

## Становление понятия «образ тела» в психологической науке

Сушкова Елена Вячеславовна

*Воронежский государственный университет, Россия*

e-mail: [lenka.s.v@mail.ru](mailto:lenka.s.v@mail.ru)

**Аннотация:** История становления понятия «образ тела» насчитывает не одно десятилетие. С годами понимание данного феномена трансформировалось. Первоначально оформляясь в рамках медицины, впоследствии понятие «образ тела» приобрело психологическое содержание. Продолжающееся углубление научного понимания данного феномена позволяет проводить его эмпирические исследования, приобретающие особую актуальность в условиях повышения социальных требований к внешности человека.

**Ключевые слова:** дисморфофобия, Я-концепция, Образ Я, образ тела, схема тела, телесность.

## Formation of concept "body image" in psychology

Sushkova Elena Vyacheslavovna

*Voronezh State University, Russia*

e-mail: [lenka.s.v@mail.ru](mailto:lenka.s.v@mail.ru)

**Abstract:** The history of the formation of the concept of "body image" totals more than one decade. Over the years the understanding of this phenomenon has changed. Originally it was formed in medicine, later the concept of "body image" acquired the psychological content. The ongoing deepening of scientific understanding of this phenomenon allows to carry out the empirical researches, which are of particular relevance in terms of increased social demands on a person's appearance.

**Keywords:** dysmorphic disorder, self-concept, self-image, body image, body schema, physicality.

Сегодня в психологической науке утвердилось мнение о значимости в развитии личности процессов социализации. Специфика влияния социума на человека определяется исторической средой, эпохой, в которой он живет. Наш

век – время мобильности, динамики и скорости. Предъявляемые требования вынуждают людей ориентироваться на самих себя, нести ответственность за собственные успехи и неудачи. Социум диктует каноны внешнего вида, моделей поведения. Значимым критерием успеха и одобрения является тело человека, соответствие параметрам и ожиданиям эпохи. Это оказывает актуализирующее влияние на развитие и изучение такого феномена в психологии как образ тела.

Интересен тот факт, что понятие образа тела появилось раньше, чем был сформулирован и признан психологической наукой сам термин. Раскрывалось оно в рамках медицины, после описания врачом Морселли в 1886 году искажения образа тела названного «дисморфофобией».

Понятие «образ тела» было введено в научный обиход в 1935 г. П. Шильдером, который описал его с точки зрения психоанализа. В его понимании образ тела – это визуальное представление собственного тела, которое человек формирует в сознании. Автор рассматривает его как изменяющийся феномен, находящийся в состоянии постоянного развития. В образе тела возникают изменения, вызванные движениями человека. Развитию образа тела способствуют кинестетические ощущения, которые вызваны осознанием дыхания, мышечной деятельности. Понятие образа тела отличают от понятия габитуса (П. Бурдьё), где последнее выступает как сумма индивиду-альных телесных навыков (походка, жестикуляция, манеры, а также стиль одежды) – цельное осажение опыта конкретного человека в «глубине» телесного сознания, внешний облик.

Место образу тела есть и в феномене «Я-концепции», разработанной в 1950 г. в рамках гуманистической психологии. Выделяют три уровня «Я-концепции» [1]:

1. Образ Я, когнитивная составляющая – сами знания и убеждения человека о себе;
2. Самооценка, оценочная составляющая – переживания, вызванные знаниями о себе и интерпретацией реакции окружающих;
3. Поведенческая составляющая – как человек ведет себя в действительности.

Образ тела в рамках «Я-концепции» является частью именно когнитивной составляющей, как одной из сфер, включенной в целостное представление и знание человека о себе.

Исследования содержания образа тела как одного из компонентов самосознания проводились А. А. Налчаджян, В. А. Подорога, Е.Т. Соколовой и др. Этими исследователями образ тела воспринимается в

качестве философского понятия, где категория Я не может быть определена эмпирически. Под воздействием социально-культурных компонентов образ тела изменяется, опосредуя развитие человека. Неосознанное отношение к телу со стороны субъекта делает тело уязвимым и к внешним воздействиям.

Существенное содержание человека проявляется в его опыте телесного проживания. Поэтому, с другой стороны, образ тела – психологический термин и может выступать как эмпирически наблюдаемый и исследуемый объект.

Феномен образа тела в структуре психологического знания неодно-кратно уточнялся и дополнялся. Изначально его рассматривали только в системе описанной нами выше дисморфофобии в сфере медицины. Было выдвинуто предположение о том, что у здорового человека образ тела адекватен его физическим критериям, формируется на основе переработки сенсорной информации, следовательно, является не социальным, а психофизиологическим феноменом [5].

В рамках этого подхода образ тела отождествлялся с таким понятием как «схема тела», что не является допустимым. Образ тела – это осознаваемое субъектом ментальное представление о собственном теле; а схема тела – неосознаваемое внутреннее представление, совокупность информации о структурной организации тела, его динамических характеристиках, текущем и изменяющемся положении его частей [6]. Реальность «образов» отличается от феномена телесного, объединяясь с ощущением или чувством, образ обретает реальность. Если образ тела согласован с внешним видом тела, это характеризует ментальное здоровье.

