так, на когнитивном уровне изучается телесный образ Я как представление о своем теле (образ тела, схема тела, внешность, половая принадлежность и т.д.), на эмоциональном – самооценка (внешности, телесных проявлений), на динамическом – поведение человека в связи с представлением о своем теле и его самооценкой. Каждая из этих составляющих может рассматриваться как Я-реальное (как человек видит и оценивает свое телесное Я и как в связи с этим действует), как Я-идеальное (каким бы он хотел видеть свое тело и внешность и как это отразилось бы на его активности) и как Я-зеркальное (как, по его мнению, его тело и внешность видится и оценивается другими людьми, и как это представление сказывается на его поведении). Степень совпадения этих показателей может говорить как о гармоничности личности, высокой удовлетворенности собой, низкой тревожности, так и о неразвитости самосознания, завышенной самооценке и вытеснении тревоги. Поэтому сами по себе эти показатели имеют малую диагностическую и прогностическую ценность для исследователя, а должны анализироваться в общем контексте жизнедеятельности индивида.

Подобный подход к пониманию отношения физического Я к общей Я-концепции человека можно назвать «функциональным»: он предполагает существование многих частных аспектов самосознания в ряду которых находится и телесное Я. Однако специфика физического Я раскрыта в этом подходе слабее остальных элементов структуры. Тем не менее, такая специфика, безусловно, имеет место: телесность, в отличие от эмоциональности, духовности, социального статуса и т. д., является материальным объектом, что делает ее доступной непосредственному чувственному восприятию. Как отмечает Т. Шибутани, «поскольку каждое человеческое существо есть органическое целое, существует неоспоримая связь между его телом и его ощущением индивидуальности» (Шибутани, 1999; 183).

Второй тип отношений телесного Я и Я-концепции существует в так называемых «генетических» схемах, связанных, в частности, с именами З. Фрейда и Э. Эриксона. Этот подход предполагает существование Я-физического на ранних этапах онтогенеза как предпосылку и базис формирования самосознания*.* Ниже мы остановимся подробнее на проблеме формирования физического образа Я в процессе психического развития ребенка.

Тесно смыкаются и во многом пересекаются с генетическими схемами уровневые теории самосознания. Согласно концепции В.С. Мухиной, структурными единицами самосознания являются ценностные ориентации, которые формируются на различных этапах онтогенеза: 1) ориентация на признание своей внутренней психической сущности и внешних физических данных; 2) ориентация на признание своего имени; 3) ориентация на социальное признание; 4) ориентация на физические, психические и социальные признаки определенного пола; 5) ориентация на значимые ценности в прошлом, настоящем и будущем; 6) ориентация на основе права в обществе; 7) ориентация на долг перед людьми (Мухина, 1985).

Самосознание предстает у В.С. Мухиной как психологическая структура, представляющая собой единство звеньев, развивающихся по определенным закономерностям. Причем содержательное наполнение этой структуры, в отличие от универсальной структуры сознания, строго индивидуально для каждого человека. Одним из звеньев самосознания является физическое Я, понимаемое здесь как представление о собственной внешности и осознание своей половой принадлежности.

В.В. Столин также включает физическое Я в свою схему «вертикального строения самосознания». В соответствии с тремя видами активности Столин выделяет три уровня в развитии самосознания: организменный, индивидуальный, личностный. На уровне организма активность субъекта определена системой организм-среда, имеет прежде всего двигательный характер и вызывается потребностями в самосохранении, нормальном функционировании, физическом благополучии. В недрах этой активности формируется «схема тела» или «Я-образ» организма - итог всех процессов, отражающих состояние внутренних органов, мышц и активации организма в целом (Столин, 1983).

На уровне социального индивида активность человека подчинена принадлежности к общности. Она регулируется нормами, правилами, обычаями, уставами и т.д. Я-образ облегчает человеку ориентацию в системе этих активностей за счет формирования в нем системы самоидентичностей: половой, возрастной, социально-психологической и т.д. На уровне личности активность субъекта вызывается прежде всего потребностью в саморегуляции, и основой Я-образа становится дифференцирующая составляющая, направленная на выделение личности из социума, и обеспечивающая ее самоактуализацию (Столин, 1983).

Таким образом, опыт, связанный с самовосприятием и «переживанием» человеком собственного тела, рассматривается как важная характеристика и условие формирования самосознания. Но его дальнейшая роль в общей структуре самосознания или вообще опускается или признается, что физическое Я есть сложный биосоциальный комплекс. В связи с этим возникает ряд вопросов, требующих специального обсуждения: во-первых, является ли формирование телесного Я самым ранним этапом построения Я-концепции, на который затем «надстраиваются» другие компоненты самосознания; во-вторых, завершается ли формирование физического Я в раннем возрасте или оно корректируется, дополняется и трансформируется в течение жизни человека, и какие факторы могут здесь считаться определяющими; в-третьих, как физическое Я вплетено в социальную жизнь индивида.

Для поиска ответа на поставленные вопросы обратимся к теориям, освещающим структуру телесного образа Я и процесс его формирования в онтогенезе.

Осознание своей телесной сущности формируется на самых ранних этапах онтогенеза и в норме остается достаточно стабильным в течение всей жизни.

Как уже говорилось выше, под образом Я (в частности, физическим образом) принято понимать описательный компонент Я-концепции как системы всех представлений индивида о себе. Две других составляющих представляют собой самооценку, или аффективный компонент Я-концепции, и поведенческие реакции, или ее динамический компонент. Эти три составляющих самосознания имеют относительно независимую логику развития, однако в своем реальном функционировании обнаруживают тесную взаимосвязь. Так, неудовлетворенность своими физическими данными, фиксация на физическом дефекте неизбежно влияют на представление о своем телесном Я, на общий уровень самопринятия. Таким образом, процесс построения физического Я-образа неотделим от формирования эмоционально-ценностного к нему отношения.

В социальной психологии проблема развития физического образа Я остается практически не изученной, разрабатываясь преимущественно в рамках клинической психологии. Здесь сегодня выделяется несколько направлений исследования телесного образа. В первом из подходов тело понимается как граница Я. Понятие «граница образа тела» было введено С. Фишером и С. Кливлендом, которые исходили из того, что люди различаются по тому, насколько «твердыми» и «отгораживающими от внешнего мира» они воспринимают границы собственного тела. Как правило, это восприятие неосознанно и проявляется в чувстве определенной отграниченности от окружающей среды (Соколова, 1989).

Согласно психоаналитическим взглядам, граница образа тела формируется на раннем этапе онтогенеза и определяет дальнейшее построение телесного образа Я. Первоначально ребенок не различает внешний мир объектов и внутренний мир субъективных желаний: его собственное тело в его представлении представляет единое целое с телом матери. Концепция Я как независимой сущности развивается в течение периода от двух до трех лет (Арлоу, 2000). Физический контакт с матерью создает основу для накопления опыта, приводящего к осознанию границ собственного тела. Существуют данные, доказывающие, что люди с хорошо определенными границами в значительной степени ориентированы вовне: это проявляется в выраженной автономии, легком приспособлении к окружению, заинтересованности в контактах с другими. У лиц с низкой определенностью границ образа тела в сознании личностные особенности проявляются в слабой автономии, высоком уровне личностной защиты, неуверенности в социальных контактах (Соколова, 1989).

Теоретико-экспериментальные исследования ряда отечественных авторов также показывают, что одним из факторов, определяющих развитие самосознания в раннем онтогенезе, является осознание ребенком своего Я-физического в результате манипулирования совместно со взрослыми. В сферу осознания Я-физического вовлекаются вначале отдельные органы чувств и части тела. Перцептивный и двигательный опыт ребенка при сопоставлении с действиями взрослого приводит его к оценке своих рефлекторных и моторных возможностей. Через синтез отдельных представлений у него возникает первичный образ собственного тела и способность владения им в форме произвольных движений, что также свидетельствует о моменте выделения ребенком себя из того пространства, в котором он находится (Чамата, 1968; Мерлин, 1996).

