

На правах рукописи



СЕНЧЕНКО Владимир Владимирович

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ
О Я-ФИЗИЧЕСКОМ
ИНТЕРНЕТ-АКТИВНОЙ МОЛОДЕЖИ**

**5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии
(психологические науки)**

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Ростов-на-Дону-2022

**Работа выполнена в государственном бюджетном образовательном
учреждении высшего образования Республики Крым
«Крымский инженерно-педагогический университет имени
Февзи Якубова»**

Научный руководитель – Лучинкина Анжелика Ильинична
доктор психологических наук, доцент

Официальные оппоненты: Морозова Ирина Станиславовна
доктор психологических наук, профессор,
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный
университет» (г. Кемерово), Институт образо-
вания, директор, кафедра акмеологии и психо-
логии развития, заведующий;

Бура Людмила Викторовна
кандидат психологических наук, доцент, Гума-
нитарно-педагогическая академия (филиал)
ФГАОУ ВО «Крымский федеральный универ-
ситет имени В.И. Вернадского» (г. Ялта), Ин-
ститут педагогики, психологии и инклюзив-
ного образования, кафедра психологии, заведу-
ющий

Ведущая организация – ФГБОУ ВО «Кубанский государственный
университет» (г. Краснодар)

Защита состоится 07 октября 2022 г. в 10.00 часов на заседании объединенного диссертационного совета 99.2.081.02, созданного на базе ФГБОУ ВО «Донской государственной технической университет» и ГБОУ ВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова», по адресу: г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, д. 1, 1 корп., ауд. 1-252.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайте ФГБОУ ВО «Донской государственной технической университет» по адресу: 344000, г. Ростов-на-Дону, пл. Гагарина, д. 1, 7 корп., ауд. 7-104; <https://donstu.ru/>; в библиотеке и на сайте ГБОУВО РК «Крымский инженерно-педагогический университет имени Февзи Якубова» по адресу: 295015, Республика Крым, г. Симферополь, пер. Учебный, 8, 3 корп.; <https://kipu-rc.ru/>.

Автореферат разослан 05 сентября 2022 г.

**Ученый секретарь
диссертационного совета**



**Пищик
Влада Игоревна**

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Современный этап развития личности, перенос деятельности в виртуальное пространство, создание симуляторов человеческого тела приводят к вторичности телесности. Подростки и юношество, те, для которых Я-физическое в реальном пространстве становится более значимым, чем другие компоненты Я-образа, переживают слом обычных установок, находясь в интернет-пространстве и заменяя физическое тело аватарами и мемами. В субъективной картине мира личности современного молодого человека может сформироваться искаженный образ тела, искаженные когнитивные установки в отношении своего Я-физического, что является причиной личностных девиаций и поведенческих расстройств. Популярными в последнее время стали группы людей, страдающих анорексией или булимией, проявляющие особую активность в социальных сетях. В этих группах транслируется искаженный образ тела, что свидетельствует о проблемах с восприятием Я-физического. Другим развлечением стали группы пользователей, демонстрирующих многочисленные шрамы и татуировки. При этом в реальном пространстве молодежь по-прежнему занимается физкультурой и спортом с переменной активностью. Необходимость исследования Я-физического в субъективной картине мира личности продиктована и возрастанием количества молодежи, страдающей избыточным весом, нарушенной осанкой, другими проблемами со здоровьем. Так, по данным Министерства здравоохранения Российской Федерации от 24 июля 2018 г., каждый третий житель РФ имеет лишний вес, а каждый второй – приобретенные заболевания. При этом более 80% молодежи проводит в интернет-пространстве не менее 2 часов в день.

В отечественной психологии образ тела как предмет исследования относят к проблеме изучения внешнего облика (И.С. Морозова, Л.Н. Ожигова, С.Н. Яременко), маскулинности-феминности (С.А. Ильиных), Я-телесного (А.Ш. Тхостов). Однако исследований представлений о своем Я-физическом в субъективной картине мира интернет-активной личности явно недостаточно, при том что их результаты могут способствовать созданию системы психологического сопровождения формирования не только представлений о своем Я-физическом, но и здорового образа жизни.

Эти исследования важны с точки зрения адаптации человека в современном мире, формирования у него конструктивного Я-физического, а также изучения возможных методов консультирования, которые обнаруживаются сквозь призму когнитивной парадигмы.

Степень научной разработанности проблемы исследования. Несмотря на актуальность проблемы, субъективная картина мира личности, ее представления о своем физическом Я, составляющие эту картину, остаются малоизученными. В исследованиях К.А. Абульхановой, Р.М. Гинзбурга, Е.И. Головахи, И.В. Дубровиной в качестве структурных элементов субъективной картины мира личности выделяются жизненные планы, перспективы. Однако изучение Я-фи-

зического осталось за кругом рассмотрения этих ученых. При этом следует учитывать, что отношение к своему телу напрямую связано с отношением к здоровью в целом.

В научной литературе по проблеме исследования можно выделить несколько подходов к вопросу отношения к телу и телесности. Так, в рамках философского подхода ученые связывают представления о телесности с типом рациональности (Б.Г. Акчурин, Б.Е. Ерасов, И.Г. Замещанский и др.). Классическая рациональность дала миру пышных красавиц Рубенса, неклассический тип рациональности кардинально изменил представления личности об идеальном физическом образе с естественных форм до унисекс-модели, постнеклассическая рациональность связана с переходом в виртуальное пространство и возникновением аниме-культуры.

Другими исследователями предлагается рассматривать телесность как сумму социального и культурного (Н.А. Бугуева, И.М. Быховская). Так, в рамках этого направления анализируются ценности и смыслы представления о теле и телесности. Телесность выступает как некий социокультурный феномен, что служит объяснением деструктивного поведения личности в отношении собственного тела и здоровья. Несмотря на важность этих исследований, следует отметить, что они проводились либо на женской выборке, либо на подростковой, а их результаты ни разу не соотносились с особенностями физического воспитания студентов и спецификой приобщения их к здоровому образу жизни.

Для данного исследования представляют интерес психологические концепции телесности (О.В. Лаврова, Е.Т. Соколова, А.Ш. Тхостов). Этими исследователями основной акцент делается на отдельные аспекты телесности: половую идентичность, сексуальность, инстинкты. В работах А.Е. Войскунского, О.В. Митиной анализируются гендерные реалии и стереотипы в интернет-пространстве. Однако взаимосвязь представлений о физическом образе Я и реальном Я-физическом исследовалась недостаточно. При этом в интернет-пространстве проблема физического образа Я исследовалась только на уровне аватаров.

В связи с этим научная проблема исследования заключается в выявлении особенностей представлений о Я-физическом интернет-активной молодежи, что позволит создать психологическую систему сопровождения формирования отношения личности к своему Я-физическому.

Цель исследования – изучить особенности представлений о Я-физическом интернет-активной молодежи.

Объект исследования – интернет-активная молодежь.

Предмет исследования – представления о Я-физическом интернет-активной молодежи.

Гипотезы исследования.

1. Представления личности о своем физическом Я могут включать когнитивные установки, эмоциональное отношение к восприятию своего внешнего облика, готовность к изменению своего физического Я.