Не всегда в работах есть и дифференциация феномена образа тела, тела и телесности, хотя они не являются тождественными. В современных исследованиях психологов предполагается, что «тело – телесный – телесность» - однородные понятия, означающие материальный объект, сосуществующий с духом, но духовностью не обладающий, по мнению Е. Э. Газаровой [4]. При этом тело – биологический феномен, воспринимающийся как данное, организмическое, неподвижно существующее в определенный момент времени, обладающее протяженностью, весом, размером. Тело считается данным с рождения с какими-либо достоинствами и недостатками. Телесность же имеет еще и социальный контекст – осознание границ своего тела, самостоятельное воздействие на него, динамичность его развития, владение им. М. А. Богданова [3] указывает, что человеческая телесность есть результат онтогенетического, личностного развития и выражает культурную, индивидуально-психологическую и смысловую составляющие уникального человеческого существа. Образ тела – интегрированное психологическое образование,

складывающееся из представлений человека как о теле, так и о телесности. Это приобретаемый и в течение жизни видоизменяющийся феномен, младенец не рождается с готовым и стабильным образом тела.

Итак, сейчас в психологической науке образ тела понимается как интегральное психологическое образование, результат психического отражения в сознании собственного тела, основанный на его восприятии, эмоциональной оценке и соответствующем поведении.

С. Г. Колесов [1] выделил три доминирующих подхода в изучении образа тела:

1) образ тела как модель собственного тела, выстраиваемая на основе телесных ощущений;

2) образ тела как умственная картина, то есть то, что мы представляем и понимаем под своим телом;

3) образ тела как сложное комплексное единство восприятия, установок, оценок, представлений, связанных с внешностью и функциями тела. Этот третий подход Р. Шонца является доминирующим в психологии.

Сложившееся на сегодняшний день представление о феномене образа тела открывает для психологической науки перспективу эмпирического его изучения как с целью уточнения и наполнения содержанием самого термина, так и для организации практической работы с клиентами, имеющими психологические трудности, вызванные некоторыми телесными особенностями или особенностями восприятия своего тела и его оценки. Все это позволяет сделать вывод о продолжающихся изменениях понимания термина «образ тела».

### ***Список литературы:***

1. Белугина Е. В. Внешний облик как культурно-исторический феномен // Российский психологический журнал. 2008. № 3. С. 58-65.
2. Берн Э. Я-концепция и воспитание. М.: Прогресс, 1993. 236 с.
3. Богданова М. А. становление образа тела как проблема рождения личности // Психология телесности: теоретические и практические исследования. URL: [http://psyjournals.ru/psytel2009/issue/40808\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/psytel2009/issue/40808_full.shtml)
4. Газарова Е. Э. Гламурная телесность // Философия душевного здоровья и психотерапия. М., 2005. URL: [http://telesnost.ru/psi/glamurnaya\\_telesnost.htm](http://telesnost.ru/psi/glamurnaya_telesnost.htm)
5. Георгиева Н. Феномен образа тела в психологии URL: [http://www.b17.ru/article/fenomen\\_obraza\\_tela\\_v\\_psihologii/](http://www.b17.ru/article/fenomen_obraza_tela_v_psihologii/)

6. Самозванова Е.А., Андропова Л.О. Проблема телесности в истории психологии. URL: <https://www.rae.ru/forum2012/12/3187>

***References:***

1. Belugina E. V. Vneshnij oblik kak kul'turno-istoricheskij fenomen // Rossijskij psihologicheskij zhurnal. 2008. № 3. S. 58-65.
2. Bern Je. Ja-koncepcija i vospitanie. M.: Progress, 1993. 236 s.
3. Bogdanova M. A. stanovlenie obraza tela kak problema rozhdenija lichnosti // Psihologija telesnosti: teoreticheskie i prakticheskie issledovanija. URL: [http://psyjournals.ru/psytel2009/issue/40808\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/psytel2009/issue/40808_full.shtml)
4. Gazarova E. Je. Glamurnaja telesnost' // Filosofija dushevnogo zdorov'ja i psihoterapija. M., 2005. URL: [http://telesnost.ru/psi/glamurnaya\\_telesnost.htm](http://telesnost.ru/psi/glamurnaya_telesnost.htm)
5. Georgieva N. Fenomen obraza tela v psihologii URL: [http://www.b17.ru/article/fenomen\\_obraza\\_tela\\_v\\_psihologii/](http://www.b17.ru/article/fenomen_obraza_tela_v_psihologii/)
6. Samozvanova E.A., Andropova L.O. Problema telesnosti v istorii psihologii. URL: <https://www.rae.ru/forum2012/12/3187>

***Сведения об авторе:***

**Сушкова Елена Вячеславовна**, студент первого курса магистратуры факультета философии и психологии, Воронежский государственный университет (Воронеж, Россия)