Процесс различения Я и не-Я и укрепление границ Я сопровождается постепенным формированием схемы собственного тела*.*  Это понятие было предложено Боньером в 1893 г. Оно означает пластичную модель собственного тела, которую каждый строит, исходя из соматических ощущений. Схема тела обеспечивает регулировку положения частей тела, контроль и коррекцию двигательного акта в зависимости от внешних условий.

Понятие «схема тела» не тождественно понятию «образ тела»: если первая определяется работой проприоцепции, то образ тела следует рассматривать как результат осознанного или неосознанного психического отражения. В современной психологии распространен подход к пониманию образа тела как сложного комплексного единства восприятий, установок, оценок, представлений, связанных и с телесной внешностью и с функциями тела: это тот «базис, на котором развертывается дальнейшее развитие Я-концепции» (Налчаджян, 2000; с.279).

 Наиболее обращенным к внешнему миру компонентом образа Я является представление человека о собственной внешности. Пожалуй, именно этот аспект физического образа непосредственно подводит нас к социально-психологической проблематике. Как мы видели выше, и образ тела, и схема тела, формируются в непосредственном социальном взаимодействии. Но эти процессы происходят на очень раннем этапе онтогенеза и в основном завершаются к началу сознательной жизни человека. Представление о собственной внешности также закладывается у ребенка относительно рано, но дополняется и корректируется в более поздних возрастах. Отличительной особенностью его формирования является тесная связь с эмоционально-ценностным отношением (самооценкой). Характер самоотношения во многом определяется особенностями социального опыта человека на всем протяжении его жизни: «Поскольку отношение к человеку в известной мере зависит от его физических качеств, последние оказываются важной основой для формирования Я-концепции» (Шибутани, 1999; с.183).

Основы самооценки закладываются в раннем детстве, и главным фактором при этом выступает характер детско-родительских отношений. Так, неприязнь, отдаленность, неуважение переходят в дефект самоотношения вплоть до неприязни к себе – своим чертам, физическому облику. В итоге самооценка внешности оказывается практически не связанной с объективными физическими данными ребенка, а зависит от позитивного или негативного отношения со стороны родителей и ближайшего окружения. Причем оценка собственной внешности имеет тенденцию распространяться на самооценку личности в целом, и наоборот - позитивное отношение к себе в целом может делать внешний облик более привлекательным в собственных глазах: «Рост человека, его вес, телосложение, здоровье, зрение, цвет лица и т.д. способны стать ведущими составляющими его отношения к себе, главными факторами, определяющими его чувство собственной ценности, адекватности и приемлемости своей личности» (Бернс, 1986; с.96). Многочисленные исследования показывают, что существует высокая положительная корреляция между удовлетворенностью своим телом и общей удовлетворенностью собой.

В подростковом и юношеском возрасте самооценка внешности приобретает особое значение. Огромную роль наряду с оценками значимых других (теперь это главным образом сверстники и учителя) здесь играет ориентация на принятые в обществе стереотипные образы маскулинности или фемининности. Причем юношеские эталоны красоты и просто «приемлемой» внешности нередко оказываются завышенными, нереалистичными. Обнаружение каких-либо явных или мнимых физических недостатков глубоко фрустрирует подростков, порождая тревогу и дезадаптированность (Кон, 1989).

Важным аспектом проблемы самооценки внешности являются гендерные различия в ее проявлениях. Существуют данные, подтверждающие более обостренное отношение к своему внешнему облику у девушек по сравнению с юношами: «В 14-15 лет девочки гораздо больше мальчиков озабочены тем, что о них думают другие, значительно более ранимы, чувствительны к критике, насмешкам» (Кон, 1989; с.103). Высокая значимость внешности сочетается у девушек с такими традиционно относимыми к «феминным» личными качествами, как склонность к концентрации на чувствах, эмоциональность и экспрессивность. Ряд гендерных исследований показывает, что «исключительную роль в формировании «женского» типа характера играет ориентация женщин на межличностное общение и связанное с этим стремление обратить на себя внимание, понравиться… Ориентированность на внешнюю оценку, на признание другими пронизывает базовые смысловые структуры личности женщины, влияя на ее отношение к себе. Так ожидание позитивного отношения к себе со стороны других…связано с уверенностью в себе женщин» (Визгина, Пантилеев, 2001; с.99). Наше эмпирическое исследование, проведенное на женщинах-респондентах, основывается на представлении о той важной роли, которую для женщин играет стремление к принятию и ожидание одобрения в социальных контактах.

В норме болезненная фиксация на собственной внешности и ориентация на оценку значимых других к концу подросткового возраста уступает место развитию других способов укрепления самооценки (через учебу, спортивные достижения, личные качества и т.д.) и ее автономизации. В дальнейшем сформированный телесный образ Я и характер (позитивный или негативный) его самооценки сохраняют относительную устойчивость на протяжении всей жизни человека. «В целом, адекватность самооценок с возрастом, по-видимому, повышается. Самооценки взрослых по большинству показателей более реалистичны и объективны, чем юношеские, а юношеские – чем подростковые, в чем сказываются большой жизненный опыт, умственное развитие и стабилизация уровня притязаний» (Кон, 1989; с.99). В зрелом возрасте на самоотношение влияет опыт переживания травмирующих ситуаций. Степень искажения образа физического Я и его самооценки в подобных случаях зависит от ряда личностных факторов: таких, в частности, как когнитивный стиль (полезависимость) и уровень самопринятия. Любые изменения какого-то аспекта образа Я при низкой когнитивной дифференцированности влекут за собой изменение и других аспектов представления о себе; «изменение частной самооценки по какому-то значимому измерению вызовет изменение других частных самооценок и эмоционально-ценностного отношения к себе в целом» (Соколова, 1989; с.29).

Итак, возвращаясь к поставленным ранее вопросам, можно подвести некоторые итоги:

1. формирование телесного образа Я является наиболее ранней стадией построения Я-концепции и может быть рассмотрено как некий базис, на котором развертывается дальнейшее ее развитие;
2. телесный образ Я является устойчивым образованием, формирование которого в определенном смысле завершается на ранних стадиях онтогенеза. В подростковом возрасте особо уязвимой структурой становится внешность и ее самооценка, колебания которой могут оказать значительное влияние на общий уровень самоотношения.
3. выделяя социально-психологический аспект проблемы изучения физического образа Я, необходимо, во-первых, подчеркнуть значимость для его формирования и развития такого фактора, как социальное взаимодействие, и, во-вторых, обозначить глубокую связь физического Я с другими переменными и аспектами Я-концепции (самоотношением, социальным Я и др.).

Как отмечал Р. Бернс, «главным ориентиром для Я-концепции является Я другого человека, то есть представление индивида о том, что думают о нем другие. Как неоднократно было показано, «Я-каким-меня-видят-другие» и «Я-каким-я-сам-себя-вижу» весьма сходны по своему содержанию» (Бернс, 1986; 50). Мы предполагаем в этой связи, что представление человека о своем физическом облике и его оценка непосредственно связаны с его ожиданиями и прогнозами относительно реакций на себя других людей. Опыт успешных или неуспешных в этом смысле взаимодействий формирует у индивида преимущественную тенденцию стремления к людям или избегания их, что означает ту или иную направленность мотивации аффилиации, к рассмотрению которой мы перейдем в следующей главе.

# **Глава № 2. Социальная мотивация личности**

§1. Мотивы и мотивация. Социальные мотивы

Анализ мотивационной регуляции деятельности человека связывается в психологии с понятием потребности. Потребность представляет собой объективную нужду, необходимость человеческого существа в чем-то, лежащем вне его пределов - во внешних объектах, других людях, их оценках, определенных переживаниях. Эти объекты называются предметами потребности, или мотивами. Под мотивацией в широком смысле подразумевается то, ради чего человек выполняет ту или иную деятельность. Всякая деятельность осуществляется вследствие какого-либо внутреннего импульса (потребности) и ради некоторой внешней по отношению к ней ценности. Эти отношения и образуют два полюса реальной мотивационной системы. Таким образом, мотив - это предмет, на который направлена деятельность, и соответствующий некоторой человеческой потребности (Леонтьев, 1971).