2. Когнитивные установки, индивидуально-личностные характеристики молодых людей (самооценка, личностные защитные механизмы, самоотношение), эмоциональное отношение к восприятию своего внешнего облика, готовность к изменению своего физического Я личности могут иметь определенные особенности, обусловленные уровнем интернет-зависимости.

3. Я-физическое у интернет-активной молодежи может отличаться в зависимости от выраженности представлений об этом феномене. При этом в системе психологического сопровождения личности в реальном и виртуальном пространствах могут учитываться когнитивные установки, отношение личности к своему физическому Я и стратегии изменения собственного тела.

Задачи исследования.

1. Определить теоретико-методологические подходы к исследованию субъективной картины мира личности.

2. Эмпирически выявить представления о Я-физическом у молодежи с разным уровнем интернет-активности.

3. Разработать типологию личности в зависимости от выраженности искажений в представлениях Я-физического у интернет-активной молодежи.

4. Разработать и апробировать систему психологического сопровождения молодежи с искаженными представлениями о своем Я-физическом.

Теоретико-методологическую основу исследования составил ряд положений и идей: принцип целостного (интегративного) подхода к исследованию (Б.Г. Ананьев, Б.Ф. Ломов); концепция смысловой структуры сознания (Л.С. Выготский, В.П. Зинченко, А.Н. Леонтьев, Д.А. Леонтьев); концепция телесности (В.Ю. Баскаков, В.П. Кузьмин, И.С. Морозова, В.Н. Никитин, А.Ш. Тхостов.); концепция образа тела или Я-физического (А.Н. Дорожевец, О.Г. Мотовилин, Е.Т. Соколова, Л.Н. Ожигова); теория представлений о телесности в сфере физической культуры (В.К. Бальсевич, И.М. Быховская, Ю.А. Лебедев, Л.П. Матвеев); теория гендерных моделей (А.А. Баранов, Т.В. Бендас, В.Л. Ситников); классификация элементов внешности (А.Г. Гусева); уровневое строение самоотношения (Л.В. Бура, И.С. Кон, А.А. Налчаджян, В.В. Столин); теория интернет-социализации (А.И. Лучинкина).

Методы и методики исследования. Для решения поставленных задач применялся комплекс теоретических и эмпирических методов исследования: теоретический анализ монографий, диссертационных исследований, статей и других научных публикаций, характеризующих состояние проблемы. Эмпирические: анкетирование, интервьюирование, диагностика: для определения интернет-активности – анкета интернет-активности (А.И. Лучинкина); для определения типа гендера – опросник «Маскулинность-феминность» (С. Бем); для исследования когнитивной составляющей Я-физического – методика исследования самоотношения С.Р. Пантелеева, методика изучения особенностей самооценки Дембо-Рубинштейн; для оценки уровня и времени сформированности когнитивных установок – ретроспективная анкета установок по отношению к своему физическому образу (адаптация ретроспективной анкеты установок Н.А. Низов-

ских); авторский исследовательский опросник «Когнитивные искажения в представлениях личности о своем физическом Я», контент-анализ сочинений «Каким я вижу человека будущего»; для оценки аффективной составляющей эмоционального отношения испытуемых к различным параметрам своей внешности в реальном пространстве – методика «Исследование самоотношения к образу физического Я» А.Г. Черкашиной; для виртуального пространства – анализ аватаров и контента страниц пользователей, авторский опросник «Мое тело»; для отражения поведенческой составляющей – опросник «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика» В.А. Лабунской; проективный рисунок «Я-реальный, Я-виртуальный»; для исследования адаптационно-компенсаторных стратегий гармонизации образа физического Я – методика «Адаптационно-компенсаторные стратегии по преобразованию внешности» (А.А. Гавриленко); авторская анкета «Стратегии преобразования тела»; ценностный опросник Шварца; личностные защитные механизмы – опросник «LIFE STYLE INDEX» Р. Плутчека.

Статистический анализ экспериментальных данных был выполнен с использованием прикладного программного обеспечения «SPSS 22.0».

Эмпирический объект исследования. В исследовании приняли участие студенты в возрасте от 18 до 25 лет (408 человек).

Достоверность и обоснованность полученных результатов исследования обеспечивается грамотностью методологических позиций, теоретической обоснованностью авторской позиции, всесторонним анализом проблемы, разнообразием используемых методов, адекватных целям.

Основные научные результаты, полученные лично автором, и их научная новизна.

Определена структура представлений о своем Я-физическом у интернет-активной молодежи, представленная когнитивной (самооценочные суждения, когнитивные установки в отношении собственного тела), аффективной (эмоциональное восприятие своего Я-физического, внешнего облика), конативной (способность к изменению своего Я-физического, личностные защитные механизмы, проявляющиеся в поведении) составляющими.

Выявлена достоверная связь между возрастанием интернет-активности и стремлением к андрогинности у респондентов.

Доказано, что с повышением уровня интернет-активности респондентов их самооценки в реальном и виртуальном пространстве имеют достоверные отличия.

Выявлены когнитивные искажения в представлениях о своем Я-физическом у респондентов при несовпадении биологического и психологического пола.

Эмпирически определено, что с повышением уровня интернет-активности возрастает удовлетворенность собственным Я-физическим.

Предложена типология личности интернет-активной молодежи в зависимости от выраженности искажений в представлениях Я-физического.

Доказана необходимость психологических мероприятий для профилактики личностных девиаций, связанных с представлениями о своем физическом Я в зависимости от уровня интернет-активности.

Расширены представления о гендерных и половых представлениях личности о своем Я-физическом.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты теоретического исследования позволили разграничить существующие гендерные типологии личности, определить его специфику для интернет-пространства, а также выявить компоненты, оставшиеся за рамками исследования. Разработанная типология личности в интернет-пространстве на основании гендерной специфики и уровня интернет-активности позволила расширить научные знания о представленности личности в интернет-пространстве и ее субъективной картине мира.

Практическая значимость исследования состоит в разработке и апробации опросника когнитивных искажений в представлениях о своем Я-физическом у современной молодежи, создании системы психологической коррекции личностных девиаций, связанных с представлениями о своем Я-физическом, что позволит психологам своевременно обеспечить помощь молодежи.

Положения, выносимые на защиту.

1. Представления личности о своем Я-физическом формируют его составляющие: когнитивная за счет когнитивных установок, сформированных в разное время жизни и в различных институтах социализации и имеющих когнитивных искажений; аффективная, включающая отношение к собственному телу; конативная, связанная с выбором стратегии изменения собственного тела. Тип отношения к собственной внешности определяется уровнем интернет-активности личности и ее когнитивной составляющей.

2. У молодежи с различным уровнем интернет-активности различаются установки в отношении собственного тела, наблюдаются достоверные различия индивидуально-личностных характеристик, а именно: самоотношения, самооценки, восприятия собственной внешности в реальном и виртуальном пространствах. Существуют гендерные отличия в представлениях о своем Я-физическом у интернет-активной молодежи.

3. Психологическое сопровождение личности в интернет-пространстве, разработанное с учетом специфики когнитивных установок и отношения личности к своему Я-физическому, предусматривает коррекцию на когнитивном и конативном уровнях в зависимости от модели поведения личности в интернет-пространстве, что позволит формировать конструктивные установки к собственному телу и здоровому образу жизни в целом.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные положения, выводы, результаты исследования докладывались и обсуждались на заседаниях кафедры психологии Крымского инженерно-педагогического университета имени Февзи Якубова (2017-2021 гг.); были представлены на: Международной научно-практической конференции «Тенденции развития психолого-педагогического образования в условиях транзитивного общества» (Ростов-на-Дону,

2019-2020 гг.); Всероссийской научно-практической конференции «Психология социализации личности в современных условиях» (Симферополь, 2017-2019 гг.); научно-теоретической конференции профессорско-преподавательского состава, аспирантов и студентов Крымского инженерно-педагогического университета (Симферополь, 2017-2020 гг.); научно-практическом семинаре «Межкультурные взаимодействия в поликультурном пространстве Крыма» (Симферополь, 2017 г.).

Материалы исследования используются в деятельности Крымского инженерно-педагогического университета имени Февзи Якубова (г. Симферополь); Крымского юридического института (филиала) Университета прокуратуры Российской Федерации (г. Симферополь); Крымского многопрофильного колледжа (г. Симферополь).

Публикации. По теме исследования опубликовано 13 работ общим авторским объемом 4,95 п.л., из них 1 работа – в издании, входящем в базы данных международных индексов научного цитирования Scopus и Web of Science; 6 работ – в журналах, рекомендованных ВАК РФ для публикации материалов кандидатских диссертаций.

Структура и объем диссертации. Диссертационное исследование состоит из введения; трех глав; заключения, включающего основные выводы, практические рекомендации и перспективы дальнейшего исследования проблемы; списка использованной литературы, включающего в себя 179 источников, из них 19 источников – на иностранных языках. Работа иллюстрирована 13 рисунками и 41 таблицей. Основной объем работы составляет 178 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во Введении обоснованы выбор темы исследования; актуальность; названы объект и предмет исследования; сформулированы цель, задачи, гипотезы исследования; дана общая характеристика работы; показаны научная новизна, теоретическая и практическая значимость исследования; даны сведения об апробации и внедрении результатов; сформулированы положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Методологические подходы к исследованию представлений молодежи о Я-физическом» дается анализ разработанности проблемы исследования представлений личности о своем Я-физическом, субъективной картине мира личности, анализируются основные составляющие образа Я.

В научной литературе можно встретить несколько синонимичных понятий в отношении Я-физического: телесное Я как динамический процесс переживаний и когнитивных процессов, регулирующих общий психологический опыт личности (А.М. Айламазян, Н.А. Каминская и др.); телесность как интегральное свойство личности, выступающее проводником между телом и сознанием (О.В. Лаврова, А.Г. Спиркин, А.Ш. Тхостов, А.В. Фалеев, П.Р. Чамата). Учеными

акцентируется внимание на различных сторонах телесности: половой идентичности, сексуальности, инстинктах, телесном сознании личности (Е.В. Белугина, Н.Т. Белякова, А.А. Бодалёв, Н.В. Грошев, А.Г. Гусева, В. Суэми).

Результаты исследования эмоциональных откликов на свое Я-физическое, возрастные и гендерные различия в представлениях о своем теле у детей и подростков находят отражение в субъективной картине мира личности, интегрирующей представления личности о собственном теле и внешности (К.А. Абульханова, Г.В. Колшанский, А.Н. Леонтьев, И.С. Морозова, У. Найссер, В.В. Петухов, Б.А. Серебренников, С.Д. Смирнов).

Маркерами субъективной картины мира ученые считают значения и смыслы как способы репрезентации мира субъектом (А.А. Брудный, Ф. де Сосюр, В.Ф. Петренко, А.А. Потенбня и др.); семантические образования (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, В.К. Вилюнас, Дж. Келли, Д.А. Леонтьев, Ч. Осгуд, В.В. Столиц и др.). Все исследования относительно структуры субъективной картины мира личности в работах Е.Ю. Артемьевой, В.П. Серкина, Ю.К. Стрелкова сведены к трем уровням смыслового опыта субъективной реальности:

– «перцептивный мир», который характеризуется системой значений и смыслов и соотносится с поверхностными структурами образа мира; система значений и смыслов лежит в основе всех психологических образов и отражает свойства объекта и эмоциональное отношение личности к нему одновременно; эмоциональное искажение отношения влечет за собой искажение когнитивного содержания;

– семантический («картина мира»), представленный отношениями в их семантическом воплощении (хороший/плохой, сильный/слабый и т.д.); эти отношения представлены дихотомиями добро/зло, хороший/плохой, справедливый/несправедливый и т.д.; такие убеждения являются базисными (добро всегда побеждает зло, мир справедлив, красота спасет мир) и обеспечивают человеку защиту и уверенность в себе;

– «образ мира», формируемый понятийным мышлением, управляющий картиной мира через систему отношений и в то же время структурированный неосознанными установками, мотивами, целями, смыслами, которые вкладывает человек в те или иные явления и объекты окружающей среды.

Именно неосознанные установки, система ценностей, транслируемая в данном обществе и данной культуре, мотивы формируют субъективную картину мира личности (Р.М. Грановская).

Учитывая, что образ Я-физического – это интегральное психическое образование, формирующееся у личности в процессе жизни и напрямую связанное с ее телесной идентичностью и самоидентичностью, определим его место в субъективной картине мира личности как самопонимание и самопредставление тела личностью.

При этом психологическую специфику образа Я-физического опосредует социум (действующие стандарты красоты, оценивание внешности другими людьми), личностные особенности (собственный позитивный или негативный

социальный опыт, когнитивные установки, особенности эмоциональной сферы, бессознательные установки).

Во второй главе «Эмпирическое исследование особенностей представлений интернет-активной молодежи о своем Я-физическом» определены задачи эмпирического исследования, приведены методы сбора и обработки результатов эмпирических данных, описаны математические методы обработки и анализа данных; объем и общая характеристика выборки; представлены основные этапы исследования; описаны результаты исследования гендерных представлений личности о своем Я-физическом.

Проведенный теоретический анализ проблемы позволил в качестве рабочего определения структуры Я-физического принять следующее: образ Я-физического включает в себя в качестве составляющих установки и представления о своем теле и внешности, концепцию собственного тела, что несомненно относится к когнициям. Оценки и эмоциональная окраска отношения восприятия тела и внешности, безусловно, лежат в основе аффективной составляющей образа Я-физического. Выбор стратегии поведения относится к конативной составляющей образа Я-физического [Рисунок 1].