Считается, что любому человеку присущ определенный набор базовых потребностей. Среди этих потребностей выделяют потребность в общении, познании, саморазвитии, достижении, продолжении рода. Г. Мюррей в 20-е гг. прошлого столетия выделил первичные (висцерогенные) потребности: например, в воде, пище, сексуальной разрядке, избегании холода и многие другие, и вторичные (психогенные потребности). Первичные потребности в отличие от вторичных базируются на органических процессах и возникают или циклично, или в связи с необходимостью регуляции. К психогенным потребностям Мюррей отнес потребность в достижении, аффилиации, уважении, привлечении внимания к себе, защите, агрессии, независимости, доминировании, понимании и др. Большинство из них связаны с отношениями с другими людьми и могут реализовываться только в социальном взаимодействии. Кроме того, Мюррей разделил потребности на позитивные (поиск) и негативные (избегание), на явные и латентные. В определенных ситуациях отдельные потребности могут объединяться в мотивации поведения, или конфликтовать друг с другом, или подчиняться одна другой (Хьелл, Зиглер, 1999).

Иерархия основных потребностей человека, предложенная А. Маслоу, была впервые опубликована в 1943 г. А. Маслоу разграничил не отдельные мотивы, а целые их группы, которые упорядочены в ценностной иерархии соответственно их роли в развитии личности. Маслоу выделил пять основных групп потребностей:

* физиологические потребности (в пище, питье, кислороде);
* потребность в безопасности (физической и психологической);
* потребности в привязанностях, любви и причастности к группе;
* потребность в самоуважении;
* потребность самоактуализации.

Главная идея Маслоу заключается в том, что путь к осуществлению потенциальных возможностей индивидуума – к его самоактуализации – открывается лишь после удовлетворения его насущных потребностей. Потребности низших уровней Маслоу назвал нуждами, а высших – потребностями роста. В случае конфликта между потребностями различных уровней побеждает низшая потребность.

Согласно Маслоу, потребности одновременно являются и целями человека, т. е. они динамичны. Физиологические потребности (голод, жажда и т. д.) необходимы для функционирования организма. Потребность в самосохранении, безопасности, мире - также важнейшее условие человеческого существования на уровне индивида, общности, человечества в целом. Стремление к общению с людьми и к любви Маслоу считал неотъемлемым качеством человека, а отсутствие подобных потребностей — патологией (Хьелл, Зиглер, 1999).

Процесс объективации потребностей в виде мотивов носит индивидуальный характер и зависит от обстоятельств жизни конкретного человека. Например, потребность в общении может реализовываться у одних людей в виде мотивации сотрудничества, альтруизма, у других - в виде подавляющей, репрессивной позиции по отношению к другим. Мотивы находятся в иерархических отношениях между собой. Одни из них являются основными, ведущими, другие - подчиненными, второстепенными. Характер этой иерархической системы также индивидуален и определяет человека как личность. Мотивация направляет и регулирует деятельность, связывает результаты наших действий с потребностями личности.

Феноменологически мотивация проявляется в эмоциональной окраске событий и действий субъекта, в направленности и селективности человеческой деятельности, в системе ценностей и предпочтений (Вилюнас, 1990). В зависимости от того, связан ли мотив субъекта с содержанием выполняемой деятельности, выделяют внутренние и внешние виды мотивов. Внутренние мотивы связаны с содержательными особенностями деятельности, а внешние ориентированы на ее продукты - прямые или побочные. В зависимости от ориентации человека на продукт деятельности или ее процесс выделяются продуктивные и процессуальные (функциональные) мотивы. Многие виды деятельности психологически строятся как последовательный ряд выборов отдельных действий, которые человек затем выполняет с разной степенью успешности. Так строятся достижения человека. В зависимости от глобальной стратегии субъекта в ходе этих достижений выделяется также мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудач.

Психологическое понятие мотивации описывает два уровня побуждений: глубинный и ситуативный. Глубинный уровень мотивации представляет собой устойчивые, генерализованные установки личности. Они реализуются в различных конкретных формах в зависимости от особенностей ситуации. Уровень конкретных, опредмеченных побуждений называется ситуативной мотивацией. Различие двух уровней мотивации заключается не только в их содержательной направленности, но и в степени осознанности мотивов. Как правило, ситуативная мотивация более осознанна, а значит, доступна вербализации. Поэтому для исследования уровня ситуативной мотивации могут применяться вербальные методы исследования мотивации - беседы, опросники, интервью. В то время как для изучения глубинной мотивации используются главным образом косвенные, проективные методы.

§1.2. Социальные мотивы

Закономерность выделения социальных мотивов в особую группу связана с тем, что цели, на которые направлены побуждаемые этими мотивами действия, могут быть осуществлены лишь во взаимодействии с другими людьми. Не требует особых доказательств тот факт, что общение с себе подобными является важнейшим условием человеческого существования. Но вопрос об истоках потребности в контакте с другими людьми до сих пор остается дискуссионным. С точки зрения большинства авторов, она является специфической самостоятельной человеческой потребностью, внутри которой можно выделить ряд более частных потребностей. Их можно представить в виде иерархической структуры, служащей мотивационно-потребностной основой общения. Так, Л. Марисова выделяет девять групп «социальных» потребностей: потребность в другом человеке и взаимоотношениях с ним, в принадлежности к социальной общности, в сопереживании и сочувствии, в заботе и поддержке со стороны других, в оказании помощи другим, в установлении деловых связей, в обмене опытом, в оценке со стороны других, в выработке общего с другими людьми понимания и объяснения объективного мира (Марисова, 1978).

К основным социальным мотивам традиционно относят *мотив* *аффилиации* и *мотив власти.* Мотив аффилиации будет подробнее обсуждаться ниже. Говоря о мотиве власти, важно упомянуть концепцию А. Адлера, центральным объяснительным принципом которой является «воля к власти». Согласно адлеровской «индивидуальной психологии», стремлением к совершенству, превосходству и социальной власти индивид пытается компенсировать свой комплекс неполноценности, вызванный в большинстве случаев различными телесными несовершенствами.

Г. Мюррей определяет мотив к власти как потребность в доминировании. Согласно Х. Хекхаузену, «мотив власти направлен на приобретение и сохранение ее источников либо ради связанного с ними престижа и ощущения власти, либо ради влияния на поведение и переживания других людей, которые, будучи предоставлены сами себе, не поступили бы желательным для субъекта образом» (Хекзаузен, 1986; с.322). Применение власти одним лицом всегда связано с воздействием на мотивационную основу другого человека. Для этого применяющий власть должен иметь в своем распоряжении определенные ресурсы, которые Френч и Рейвен назвали источниками, или основами власти: власть вознаграждения, власть принуждения, экспертная, эталонная и законная власть. Эти основы власти являются инструментом, с помощью которого, например, руководитель может заставить подчиненных выполнять работу, направленную на достижение целей организации (Мескон и др., 2000).

К группе социальных мотивов тесно примыкают так называемые про- и антисоциальные мотивы, к которым относят *помощь* и *агрессию.* Так, Г. Мюррей в своем перечне мотивов ввел для деятельности помощи особый базовый мотив, назвав его заботливостью. Однако, как отмечает Х. Хекхаузен, то, что на первый план представляется деятельностью помощи, может, тем не менее, определяться совершенно различными движущими силами. Решающим отличием мотивированной помощью деятельности является то, что она в большей степени направлена на извлечение пользы для другого человека, чем для себя лично. Вопрос об инстинктивной природе альтруистического поведения сегодня активно дискутируется в среде психологов. Пока имеются данные, подтверждающие наличие просоцильного мотива лишь в виде родительского инстинкта, ограничивающегося заботой о питании и безопасности собственного потомства (Хекзаузен, 1986).