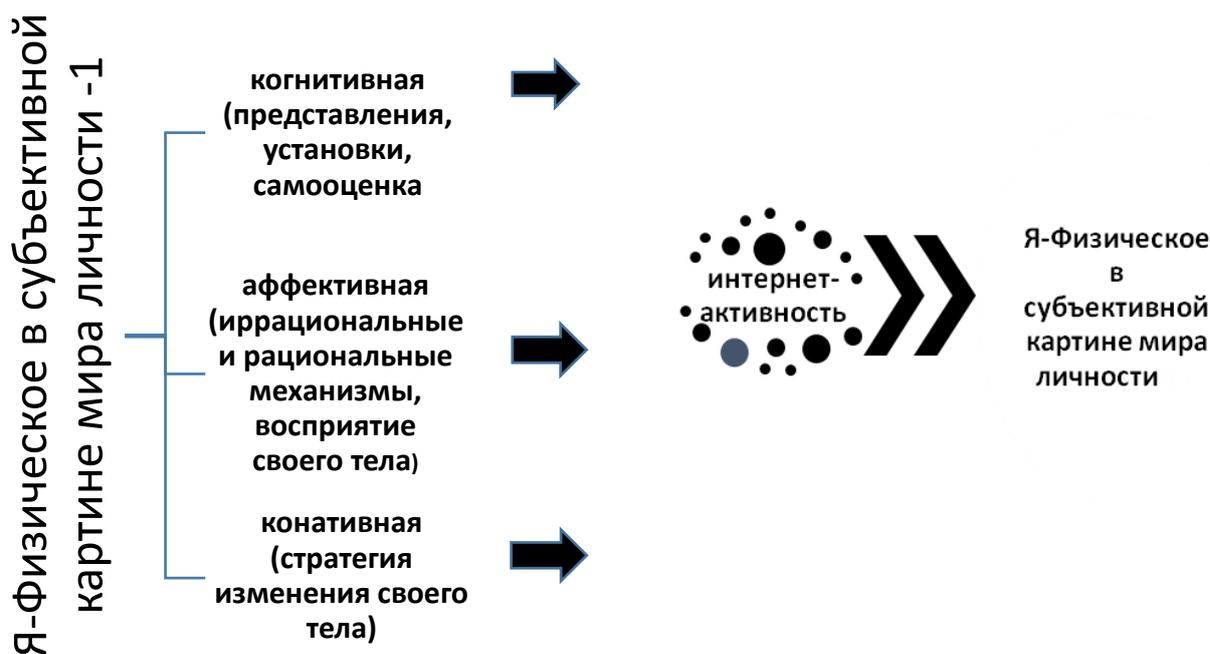


Рисунок 1. Теоретическая модель исследования образа Я-физического

Как видно на Рисунке 1, представления об образе Я-физического, транслируемые в субъективной картине мира личности, можно рассматривать по трем составляющим: когнитивной, аффективной и конативной. С изменением интернет-активности происходят изменения представлений личности о своем Я-физическом, что корректирует Я-физическое личности в реальном пространстве.

Эмпирическое исследование предусматривало изучение когнитивной, аффективной и конативной составляющих Я-физического личности, в ходе которого решались следующие задачи:

1. Выделить группы респондентов согласно интернет-активности, роду деятельности в Сети и выбору ими своей гендерной роли.

2. Эмпирически изучить когнитивную составляющую представлений личности о своем Я-физическом (установки, актуальные потребности) и ее динамику в различных институтах социализации.

3. Эмпирически изучить аффективную составляющую представлений личности о своем Я-физическом (особенности самоотношения, восприятия собственного тела).

4. Эмпирически изучить конативную составляющую Я-физического личности (защитные механизмы, стратегии изменения тела).

5. Разработать и апробировать программу психологического сопровождения интернет-активной личности в зависимости от специфики ее Я-физического.

Основные характеристики выборки. В исследовании приняли участие обучающиеся Крымского инженерно-педагогического университета имени Февзи Якубова в возрасте от 18 до 25 лет (408 человек, из них: 213 респондентов – девушки, 195 респондентов – юноши).

На первом этапе при помощи анкеты определены три группы респондентов по их интернет-активности: ситуативные, активные и чрезмерно активные. Анкета определения уровня интернет-активности (А.И. Лучинкина) не только дает возможность стратификации выборки по уровням интернет-активности, но и позволяет получить информацию о направленности деятельности личности в интернет-пространстве, предпочитаемых сайтах, интернет-ресурсах.

На этапе констатирующего эксперимента методом случайных чисел было выбрано по 60 респондентов каждой указанной группы. Затем исследованы гендерные предпочтения в каждой из групп при помощи методики многостороннего исследования личности ММРІ (шкала маскулинность-феминность) и методики С. Бем «Маскулинность-феминность». Выбор этих методик обоснован их возможностями наиболее полно описать гендерные особенности респондентов выборки. На этом же этапе было проанализировано гендерное распределение респондентов по группам с разной интернет-активностью.

На втором этапе эмпирически исследованы когнитивная, аффективная и конативная составляющие Я-физического в субъективной картине мира личности в реальном и виртуальном пространстве, апробирована программа психологического сопровождения формирования образа Я-физического личности.

Для исследования когнитивной составляющей использовались опросник исследования самоотношения (С.Р. Пантелеев) и авторская модификация методики Дембо-Рубинштейн по определению самооценки. Для определения дихотомий было выбрано несколько категорий: внешность, тело, стиль одежды. Всего было выделено 7 дихотомий – красивый/некрасивый, худой/толстый, высокий/низкий, стройный/бесформенный, спортивный/неспортивный, модный/немодный, стильный/нестильный. При этом респондентам предлагалось определить свое место на этой шкале и место своего аватара.

Анализировались установки в отношении своего Я-физического в каждой выделенной группе, и определялась их интенциональная направленность. Дополнительная информация собиралась с помощью анализа страниц в социальных сетях и ретроспективной анкеты установок Н.А. Низовских в нашей модификации. Был разработан авторский опросник «Мое тело», целью которого было выявление представлений о Я-физическом респондентов, соотнесенное с такими категориями: отношение к своей внешности, отношение к своему телу, отношение к стилю одежды, отношение к здоровому образу жизни.

Исследование когнитивной составляющей Я-физического личности выявило проблему недостаточности методик, с помощью которых можно изучить Я-физическое личности. Известная шкала депрессии А. Бека ориентирована на выявление когнитивных искажений личности, но предназначена для другой цели. Опросник И.С. Лучинкиной имеет целью диагностику когнитивных искажений, лежащих в основе различных коммуникативных типов. Связь между представлениями о своем Я-физическом и когнитивными искажениями личности ранее не исследовалась.

Авторский опросник «Когнитивные искажения в представлениях личности о своем Я-физическом» включает в себя 20 вопросов с вариантами ответов, которые объединены в десять блоков согласно когнитивным искажениям по модели А. Бека.

Определены содержательная и критериальная валидность опросников. Экспериментальные коэффициенты константности, стабильности, валидности и надежности измерительного инструмента превышают теоретическое значение уровня достоверности 0,05 и уровня достоверности 0,01, что свидетельствует о надежности созданного измерительного инструмента. На основе кривой распределения были выявлены достоверные значения для каждой из шкал.

Аффективная составляющая субъективной картины мира личности изучалась при помощи методики «Исследование самоотношения к образу физического Я» А.Г. Черкашиной, опросника «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика» В.А. Лабунской, которые позволяют выявить отношение испытуемых к своей внешности и своему аватару.

Испытуемым предлагалось пройти методики дважды. Первый раз респондентам давались стандартные инструкции. Второй раз испытуемые оценивали свой образ в виртуальном пространстве (аватар или желаемый образ).

Эмоциональное восприятие своего тела в реальном и виртуальном пространствах изучалось при помощи проективного рисунка «Я-реальный, Я-виртуальный». Анализ результатов исследования позволил выделить ряд симптомокомплексов эмоционального восприятия своего Я-физического: симптомокомплекс принятия; симптомокомплекс отторжения; симптомокомплекс аутоагрессии; симптомокомплекс безразличия. Были определены надежность и валидность методики.