Агрессию также относят к одному из видов социальной (или, точнее, антисоциальной) мотивации. Однозначное определение агрессии подобрать сложно, так как она может иметь под собой различные основания. Так, выделяют враждебную и инструментальную агрессию: если целью первой является нанесение вреда другому, то вторая направлена на достижение цели нейтрального характера, а агрессия здесь используется лишь в качестве средства (шантаж, воспитание и т.д.). Наибольшей популярностью до недавнего времени в психологии пользовалась теория фрустрации-агрессии Н. Миллера и Д. Долларда, согласно которой агрессия есть следствие препятствий, возникающих на пути целенаправленных действий субъекта. Но последующие исследования показали, что не всякая агрессия возникает вследствие фрустрации, и не всякая фрустрация повышает уровень стремления к агрессии. По данным антропологии, в некоторых культурах агрессия не является типичной реакцией на фрустрацию. Представители школы групповой динамики показали в эксперименте возможность иных, чем агрессия, реакций на фрустрацию – например, уход или фантазирование (Андреева, Богомолова, Петровская, 2001).

§2. Мотив аффилиации

Содержание мотива аффилиации далеко не однородно: сюда включаются потребность контактировать с людьми, быть членом группы, взаимодействовать с окружающими, оказывать и принимать помощь. Г. Мюррей так определяет потребность человека в аффилиации: «Заводить дружбу и испытывать привязанность. Радоваться другим людям и жить вместе с ними. Сотрудничать и общаться с ними. Любить. Присоединяться к группам» (Хекхаузен, 1986; с.289). Под аффилиацией понимается, таким образом, определенный тип социальных взаимодействий, содержание которого заключается в общении с другими людьми, которое приносит удовлетворение обеим сторонам.

Как уже отмечалось выше, мотив аффилиации относится к высшему уровню иерархии человеческих потребностей. При этом, этот мотив является базовым и фундаментальным для природы человека, сознание которого развивается только в условиях взаимодействия с другими людьми. В определенном смысле аффилиативное поведение (стремление к контакту, привязанности, причастности к группе) свойственно и многим представителям животного мира, что говорит в пользу рассмотрения аффилиативной потребности в качестве врожденной. Но нельзя отрицать и тот факт, что потребность в физическом контакте у животных и потребность в общении у людей имеют различное содержание и направленность.

Эксперимент Харлоу по выявлению факторов, участвующих в становлении связи между детенышем обезьян и матерью, убедительно показывает, что для молодых обезьянок главную роль в развитии привязанности играет приятное чувство соприкосновения с теплым предметом, независимо от того мать это или плюшевый манекен (Обухова, 1999). Для человеческого ребенка также, безусловно, существует необходимость в физическом контакте, но его не может заменить контакт с куклой или даже с животным. В общение ребенка с матерью помимо физического взаимодействия, включены такие факторы, как контакт глаз, улыбка, тембр голоса, смех и т.д. Дефицит такого общения в течение 5-6 месяцев приводит к необратимым негативным сдвигам в психике ребенка, нарушает эмоциональное, умственное и физическое развитие. Как отмечал Э. Эриксон, «мать создает у своего ребенка чувство веры тем типом обращения с ним, который совмещает в себе чувствительную заботу о нуждах ребенка с твердым чувством полного личностного доверия к нему в рамках того жизненного стиля, который существует в ее культуре» (Цит. по Обуховой, 1999; с. 100).

Таким образом, если потребность в общении и привязанности и не является в строгом смысле врожденной, то формируется она на самых ранних стадиях онтогенеза, что подтверждается данными возрастной и кросс-культурной психологии. Так, об исключительной роли детско-родительских отношений и ранней социализации в развитии у ребенка аффилиативной потребности говорит австрийский культурантрополог И. Эйбл-Эйбесфельд. На материале изучения культур Африки, Южной Америки и Новой Гвинеи, он приходит к выводу, что «создание вокруг ребенка атмосферы любви и внимания является необходимым условием для формирования полноценного члена любого общества, как воинственно настроенного, так и миролюбивого» (Стефаненко, 1999). Ученый отмечает, что воспитание, лишенное ласки, создает ущербную личность, которая не чувствует привязанность к своей группе.

Американский культурантрополог Р. Ронер на основе этнографических данных выдвинул концепцию социализации, пытающуюся объяснить и предсказать последствия родительского *принятия* и *отвержения* для поведенческого, когнитивного и эмоционального развития личности ребенка. Ронер выделил три типа возможного отношения родителей к ребенку:

* понимание, теплое отношение и любовь;
* враждебность и агрессия;
* индифферентность.

Эти типы «в разной степени характеризуют культуры и взаимосвязаны с другими измерениями родительского поведения, в частности с родительским контролем» (Стефаненко, 1999; с.112).

Очевидно, что именно стиль отношений в семье закладывает основу для развития у ребенка того или иного вектора развития аффилиативной потребности – с верой в принятие другими или со страхом отвержения.

Процесс развития у ребенка потребности в общении может быть представлен в виде четырех основных этапов:

* появление внимания и интереса ребенка к взрослому;
* эмоциональные проявления ребенка в адрес взрослого;
* инициативные действия ребенка по привлечению внимания взрослого;
* чувствительность ребенка к отношению и оценке взрослого (Лисина, 1986).

К концу первого года жизни у детей появляется довольно устойчивое стремление к общению со сверстниками: они любят бывать среди других детей, хотя еще не играют с ними. Со второго года общение со сверстниками расширяется, а у 4-летних оно становится одной из ведущих потребностей. При этом у них возрастают самостоятельность и инициатива, т.е. поведение становится все более внутренне детерминированным (Лисина, 1986).

Таким образом, содержание аффилиативной потребности на разных этапах онтогенеза может быть различным: в течение первых семи лет жизни ребенка оно развивается от потребности в доброжелательном внимании до потребности во взаимопонимании и сопереживании. В младших классах ведущей становится мотивация взаимодействия со сверстниками и формируется устойчивый круг ближайшего общения. В юношеском возрасте постепенно разрушается внутригрупповое общение со сверстниками, усиливаются контакты с лицами противоположного пола, а также со взрослыми при возникновении сложных житейских ситуаций (Кон, 1989). Заметно усиливается потребность во взаимопонимании с другими людьми, что непосредственно связано с формированием самосознания.

По-видимому, потребность человека в аффилиации является универсальной, т.е. свойственной всем людям независимо от их возрастной, гендерной или этнической принадлежности. Но характер и содержание этой потребности, безусловно, варьирует в зависимости от воспитания, условий социализации, типа культуры. Ряд исследований доказывает, что накапливаемый на протяжении жизни опыт общения с другими людьми ведет к обобщенным ожиданиям встретить в них источник поощрения или наказания. Если доминируют ожидания первого рода, то человек будет стремиться к другим людям и доверять им; если преобладают противоположные ожидания, то он будет избегать других людей, относится к ним с подозрением и низко их оценивать. Человек, опыт которого носит смешанный характер и у которого высоки ожидания обоих типов, будет находиться в сфере межличностных отношений в состоянии постоянного конфликта. Тот, у кого оба вида ожиданий низки, будет проявлять в ситуациях межличностного общения безразличие и незаинтересованность (Хекхаузен, 1986).

Универсальность потребности человека в аффилиации подтверждают данные сравнительно-культурных исследований. Так, представители индивидуалистических культур значительно чаще, чем представители культур коллективистических, предъявляют жалобы на чувство одиночества и изоляции, зачастую приводящее к депрессии (Стефаненко, 1999). Образ жизни в таких культурах связан, как известно, с приоритетом ценностей индивидуализма и достижения, зачастую приводящих к отчуждению человека от других людей, дефициту общения и дружеских связей. Меньшую распространенность «классических» симптомов депрессии в традиционных культурах ученые объясняют, в частности, «преобладанием в них больших семей, в которых человек получает больше социальной поддержки и меньше рискует потерять отношения любви» (Стефаненко, 1999; с.146).

Важной особенностью мотивации аффилиации является ее реципрокный характер. Так, степень успешности аффилиации зависит не только от стремящегося к аффилиации, но и от его потенциального партнера: первый, должен дать понять второму о своем желании вступить в контакт, придав этому контакту привлекательность в его глазах. Несимметричность в распределении ролей, превращение партнера в средство удовлетворения своих потребностей наносят ущерб аффилиации как таковой или даже полностью разрушают ее. Цель аффилиации с точки зрения стремящегося к ней можно было бы определить как поиск приятия себя, поддержки и симпатии. С точки зрения обоих партнеров эта цель определяется как достижение взаимного и доверительного общения, где каждая сторона принимает и поддерживает другую. О мотивированности поведения стремлением к аффилиации можно судить по содержанию речевых высказываний, по выражению лица, длительности контакта глаз, позе и жестикуляции (Лабунская, 1986).