Когнитивная составляющая субъективной картины мира исследовалась при помощи методики «Адаптационно-компенсаторные стратегии по преобразова-

нию внешности» (А.А. Гавриленко), опросника «LIFE STYLE INDEX» Р. Плутчека и авторской анкеты «Стратегии преобразования тела». В основе анкеты лежит критерий конструктивности/неконструктивности по отношению к действиям в отношении собственного тела. Испытуемым предлагалось оценить свой физический образ по пятибалльной шкале и выбрать стратегии его поддержки или преобразования. В ходе исследования было выделено несколько стратегий: пищевые ограничения, физические нагрузки и спорт, медицинское вмешательство, косметические и косметологические процедуры, избегание проблемы.

В третьей главе «Психологическое сопровождение молодежи с разными уровнями интернет-активности» проанализированы результаты эмпирического исследования, предложена типология интернет-активной личности в зависимости от специфики ее образа Я-физического; представлена система психологического сопровождения пользователей и доказана эффективность ее проведения.

В качестве независимых переменных для выделения экспериментальных групп были использованы психологический пол и интернет-активность. В ходе исследования выявлены респонденты, у которых психологический пол в реальном и виртуальном пространствах не совпадает.

Исследование показало, что в группе с низким уровнем интернет-активности (ситуативные) наибольшее количество респондентов – юноши (43 респондента), в то время как в группах интернет-активных и чрезмерно интернет-активных пользователей количество девушек и юношей составляет 32 и 28, 36 и 24 соответственно [Рисунок 2].

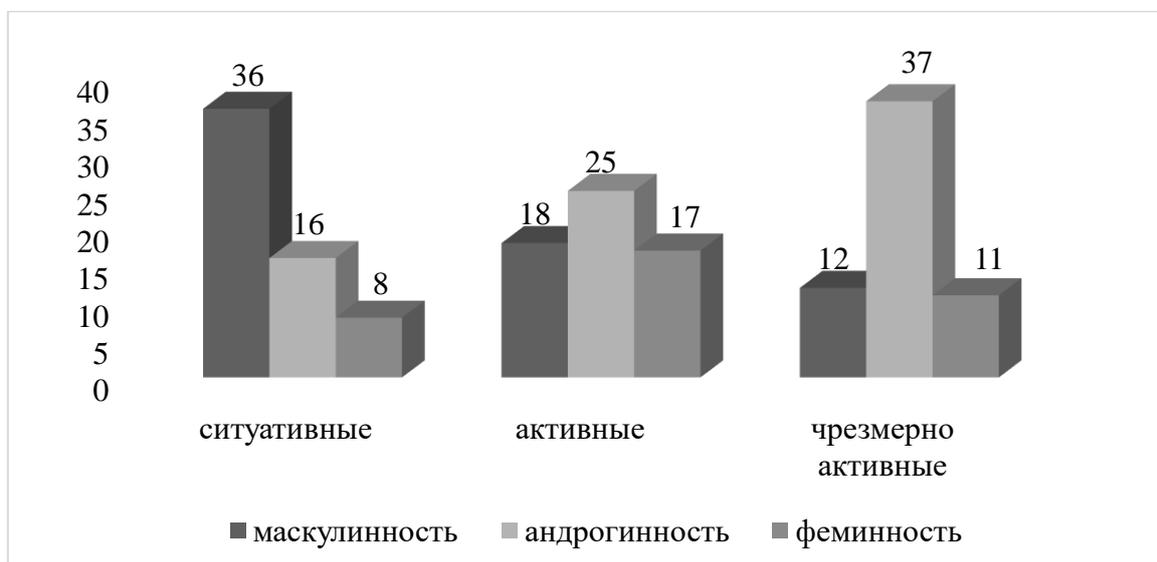


Рисунок 2. Распределение гендерных ролей в каждой группе

Как видно на Рисунке 2, выявлено, что при повышении интернет-активности у респондентов наблюдается стремление к андрогинности и снижается количество маскулинных респондентов (при $\rho=0,05$).

В первой группе (ситуативные) наблюдается снижение профиля по шкале феминность-маскулинность у мужчин, что свидетельствует о доминантности и склонности к соперничеству. Следует отметить, что мужчинам первой группы

свойственна маскулинность. В информации о себе респонденты этой группы пояснили, что они занимаются спортом регулярно, являются победителями чисто мужских видов спорта: армрестлинг, борьба, бокс.

В то же время сниженный профиль у женщин свидетельствует о повышенной сентиментальности и эмоциональности. В первой группе из 17 девушек всего 8 имеют выраженную феминность. 7 девушек занимаются в настоящее время в танцевальных коллективах, а одна девушка занималась бальными танцами до недавнего прошлого.

Остальным респондентам первой группы (9 девушек и 7 юношей) характерна андрогинность. Следует отметить, что три девушки занимаются армрестлингом.

Выявлено, что с повышением интернет-активности стремление к соперничеству у мужчин снижается. Во второй группе (активные) выраженную маскулинность имеют 18 человек: из юношей – 14 респондентов.

В то же время у женщин с повышением уровня интернет-активности растет количество респондентов, которым свойственна уверенность в себе, предприимчивость и последовательность внутренне мотивированного поведения, доминантность и гетероагрессивные тенденции. Из 17 респондентов с высокой феминностью – 13 девушек, остальные 4 – юноши.

В этой группе наблюдается рост количества респондентов с высокой андрогинностью (при $p=0,05$).

Однако с дальнейшим ростом уровня интернет-активности тенденции возрастания маскулинности и феминности не сохраняются. В третьей группе (чрезмерно активные) достоверно возрастает число респондентов с высокой андрогинностью ($\chi^2_{эмп}=10,1$, $\chi^2_{крит}=9,5$, при $p=0,05$).

Исследование когнитивной составляющей у респондентов выделенных групп показало существенные отличия в формировании установок в отношении своего тела и внешности независимо от гендера [Таблица 1].

Таблица 1

Распределение установок по отношению к своему Я-физическому

Группа/установка	Ситуативные	Активные	Чрезмерно активные
Отношение к своей внешности	За собой нужно ухаживать	Все зависит от твоих желаний Ты выглядишь так, как хочешь	Внешность – не главное С лица воду не пить
Отношение к своему телу	Мужчины любят стройных девушек Нужно наращивать мышцы	В красивом теле – красивый дух	Твое тело – твои проблемы
Отношение к стилю одежды	Одеваться нужно прилично Встречают по одежке	Одежда должна быть удобной Чистота – залог здоровья	Не сформировано
Отношение к здоровому образу жизни	Нужно заниматься спортом Курение вредит здоровью	Не сформировано	Не сформировано

В первой группе респондентов с ситуативной интернет-активностью более 78% как девушек, так и юношей отмечают необходимость ухаживать за собой. При этом девушки борются за стройность, а юноши – за накачанное тело. Отношение к одежде взвешенное, культа одежды нет, но на необходимость выглядеть хорошо и чисто указывают все респонденты этой группы. Установка по отношению здорового образа жизни сформирована у всех респондентов. Нужно отметить, что респонденты указывают в качестве периода формирования таких установок детство и подростковый возраст. Установки транслировались семьей и учителями. При этом анализ рода деятельности в Сети показал, что юноши с низким уровнем интернет-активности, как правило, используют интернет-пространство для общения (почта, сообщения), поиска информации. Девушки этой группы имеют один аккаунт, общение с которого оживляется перед сессией.