А. Меграбян выделяет две тенденции мотива аффилиации: надежду на аффилиацию (ожидание отношений симпатии, взаимопонимания в общении) и боязнь отвержения (страх того, что общение не состоится или будет формальным). Сочетание этих тенденций дает четыре типа мотивов аффилиации:

1. Высокая надежда на аффилиацию, низкая чувствительность к отвержению: в большинстве случаев потребность в аффилиации постоянно удовлетворяется. В этом случае человек может быть общителен вплоть до назойливости.
2. Низкая потребность в аффилиации, высокая чувствительность к отвержению: в большинстве ситуаций потребность в аффилиации остается неудовлетворенной или же вовсе отвергается.
3. Низкие надежда на аффилиацию и чувствительность к отвержению: большинство ситуаций обладают лишь очень слабым позитивным или негативным релевантным аффилиации подкрепляющим действием. В этом случае человек предпочитает одиночество.
4. Высокие надежда на аффилиацию и чувствительность к отвержению: в большинстве ситуаций потребность в аффилиации либо удовлетворяется, либо отвергается. У человека возникает сильный внутренний конфликт: он стремится к общению и в то же время избегает его. Этот тип, по мнению Меграбяна, является мотивационной основой выраженного конформного поведения, т.е. показателем мотива зависимости: частое применение позитивных и негативных санкций есть средство формирования у индивида тенденции к зависимости (Кузнецова, 1999).

По-видимому, люди, в опыте которых преобладают успешные межличностные взаимодействия, будут убеждены в том, что и будущие ситуации общения дадут им то же количество подкрепляющих взаимодействий, и будут склонны интерпретировать новые данные опыта в терминах своих ожиданий. В нашем эмпирическом исследовании, программа и результаты которого изложены в следующей главе, мы попытались обнаружить, какую роль в направленности аффилиативной тенденции играет самооценка человеком собственной внешности. Наше предположение заключалось в том, что люди с низкой самооценкой внешности имеют меньший опыт позитивных подкреплений в общении с другими людьми и, в связи с этим, с большей готовностью ожидают отвержения со стороны потенциальных партнеров по взаимодействию.

**Глава 3. Изучение взаимосвязи физического Я и мотивации аффилиации**

§1. Программа эмпирического исследования

**Проблема исследования** – выявление роли физического образа Я в целостном представлении человека о себе; изучение взаимосвязи между физическим образом Я и социальной мотивацией личности.

**Цель исследования -** изучение взаимосвязи представлений женщин о своем физическом Я в настоящем и будущем с их мотивацией аффилиации.

**Задачи исследования:**

1. выделить группы испытуемых с высокой и низкой самооценкой внешности;
2. изучить изменение самооценки внешности в будущем по сравнению с настоящим у испытуемых с низкой и высокой самооценкой внешности;
3. выявить наиболее значимые параметры внешности для обеих групп испытуемых;
4. соотнести данные самооценки внешности с уровнем мотивации аффилиации;
5. выявить особенности построения образа Я в настоящем и будущем у двух групп испытуемых с высокой и низкой самооценкой внешности.

**Объект исследования** – женщины в возрасте от 25 до 40 лет

**Обоснование выборки:**

В нашем исследовании приняли участие 52 человека. Все испытуемые – работающие женщины в возрасте от 25 до 40 лет, имеющие высшее образование и постоянно проживающие в Москве. Выбор объекта исследования обусловлен представлением о том, что для большинства женщин самооценка собственной внешности имеет чрезвычайно важное значение в социальных контактах. Таким образом, взаимосвязь физического Я и социальной мотивации могла быть, по нашему мнению, наиболее выпукло продемонстрирована именно на примере женщин-респонденток. Тем не менее, сопоставление данных, полученных в нашей работе, с результатами исследования мужчин представляет особый интерес и может являться предметом специального изучения.

Ограничение выборки по возрасту испытуемых связано с тем, что в современном мире возраст от 25 до 40 лет является наиболее продуктивным для женщины в плане социальной активности. Также мы преследовали цель создания достаточно гомогенной выборки, так как очевидно, что расширение возрастного диапазона будет создавать дополнительный фактор, требующий обязательного учета при анализе результатов.

**Предмет исследования** – представления женщин о своем физическом Я в настоящем и будущем; взаимосвязь между образами физического Я и мотивацией аффилиации.

В ходе исследования были проверены следующие **гипотезы**:

1. самооценка внешности у женщин в их представлении о себе в будущем существенно отличается от их самооценки в настоящем; эти показатели различны для групп испытуемых с высокой и низкой самооценкой внешности;
2. уровень самооценки внешности у женщин взаимосвязан с уровнем мотивации аффилиации;
3. женщины с высокой и низкой самооценкой внешности отличаются друг от друга в построении своего образа Я в настоящем и будущем;

**Процедура и методики исследования:**

Исследование проводилось в несколько этапов:

1. На первом этапе исследования изучалась самооценка внешности испытуемых в настоящем. Для этого применялась оригинальная методика измерения самооценки внешности. Предварительно на основании опроса 18 женщин, не участвующих в данном исследовании, был подготовлен список из 20 частей тела, наиболее значимых с точки зрения внешней привлекательности женщины. Этот список предлагался респондентам со специальной инструкцией (бланк задания приводится в приложении 1).
2. На втором этапе с помощью той же методики изучалась самооценка внешности испытуемых в будущем (в возрасте 60 лет). Выбор возрастной отметки в 60 лет обусловлен, во-первых, значимостью этого возраста для социальной жизни женщины (официальный пенсионный возраст для женщины в нашей стране составляет 55 лет), во-вторых, достаточной временной отнесенностью в будущее для всей выборки (чтобы избежать совпадения представлений респонденток о себе в настоящем и будущем).
3. На третьем этапе исследования проводилось измерение уровня мотивации аффилиации. Для этого использовался опросник А. Меграбяна (текст опросника приводится в приложении 2).
4. На четвертом этапе исследования изучались образы Я испытуемых в настоящем и будущем. С этой целью был использован тест двадцати ответов М. Куна и Т. Макпартленда «Кто Я?». Обработка данных осуществлялась методом контент-анализа. Все ответы были отнесены к одной из двух категорий: социально-ролевые или личностные характеристики. Внутри категории личностных ответов были выделены две подкатегории: высказывания, относящиеся к физическому Я и к мотивации аффилиации.

§2. Анализ и обсуждение результатов исследования

1. **Изучение самооценки внешности**

А) Самооценка внешности в настоящем

Самооценка внешности выявлялась через сопоставление идеального образа Я и образа Я в настоящем. Для обработки результатов использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена.

В результате исследования были получены значения коэффициента корреляции в диапазоне от – 0,43 до + 0,89. По уровню медианы (+ 0,43) все испытуемые были разделены на две группы с низкой и высокой самооценкой внешности:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Низкая самооценка** | **Высокая самооценка** |
| **Коэффициент корреляции** | От –0,43 до +0,43 | От +0,43 до +0,89 |

#### Б) Самооценка внешности в будущем для двух групп испытуемых

Для всей выборки значения самооценки распределились в диапазоне от –0,60 до +0,65. У обеих групп испытуемых самооценка внешности в представлении о себе в возрасте 60 лет оказалась ниже самооценки в настоящем. Эта тенденция наглядно представлена на графике 1:

 *График 1*

Это подтверждает наше предположение о том, что у женщин образ Я в будущем содержит представление об изменении своего физического Я по сравнению с настоящим, причем это изменение обнаруживает четкую тенденцию к понижению самооценки.

 Величина расхождения между самооценкой внешности в настоящем и будущем оказалась меньше в группе с низкой самооценкой по сравнению с группой с высокой самооценкой:

 *График 2*

Как подтверждение этой тенденции можно рассматривать отдельные случаи, когда самооценка внешности в будущем не только не понижалась, а даже повышалась по сравнению с настоящим. В целом по выборке такие случаи заняли 17%, причем 90% из них относятся к группе с низкой самооценкой внешности (график 3):

 *График 3*

Очевидно, для некоторых людей с негативным представлением о своей внешности собственный образ в будущем может казаться более привлекательным, чем в настоящем вопреки разрушительному действию времени. Можно предположить, что люди с низкой самооценкой внешности придают большее значение своему физическому образу Я и испытывают больше тревоги по отношению к будущему, в котором этот образ претерпевает изменения. В качестве компенсации этой тревоги у определенных личностей может срабатывать механизм защиты, благодаря действию которого отрицается факт неизбежности либо самих этих изменений, либо их негативного характера. Для людей с высокой самооценкой внешности характерно более реалистичное восприятие своего физического облика в будущем: для них факт изменения внешности с ходом времени представляется вполне естественным.

#### В) Анализ предпочтений в оценке частей тела

Помимо измерения самооценки внешности мы провели качественный анализ ответов респондентов для изучения особенностей физического образа Я у каждой группы испытуемых.

В представлениях о своем настоящем физическом образе Я наиболее высокие баллы (от 16 до 20) получили:

в группе с низкой самооценкой внешности: глаза (77% респондентов), лицо (46%), ноги (46%).

в группе с высокой самооценкой внешности: глаза (88%), фигура (69%), лицо (54%).

В представлениях о своем будущем физическом образе Я наиболее высокие баллы (от 16 до 20) получили:

в группе с низкой самооценкой внешности: глаза (85% респондентов), лицо (58%), уши (46%).

в группе с высокой самооценкой внешности: глаза (88%), волосы (46%), губы (42%).

Интересно, что в обеих группах испытуемых как в настоящем, так и в будущем образе Я первое место по привлекательности заняли глаза. Очевидно, это говорит об особой значимости глаз в представлениях женщин о своем физическом облике. Причем, в группе с низкой самооценкой внешности при оценке будущего образа Я значимость глаз даже возросла по сравнению с образом Я в настоящем (в группе с высокой самооценкой внешности такого сдвига нет). По-видимому, в представлениях респондентов с низкой самооценкой глаза являются той частью тела, которая в наименьшей степени изменится со временем, и будет определять привлекательность женщины в старости. Кроме того, очевидно стремление всех женщин-респонденток (а, в особенности, с низкой самооценкой) к поддержанию позитивного образа Я в отдаленном будущем через подчеркивание красоты внутренней (глаза традиционно считаются «зеркалом души»).

Из приведенных данных также видно, что в группе с низкой самооценкой внешности при оценке будущего образа Я по сравнению с настоящим возросла значимость лица. Ниже мы попробуем дать объяснение этому факту, который согласуется со следующими результатами оценки респондентами наименее привлекательных частей тела.

В представлениях о своем настоящем физическом образе Я наиболее низкие баллы (от 1 до 5) получили:

в группе с низкой самооценкой внешности: зубы (50% респондентов), спина (42%), живот (35%).

в группе с высокой самооценкой внешности: уши (65%), брови (58%), нос (50%).

В представлениях о своем будущем физическом образе Я наиболее низкие баллы (от 1 до 5) получили:

в группе с низкой самооценкой внешности: грудь (58% респондентов), живот (58%), талия (50%).

в группе с высокой самооценкой внешности: зубы (54%), шея (54%), уши (50%).

По отношению к образам Я в настоящем не обнаружено закономерности в оценке наименее привлекательных частей тела респондентами с низкой и высокой самооценкой внешности. Но по отношению к будущим образам Я необходимо отметить следующее:

по мнению респондентов с высокой самооценкой внешности, части головы и лица (зубы, шея, уши) наиболее подвержены процессу старения, тогда как, по мнению респондентов с низкой самооценкой, тело как таковое (живот, талия и грудь) будет терять свою привлекательность значительно быстрее. Следовательно, для респондентов с низкой самооценкой лицо сохранит свою привлекательность в будущем в большей степени, чем тело. В этом, возможно, обнаруживается стремление респондентов с низкой самооценкой к подчеркиванию приоритета ценности личности (отсюда значимость лица), не подверженной физическому старению, над телесностью. Об этом же, вероятно, говорит и особое значение, придаваемое респондентами глазам (см. выше). Но эта проблема нуждается, безусловно, в более тщательном изучении.

1. Измерение мотивации аффилиации

Измерение мотивации аффилиации проводилось по двум шкалам – стремление к принятию (СП) и страх отвержения (СО). По уровню медианы были выделены следующие четыре группы испытуемых (полностью результаты приводятся в приложении 3):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Стремление к принятию (шкала СП)** | **Страх отвержения** **(шкала СО)** |
| **1 группа** | Высокий (от 132 до 172) | Низкий (от 80 до 122) |
| **2 группа** | Низкий (от 74 до 132)  | Высокий (от 122 до 177) |
| **3 группа** | Низкий (от 74 до 132)  | Низкий (от 80 до 122) |
| **4 группа** | Высокий (от 132 до 172) | Высокий (от 122 до 177) |

\* Цифры отражают балльные значения по шкалам

Одной из главных целей данного исследования была проверка наличия или отсутствия взаимосвязи между самооценкой внешности испытуемых и мотивацией аффилиации. Сопоставление данных самооценки внешности со шкалой СП (стремление к принятию) не обнаружило никакой значимой закономерности. Однако, сопоставление уровня самооценки внешности испытуемых со шкалой СО (страх отвержения) обнаружило следующую взаимосвязь:

в 70% случаев высоким значениям самооценки внешности (от +0,43 до +0,89) соответствовали низкие значения СО (от 80 до 122 баллов) и, наоборот, низким значениям самооценки (от –0,43 до + 0,43) соответствовали высокие значения СО (от 122 до 177 баллов).

На графике 4 отражена зависимость между самооценкой внешности и уровнем страха отвержения: по мере приближения к максимальным значениям по шкале СО (ось Х), значения самооценки внешности (ось Y) обнаруживают тенденцию к снижению:

 График 4

Оставшиеся 30% случаев не попадают строго в обозначенный диапазон оценок, но половину из них можно считать пограничными и объяснить погрешностями самой методики или неточностью ответов испытуемых: так, в 8 случаях из 16 значения по шкале СО чуть выше медианы (от 125 до 135 баллов) коррелируют с высокими показателями самооценки внешности (от 0,62 до 0,76).

Таким образом, гипотезу о наличии корреляции между самооценкой внешности и уровнем мотивации аффилиации можно считать частично подтвержденной. Обнаруженная закономерность не дает, тем не менее, оснований для установления причинно-следственной связи между самооценкой и страхом отвержения. На основании данных общей психологии и психологии развития можно, однако, выдвинуть следующее предположение: мотивация, являясь базовым и наиболее ранним личностным образованием, определяет собой более позднее формирование образа Я. Как пишет Хекхаузен, «тип мотива аффилиации складывается в результате подкреплений, испытываемых в социальных взаимодействиях, прежде всего в детстве» (Хекхаузен, 1986; том 1, с.298). На основе позитивного или негативного опыта контакта со значимыми другими (принятия или отвержения) и интериоризации их оценок у ребенка складывается представление о себе и собственная самооценка.

Можно предположить, что люди с низкой самооценкой внешности в прошлом имеют больший опыт отвержений в социальных контактах. Преимущественно негативный опыт подкреплений формирует низкую самооценку, которая распространяется и на внешность как на важнейшую составляющую образа Я. В дальнейшем этот негативный образ Я сам начинает в значительной мере управлять поведением личности, определяя ее преимущественную мотивацию избегания в социальном взаимодействии.