Во второй группе респондентов (с высокой интернет-активностью) отмечается решающая роль личности в формировании своего образа тела. Респонденты отмечают, что в подростковом возрасте их родители часто говорили им о том, что они сами должны выбирать, какими быть – красивыми или уродливыми. В 47% случаев родители отмечали, что их дети либо портят свою внешность, издеваются над нею, либо, напротив, творят с нею чудеса. Как правило, взрослые устанавливали жесткую причинно-следственную связь между красотой и высокой нравственностью, добрым характером. По отношению к одежде респонденты этой группы, как правило, предъявляют только требования удобства и чистоты. Более 40% респондентов данной группы иногда занимаются спортом (плавание, теннис, бадминтон), 57% молодежи этой группы не собираются заниматься спортом вообще. Более 60% респондентов прибегало к помощи диет для похудения. Именно в этой группе стратификация по роду деятельности наиболее выражена: 66% юношей второй группы предпочитают игровую деятельность в Сети (стрелялки, бродилки, игры из глаз героя); 27% юношей – в основном заняты поиском информации и просмотрами фильмов; 17% юношей – общаются в социальных сетях. В то же время лишь 11% девушек занято поиском информации, музыки, фильмов, 17% – занимаются игровой деятельностью (игры-симуляторы), 72% – общаются в социальных сетях.

Третья группа респондентов (с чрезмерной интернет-активностью) в качестве установок отмечает неактуальность внешности. Источником таких установок молодежь указывает школу и университет, а возраст – 14-17 лет. Они проявляют полное безразличие к телу, одежде, здоровью. Практически все юноши заняты игровой деятельностью (игры из глаз героя), девушки – общением в социальных сетях.

Анализ результатов исследования самооценки молодежью своего Я-физического показал, что существуют достоверные различия по всем шкалам между респондентами групп с различной интернет-активностью: красивый-некрасивый ($\chi^2_{\text{эмп}}=89,123$, $\chi^2_{\text{крит}}=9,2$, при $\rho=0,01$), худой-толстый ($\chi^2_{\text{эмп}}=89,125$, $\chi^2_{\text{крит}}=9,2$, при $\rho=0,01$), высокий-низкий ($\chi^2_{\text{эмп}}=6,63$, $\chi^2_{\text{крит}}=6$, при $\rho=0,05$), стройный-бесформенный ($\chi^2_{\text{эмп}}=83,852$, $\chi^2_{\text{крит}}=9,2$, при $\rho=0,01$), спортивный-неспортивный ($\chi^2_{\text{эмп}}=76,134$, $\chi^2_{\text{крит}}=9,2$, при $\rho=0,01$), модный-немодный ($\chi^2_{\text{эмп}}=91,118$, $\chi^2_{\text{крит}}=9,2$,

при $p=0,01$), стильный-не стильный ($\chi^2_{\text{эмп}}=87,371$, $\chi^2_{\text{крит}}=9,5$, при $p=0,01$). Гендерные отличия достоверно выражены только в группе с ситуативной интернет-активностью.

Однако исследование выявило достоверные различия у большинства испытуемых при сравнении самооценки в реальном пространстве и своего виртуального образа. При этом оценка виртуального образа была выше самооценки в реальном пространстве.

Исследование когнитивных искажений у групп респондентов, различающихся по гендеру и уровню интернет-активности при совпадении психологического и биологического пола, позволило выделить следующие результаты: у респондентов с низкой интернет-активностью преобладают долженствование, сверхгенерализация, чтение мыслей, мысленный фильтр, дихотомическое мышление, навешивание ярлыков; у респондентов с высокой интернет-активностью отмечены средние показатели по всем шкалам; у респондентов с чрезмерно высокой интернет-активностью преимущественно выявлены значения выше среднего по шкалам: дихотомическое мышление, обесценивание позитивного, катастрофизация, персонализация.

Исследование когнитивных искажений у групп респондентов, различающихся по гендеру и уровню интернет-активности при несовпадении психологического и биологического пола, показало, что для респондентов с низкой интернет-активностью характерны катастрофизация, долженствование, сверхгенерализация; респондентам с высокой интернет-активностью характерны значения выше среднего по всем шкалам; у респондентов с чрезмерно высокой интернет-активностью выявлены высокие значения по шкалам: катастрофизация, обесценивание позитивного, персонализация.

Исследование аффективной составляющей показало, что имеются достоверные отличия в оценке значимых деталей и удовлетворенности своей внешностью у респондентов выделенных групп, при $p=0,01$. 89% первой группы выбрали в качестве наиболее значимых деталей волосы, кожу, пропорциональность фигуры, грудь, живот, длину ног, объем талии (девушки), соответствие социальной роли, ногти, верхнюю часть руки. Для респондентов второй группы наиболее значимыми были следующие детали внешности: волосы, глаза, лоб, рост, вес, форма ног, комфортность одежды. Респонденты третьей группы акцентировали внимание на глазах, овале лица, передней контурной линии тела (профиль), индивидуальности стиля в одежде. Следует отметить, что гендерной существенной разницы в выборах значимых характеристик не было.

Однако удовлетворенность собственной внешностью имеет гендерные различия. Так, респонденты первой группы больше внимания обращают на свою внешность, однако девушкам характерен более низкий уровень удовлетворенности по значимым параметрам, чем юношам этой же группы ($\chi^2_{\text{эмп}} = 34,7$, $\chi^2_{\text{крит}} = 9,2$, при $p=0,05$). Девушки, имеющие выраженную андрогинность, чаще не удовлетворены своей внешностью в отличие от маскулинных или феминных участниц. Маскулинные юноши имеют более высокие показатели удовлетворенности

своей внешностью ($\chi^2_{эмп}=11,69$, $\chi^2_{крит}=6$, при $\rho=0,05$), чем андрогинные и тем более феминные [Таблица 2].

Таблица 2

**Оценочно-содержательная интерпретации
компонентов внешнего облика интернет-активной молодежи**

Группа/уровень интернет-активности	Гендер (по С. Бем)	Лицо	Телосложение	Оформление внешнего облика	Выразительное поведение
Ситуативные	м	3,2	4	2,8	3,3
	а	3	3,7	3,7	4
	ф	3,48	4,1	4,3	4,1
Активные	м	3	3,2	2,8	3,3
	а	3,2	3,1	3,2	3,5
	ф	3,6	3,2	3,5	3,2
Чрезмерно активные	м	3,4	2,5	2,5	2,6
	а	3,3	2,4	2,8	2,1
	ф	3,4	2,7	2,6	2,5

Как видно из Таблицы 2, существуют достоверные различия между респондентами с разным гендером в рамках одной группы. При этом следует отметить существенность отличий между группами в оценке внешнего облика в целом. Удовлетворенность своим виртуальным образом (аватаром) по всем группам была существенно выше, чем удовлетворенность реальным образом.