1. Исследование образа Я у испытуемых с низкой и высокой самооценкой внешности

По результатам, полученным с помощью методики «Кто Я?», проводилось сравнение количества социально-ролевых и личностных высказываний у респондентов с высокой и низкой самооценкой внешности. К социальным характеристикам относились самоописания в терминах тех или иных социальных ролей: например, "Я - женщина", "Я – кандидат наук", "Я - хозяйка", "Я - подруга", " Я - читатель" и т.п. К личностным идентификационным характеристикам были отнесены такие высказывания, как: "Я заботливая", "Я - уставшая", "Я занимаюсь спортом", "Я все еще красивая женщина", и т.п. Также сравнивалось количество высказываний, сделанных респондентами относительно своего настоящего и будущего образа Я. Полученные результаты были сведены в таблицу (подробнее см. приложение 4):

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Самооценка** | **Настоящее** | **Будущее** |
|  | Соц-ролевые | **Личностные** | Соц-ролевые | **Личностные** |
| Низкая  | 46 | 54 | 44 | 56 |
| **Высокая** | 38 | 63 | 41 | 59 |

\* Количество категорий указано в процентах

Обнаруживается перевес личностных высказываний над социально-ролевыми у респондентов с высокой самооценкой внешности, причем это отношение сохраняется и по отношению к будущему образу Я. У респондентов с низкой самооценкой внешности присутствует та же тенденция, но в этой группе испытуемых она менее выражена.

Также отмечается меньшее количество социально-ролевых и большее количество личностных высказываний у респондентов с высокой самооценкой внешности по сравнению с респондентами с низкой самооценкой. Обнаруженные закономерности представляют особый интерес, так как в многочисленных исследованиях установлено, что количество «ролевых» ответов всегда значительно превышает число личностных ответов. Вероятно, для женщин-респондентов последнее правило не всегда справедливо, как это оказалось и для нашей выборки. Проверить это гипотезу можно, проведя аналогичный опрос на мужской выборке и сопоставив полученные результаты. Однако, такое исследование не входило в задачи данной работы.

Мы провели качественный анализ личностных характеристик, даваемых респондентами как с низкой, так и с высокой самооценкой внешности. В логике нашего исследования основными категориями, по которым проводилось сопоставление результатов, были 2 типа высказываний: относящиеся к физическому Я и относящиеся к мотивации аффилиации. К первым были отнесены такие определения, как «Я-красавица», «Я боюсь болезней», «Я забочусь о своем здоровье», «Я одеваюсь со вкусом» и т.д. Ко вторым относились высказывания «Я общительная», «Я помогающая», «Я не люблю быть одна», «У меня много друзей», «Я – опора» и т.д. Нас в данном случае интересовало, будут ли обнаружены значимые различия в количестве подобных высказываний а) между респондентами с высокой и низкой самооценкой внешности б) между актуальными и будущими образами Я для каждой группы испытуемых. Были получены следующие результаты:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Самооценка** | **Настоящее** | **Будущее** |
|  | **Аффилиация** | **Физическое Я** | **Аффилиация** | **Физическое Я** |
| Низкая  | 8 | 5 | 18 | 14 |
| **Высокая** | 12 | 7 | 10 | 13 |

\* В процентах от личностных высказываний

Как видно из приведенных данных, количество высказываний, относящихся к мотивации аффилиации и физическому Я применительно к образу Я в настоящем, больше у респондентов с высокой самооценкой внешности. Но при обращении к будущему, это соотношение существенно меняется: здесь число подобных высказываний у респондентов с низкой самооценкой внешности превышает это количество у респондентов с высокой самооценкой внешности.

Также обращает на себя внимание значительный рост количества высказываний о физическом Я у обеих групп испытуемых и, в особенности, у испытуемых с низкой самооценкой внешности. Это, безусловно, говорит о значимости для респондентов тех изменений физического образа, которые в представлении женщин будут иметь место к возрасту 60 лет.

Кроме того, в приведенных данных нельзя не заметить резкого увеличения числа высказываний, связанных с мотивацией аффилиации, при описании будущего образа Я у респондентов с низкой самооценкой внешности, тогда как для респондентов с высокой самооценкой, напротив, наблюдается уменьшение их количества.

Полученные результаты позволяют говорить о существенных различиях в построении образа Я между респондентами с низкой и высокой самооценкой внешности. При описании актуального образа Я респонденты с низкой самооценкой внешности избегают упоминания своих физических качеств, тогда как респонденты с высокой самооценкой внешности делают это более охотно. Причем, последние наряду с позитивными характеристиками, используют и негативные, в отличие от респондентов с низкой самооценкой внешности: «уродина», «сутулая», «старая больная женщина» и т.д. Эта же тенденция сохраняется у респондентов с высокой самооценкой и при описании будущего образа Я: здесь можно встретить такие самоопределения, как «уставшая женщина», «старуха», «крючок». По-видимому, представители этой группы респондентов, более высоко оценивая свой актуальный физический облик, достаточно адекватно и критично воспринимают перспективу его будущих изменений.

Испытуемые с низкой самооценкой внешности при описании своего будущего образа Я в 3 раза чаще упоминают свое физическое Я по сравнению с образом Я в настоящем. Причем, 76% высказываний касаются поддержания на высоком уровне или даже улучшения своих внешних данных: «интересная женщина», «еще очень ничего», «модная», «кокетка» и т.д. Негативных характеристик здесь практически не встречается. Остальные 24% высказываний связаны с заботой респондентов о своем здоровье: «занимаюсь спортом», «пытаюсь есть здоровую пищу», «физически еще крепкая». Можно предположить, что женщины с низкой самооценкой внешности испытывают значительную тревогу по поводу наступления физической старости и стремятся в своем воображении замедлить этот процесс или заранее предвидеть возможные пути подготовки к нему, будь то с помощью здорового питания, модной одежды или занятий физкультурой.

Таким образом, вполне очевидным становится тот факт, что респонденты обеих групп в представлениях о себе отчетливо выделяют физический образ Я. Эта составляющая выходит на более высокий уровень рефлексии при попытке конструирования представления о себе в отдаленном будущем, которое связано в сознании женщин с изменением их физического облика. Эта тенденция особенно ярко прослеживается у респондентов с низкой самооценкой внешности. Возможно, с этим же связан и некоторый перевес количества социально-ролевых характеристик в этой группе по сравнению с респондентами с высокой самооценкой внешности: женщины словно стремятся защититься от тревоги по поводу надвигающейся старости, «обеспечивая» себе сохранение значимого места в обществе с помощью поддержания разнообразия социальных ролей.

Особого внимания заслуживает существенное увеличение в ответах респондентов с низкой самооценкой внешности количества высказываний, связанных с мотивацией аффилиации: как по сравнению с представлением о себе в настоящем, так и по сравнению с другой группой испытуемых, количество аффилиативных высказываний здесь выросло более, чем в два раза. Отмечается стремление респондентов с низкой самооценкой внешности представлять себя в будущем как «общительных», «понимающих», «заботливых», «помогающих» и т.д. По-видимому, в этой группе испытуемых в представлении о себе в старости на первый план выходят такие ценности, как любовь, поддержка, общение, которые существенным образом трансформируют образ Я в будущем. В целом, в группе респондентов с низкой самооценкой внешности создается более позитивный образ себя в будущем по сравнению со второй группой: женщины обнаруживают готовность и решимость противостоять разрушительному действию времени как физически, так и морально. Одновременно с реальной заботой о своем здоровье и красоте, они стремятся расширять и углублять свои социальные контакты, помогать и заботиться о других людях, чувствовать себя нужными и востребованными.

В свете обнаруженной взаимосвязи между самооценкой внешности и страхом отвержения, можно предположить, что перспектива наступления физической старости усиливает у испытуемых с низкой самооценкой внешности опасения по поводу возможных отвержений в социальных контактах в будущем. Поэтому их будущий образ Я по сравнению с респондентами с высокой самооценкой внешности содержит больше позитивных характеристик, направленных на улучшение социального взаимодействия: повышение своей физической привлекательности, разнообразие репертуара социальных ролей, общительность, внимание к другим людям.