Выявлено, что у респондентов с низкой интернет-активностью наиболее выражен симптомокомплекс принятия и в реальном, и в виртуальном пространствах. Для активных и очень активных пользователей в реальном пространстве наиболее часто встречается симптомокомплекс безразличия, а в виртуальном пространстве возрастает количество респондентов с проявлениями симптомокомплекса принятия.

Исследование конативной составляющей образа Я-физического выявило, что респондентам присущи различные стратегии преобразования собственного тела. Так, респонденты первой группы готовы в реальном пространстве попробовать изменить свое тело. В то время как респонденты второй и третьей групп либо выбирают предположительное действие, либо отказываются от действия вовсе. Исследование возможных причин выбора адаптационных стратегий показало, что респондентам характерны следующие механизмы защиты при $\rho=0,05$: для первой группы – отрицание ($\chi^2_{эмп}=14,7$), регрессия ($\chi^2_{эмп}=11,17$), замещение ($\chi^2_{эмп}=24,2$); для второй группы – вытеснение ($\chi^2_{эмп}=16,7$), проекция ($\chi^2_{эмп}=41,1$), реактивное образование ($\chi^2_{эмп}=13,6$); для третьей группы – интеллектуализация ($\chi^2_{эмп}=17,3$), проекция ($\chi^2_{эмп}=12,9$), замещение ($\chi^2_{эмп}=23,21$).

Проведенный кластерный анализ позволил выделить группы пользователей, которым соответствуют разные модели поведения [Таблица 3].

Распределение респондентов с различными моделями поведения по отношению к своему телу

Группа	Уровень интернет-активности	Маркеры образа Я-физического в субъективной картине мира
1 (31 респондент) Перфекционисты	Ситуативный	Красота, стройность, спорт, чистота, здоровье
2 (43 респондента) Конструктивисты	Ситуативный и высокий	Диета, зарядка, ноги, маникюр, запах, тело, одежда
3 (43 респондента) Инфантилы	Высокий	Скорость, мысль, глаза, цвет
4 (24 респондента) Аватары	Высокий и чрезмерно высокий	Автономность
5 (39 респондентов) Виртуалы	Чрезмерно высокий	

1 группа (Перфекционисты) – имеет ситуативную интернет-активность, что выражается в эпизодическом посещении интернет-ресурсов, малой активности в сетях. Общее время проведения в интернет-пространстве не более 1 часа в сутки. В виртуальном пространстве в качестве аватара чаще выбирают собственные фотографии. Респонденты этого типа имеют низкую и среднюю удовлетворенность собственной внешностью, установки, ориентированные на социум, активные адаптационные стратегии, что выражается в увлечении спортом, диетами, контролем внешности. Преимущественное использование таких поведенческих стратегий и объясняет название группы. И юноши, и девушки чаще всего предпочитают ситуативное общение в социальных сетях и поиск информации. В группу входит преимущественно молодежь с феминной или маскулинной гендерной идентичностью. Механизмы психологической защиты не выражены.

Во **2 группе (Конструктивисты)** оказались респонденты с ситуативной или высокой интернет-активностью, которая выражается в активном взаимодействии с информационно-компьютерными технологиями, одновременном открытием нескольких вкладок, частом переключении с одного вида деятельности на другой, преимущественном общении в интернет-пространстве, нахождении в сети не менее 4-х часов в сутки. В виртуальном пространстве в качестве аватара чаще выбирают собственные фотографии, но смена этих фотографий происходит не чаще 2-х раз в год. Респонденты этого типа имеют высокую удовлетворенность собственной внешностью, сформированное конструктивное отношение к здоровому образу жизни, установки, ориентированные на социум (в одежде, в отношении к себе и своему телу), ситуативные адаптационные стратегии (только по потребности) и такие механизмы психологической защиты, как замещение,

что выражается чаще всего в агрессивных нападках на других. Респонденты этой группы не воспринимают информацию, которая их тревожит и приводит к конфликту. Кроме того, респондентам указанного типа свойственно обесценивание ожидаемых результатов (не так много я и сделал, все так делают). В группе преобладают респонденты с андрогинной идентичностью. Юноши группы, как правило, увлекаются игровой деятельностью в сети, чаще командными играми. Девушки состоят в нескольких группах, имеют несколько страниц в различных социальных сетях, являются активными участниками групп, рекламирующих анорексию, булимию, в то время как юноши увлекаются просмотром контента групп бодибилдинга, шрамирования.

3 группа (Инфантилы) также объединяет респондентов с высоким уровнем интернет-активности, но, в отличие от респондентов второй группы, респонденты указанной группы аватары меняют не реже 6 раз в год. Они имеют низкую и среднюю удовлетворенность собственной внешностью, установки, ориентированные на свои возможности, ситуативные адаптационные стратегии. Свой физический облик девушки стараются привести к аниме, юноши – под героев компьютерных игр. В группе преимущественное количество респондентов имеют выраженную андрогинную идентичность. Респонденты стараются сгладить неприятную информацию с помощью таких механизмов психологической защиты, как вытеснение, проекция. У этих респондентов, как правило, не сформированы установки по отношению к здоровому образу жизни.

4 группе респондентов (Аватары) характерен высокий и чрезмерно высокий уровень интернет-активности. Чрезмерно высокий уровень интернет-активности выражается во времени проведения в сетях – не менее 7 часов в сутки, частом переключении страниц, смене деятельности, наличии нескольких активных страниц. Аватары меняют не реже 8-10 раз в год, выбирая при этом как собственные изображения, так и аниме, картинки. Респонденты этого типа имеют высокую и среднюю удовлетворенность собственной внешностью, но при этом у них сформированы установки обесценивания собственной внешности, ситуативные адаптационные стратегии. В основе отношения к своему Я-физическому лежат вновь созданные респондентом социальные ценности. Возможные проблемы с телом, внешностью вытесняются и обесцениваются. Представитель этого типа переносит свой желаемый образ на аватар. Могут проявляться нарушения пищевого поведения. Респонденты имеют выраженные феминную или маскулидную идентичности. Однако представление о себе как о мужчине или женщине нереалистично. Чаще респонденты этих групп видят себя супергероями или героинями киберигр с фантастическими сюжетами.

В 5 группу (Виртуалы) входят респонденты с чрезмерно высоким уровнем интернет-активности. Для респондентов этого типа характерны высокая удовлетворенность собственной внешностью, но, как и у четвертого типа, у них сформированы установки обесценивания собственной внешности, не сформированы установки по отношению к стилю одежды и здоровому образу жизни, имеют ситуативные адаптационные стратегии в реальном пространстве. Они ста-

раются упростить эмоции, заменить их чем-то понятным и найти логическое подтверждение своим действиям. Подавляющее число респондентов группы имеют андрогинную идентичность. Представление о себе как мужчине или женщине нереалистично.

Проведенное исследование показало, что у респондентов выделенных групп имеются отличия в представлениях о своем Я-физическом: с повышением уровня интернет-активности наблюдается потеря интереса к собственному телу, весу, внешности, здоровью.

На стадии формирующего эксперимента приглашение к участию были разосланы методом случайных чисел всем участникам констатирующего эксперимента. Из них дали согласие на участие в формирующем эксперименте 95 пользователей: группа 1 – 21 респондент, группа 2 – 19 респондентов, группа 3 – 19 респондентов, группа 4 – 18 респондентов, группа 5 – 18 респондентов.