Выводы

1. В результате исследования было установлено, что самооценка внешности в будущем у всех женщин-респондентов ниже их самооценки внешности в настоящем. Однако, эта тенденция в большей степени прослеживается у женщин с высокой самооценкой внешности.
2. В результате исследования была проверена и частично подтверждена гипотеза о взаимосвязи самооценки внешности с уровнем мотивации аффилиации у женщин. Изучались две тенденции мотива аффилиации: стремление к принятию и страх отвержения. Корреляции между первой тенденцией – стремлением к принятию - и самооценкой внешности обнаружено не было. Между второй тенденцией – страхом отвержения – и самооценкой внешности была выявлена следующая взаимосвязь: для женщин с низкой самооценкой внешности характерны более высокие показатели по шкале страха отвержения, чем для женщин с высокой самооценкой.
3. Также была подтверждена гипотеза о наличии закономерных отличий в построении образа Я между женщинами с высокой и низкой самооценкой внешности:
4. Женщины с высокой самооценкой внешности используют при описании себя меньше социально-ролевых и больше личностных характеристик, чем женщины с низкой самооценкой внешности. Причем, это верно при построении образа Я как в настоящем, как и в будущем.
5. Женщины с низкой самооценкой внешности при построении своего будущего образа Я используют значительно большее число характеристик, относящихся к физическому Я и к мотивации аффилиации, чем женщины с высокой самооценкой внешности.

Таким образом, в результате исследования была выявлена важная роль физического образа Я в представлении женщин о себе и взаимосвязь их физического Я с мотивацией аффилиации.

# Заключение

Основной проблемой, изучаемой в данной работе, было выявление роли физического Я в представлении человека о самом себе и обнаружение взаимосвязи физического образа Я с социальной мотивацией личности. Нам удалось установить связь между самооценкой внешности и чувствительностью к отвержению в социальных контактах у женщин-респонденток, а также выделить своеобразие построения образа Я в настоящем и в будущем женщинами с низкой и высокой самооценкой внешности. Таким образом, мы затронули важный аспект проблемы, который, тем не менее, не исчерпывает ее содержания.

Дальнейшее изучение поставленной проблемы может идти по следующим основным направлениям:

1. Исследование гендерных и возрастных особенностей физического образа Я и его роли в Я-концепции и социальной мотивации личности. С этой целью необходимо провести аналогичное исследование на смешанной в гендерном и возрастном отношении выборке.
2. Социально-психологическое исследование таких аспектов физического образа Я, как образ собственного тела, осознание и самооценка своих телесных качеств (здоровье, сила, выносливость и т.д.), осознание своей половой принадлежности. В проведенном нами исследовании изучение физического образа Я ограничивалось анализом внешности и ее самооценки.
3. Анализ связи физического образа Я и второй тенденции мотива аффилиации, обозначаемой как стремление к принятию. В нашем исследовании мы обнаружили наличие значимой корреляции только с одной из двух аффилиативных тенденций – страхом отвержения. Логично было бы предположить, что между физическим Я и второй тенденцией аффилиации также существует определенная зависимость, хотя и менее явно очерченная.
4. Изучение культурных особенностей построения физического образа Я, его роли в Я-концепции и социальной мотивации личности с привлечением данных этнопсихологии и культурантропологии.
5. Изучение связи физического образа Я с другими социальными мотивами личности, в частности, с мотивом власти.

Библиография

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М., 1991
2. Аммон Г. Психосоматическая терапия. СПб., 2000
3. Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология ХХ столетия. М., 2001
4. Арлоу Д. Психоанализ. Журнал практической психологии и психоанализа. 2000. № 2. С.85-112
5. Белинская Е.П. Временные аспекты Я-концепции и идентичности.//Мир психологии. 1999. № 3, с.40-46
6. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. Социальная психология личности. М., 2001
7. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986
8. Визгина А.В., Пантилеев С.Р. Проявление личностных особенностей в самоописаниях мужчин и женщин.//Вопросы психологии. 2001. № 1, с.91-100
9. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. М., 1990
10. Выготский Л.С. Педология подростка: проблемы возраста //Собр.соч. в 6 т. Т.4. М., 1984
11. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. Киев, 1984
12. Джемс У. Психология.//Психология самосознания. Под ред. Райгородского Д.Я. Самара, 2000. С.7-34
13. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб., 2000
14. Кон И.С. Открытие «Я». М., 1978
15. Кон И.С. Психология ранней юности. М., 1989
16. Кузнецова И.В. Потребность человека в эмоционально-доверительном общении. Психология ХХI века: Тезисы Международной межвузовской научно-практической студенческой конференции. СПб., 1999
17. Лабунская В.А. Невербальное поведение. Ростов, 1986
18. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы, эмоции. М., 1971
19. Лисина М.И. Проблема онтогенеза общения. М., 1986
20. Марисова Л.И. О мотивацонно-потребностной основе общения. Берлин, 1978
21. Мерлин В.С. Психология индивидуальности.//Избр. психол. труды. Под ред. Климова Е.А. М., 1996
22. Мескон М.Х., Альберт М., Хедоури Ф. Власть, влияние лидер.//Социальная психология. Хрестоматия. М., 2000
23. Мосак Г. Адлерианская психотерапия. Журнал практической психологии и психоанализа. 2000. № 4, с. 61-69
24. Мухина В.С. Детская психология. М., 1985
25. Налчаджян А.А. Социально-психическая адаптация.// Психология самосознания. Под ред. Д.Я. Райгородского. Самара, 2000. С.270-317
26. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. М., 1999
27. Пантилеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. М., 1991
28. Соколова Е.Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности. М: изд-во МГУ, 1989
29. Спиркин А.Г. Сознание и самосознание. М.,1972
30. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. М., 1999
31. Столин В.В. Самосознание личности. М., 1983
32. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. Том 1. М., 1986
33. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб., 1999
34. Чамата П.Р. К вопросу о генезисе самосознания личности.//Проблемы сознания. М.,1968
35. Шибутани Т. Социальная психология. Ростов-на-Дону, 1999
36. Markus, H., Nurius, P. Possible Selves: The Interface between Motivation and the Self-Concept. In Yardley, K., Honess, T. (Eds). *Self and Identity: Psychosocial Perspectives*. Wiley, 1987.
37. Five Fields of Striving for Significance. Developed by Henry T. Stein, Ph.D. Based on the Original Concepts of Anthony Bruck. Copyrighted, 1997. Adler Institute Home Page.

## Приложение 1

## Бланк для измерения самооценки

## Задание 1

Рассмотрите каждую часть тела, указанную в списке, с точки зрения ее значимости для внешней привлекательности женщины. Оцените каждую часть тела в пределах от 20 до 1 балла. Оценку «20» проставьте в графе слева от той части, привлекательность которой, по Вашему мнению, является самой главной для женщины; оценку «1» – слева от той части тела, привлекательность которой наименее значима; оценки от «2» до «19» расположите в соответствии с Вашим отношением к привлекательности всех остальных частей тела. Оценки не должны повторяться.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Части тела** | **2** |
|  | Руки |  |
|  | Волосы |  |
|  | Глаза |  |
|  | Живот |  |
|  | Кожа |  |
|  | Нос |  |
|  | Талия |  |
|  | Пальцы |  |
|  | Фигура |  |
|  | Уши |  |
|  | Плечи |  |
|  | Зубы |  |
|  | Шея |  |
|  | Бедра |  |
|  | Лицо |  |
|  | Спина |  |
|  | Брови |  |
|  | Ноги |  |
|  | Губы |  |
|  | Грудь |  |

# Задание 2

Закройте, пожалуйста, только что заполненную Вами часть таблицы так, чтобы ее не было видно при выполнении следующего задания.

Теперь проранжируйте список по отношению к себе самой. В графе справа отметьте оценкой «20» ту часть тела, которая, как Вы считаете, является у Вас самой привлекательной, оценкой «19» – привлекательной в несколько меньшей степени и т.д., наконец, оценкой «1» отметьте ту часть тела, которую Вы находите у себя наименее привлекательной.

# Задание 3

Представьте, что Вы перенеслись во времени на много лет вперед и Вам уже исполнилось 60 лет. В графе справа проранжируйте список по отношению к себе в возрасте 60 лет.

|  |  |
| --- | --- |
| **Части тела** | **3** |
| Руки |  |
| Волосы |  |
| Глаза |  |
| Живот |  |
| Кожа |  |
| Нос |  |
| Талия |  |
| Пальцы |  |
| Фигура |  |
| Уши |  |
| Плечи |  |
| Зубы |  |
| Шея |  |
| Бедра |  |
| Лицо |  |
| Спина |  |
| Брови |  |
| Ноги |  |
| Губы |  |
| Грудь |  |