Система психологического сопровождения предусматривала коррекцию на когнитивной (когнитивные установки) и конативной (стратегии преобразования тела) составляющих в основном для респондентов инфантилов, аватаров и виртуалов, имеющих проблемы в отношении к своему телу [Рисунок 3].

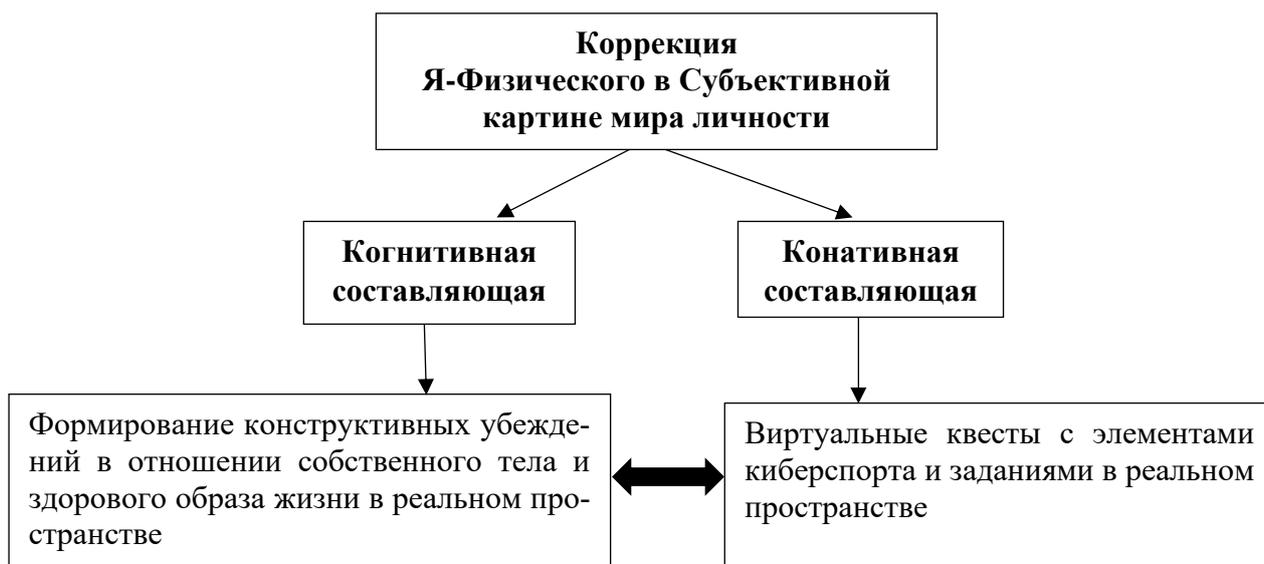


Рисунок 3. Модель психологического сопровождения процесса коррекции Я-физического в субъективной картине мира личности

В рамках программы дополнялось представление респондентов каждого типа о собственном физическом образе Я. При формировании программы учитывалась высокая интернет-активность отдельных респондентов.

Когнитивный модуль предполагал формирование конструктивных убеждений в отношении собственного тела и здорового образа жизни в реальном и виртуальном пространстве. Программа конативной коррекции представляла собой квесты с пересечением виртуальных и реальных действий и была направлена на формирование конструктивного поведения в отношении собственного тела.

Для респондентов 1 и 2 групп с ситуативной интернет-активностью коррекционные программы проводились преимущественно в реальном пространстве и предполагали серию игр с элементами спортивных, тематических встреч,

целью которых было формирование у студентов конструктивных представлений о своем Я-физическом. Игры разрабатывались с учетом уже имеющихся у респондентов маркеров Я-физического и были направлены на расширение этих представлений.

Для активных пользователей группы инфантилов в социальных сетях были созданы тематические группы, где им предлагалось быть модераторами. Предметом обсуждения в группах были представления о мужской и женской красоте, пользе или вреде спорта. В отдельных случаях пользователи с высокой интернет-активностью вступали в диалог с участниками таких групп. При этом собственные установки в отношении Я-физического претерпевали изменения.

Для активных и чрезмерно активных пользователей групп аватаров и виртуалов формирование конструктивных убеждений в отношении собственного тела и здорового образа жизни происходило в виртуальном и реальном пространствах. Следует отметить, что работа с респондентами этих групп вызывала определенные трудности: нежелание работать в реальном пространстве, легкомысленное отношение к своему здоровью. Однако вовлечение молодежи в игровую деятельность и необходимость выполнения игровых заданий в реальном пространстве при создании необходимой мотивации позволили решить и эту проблему.

Под влиянием системы психологического сопровождения отмечается положительная динамика в представлениях о своем Я-физическом у инфантилов. Участники эксперимента этой группы дополнили свои представления о Я-физическом представлениями о теле, внешности ($G_{эмп}=3$, $G_{эмп}=1$, $G_{эмп}=2 < G_{крит.}=4$, при $p=0,05$). Кроме того, 9 участников (4 парня и 5 девушек) изъявили желание заниматься спортом и танцами. Одна девушка осознала наличие проблем с лишним весом.

У 8 респондентов группы аватаров были отмечены конструктивные установки в отношении собственного Я и здорового образа жизни ($G_{эмп}=3 < G_{крит.}=4$, при $p=0,05$). 7 респондентов выразили желание «заняться своей внешностью».

Респонденты группы виртуалов также показали позитивную динамику в формировании конструктивных установок по отношению к собственному Я и смене неадаптивной стратегии изменения своего тела на адаптивную ($G_{эмп}=1 < G_{крит.}=19$, при $p=0,05$). Однако именно респонденты этой группы чаще, чем другие, отказывались от выполнения заданий в реальном пространстве.

Следует отметить, что проведенная психокоррекционная работа показала эффективность в формировании адекватной самооценки Я-физического у молодежи. Кроме того, в ходе исследования произошло снижение интернет-активности молодежи в группе виртуалов.

Таким образом, после внедрения системы психологического сопровождения наблюдаются значительные конструктивные изменения в когнитивных и конативных сферах личности: улучшение образа Я-физического, повышение конструктивного отношения к собственному телу и здоровому питанию. В резуль-

тате системы психологического сопровождения отмечена сниженная интенсивность таких механизмов психологической защиты, как вытеснение, обесценивание, рационализация, замещение, проекция.

В *Заключении* подводятся итоги исследования и формулируются основные **выводы**.

1. Показано, что образ Я-физического в субъективной картине мира личности базируется на представлениях личности о мире в целом и рассматривается по трем составляющим: когнитивной, аффективной и конативной. Когнитивная составляющая образа Я личности содержит в себе совокупность самооценочных суждений, сформированные в социуме установки в отношении своего Я-физического, когнитивные механизмы, влияющие на формирование образа Я-физического личности в целом. Аффективная составляющая образа Я содержит в себе эмоциональное восприятие своего Я-физического, внешнего облика. Конативная составляющая включает в себя набор определенных поведенческих паттернов личности, способность к изменению своего Я-физического, личностные защитные механизмы, проявляющиеся в поведении.

2. Показано, что имеются достоверные различия в когнитивной составляющей образа Я-физического в субъективной картине мира личности молодежи с разной интернет-активностью: по показателям удовлетворенности своей внешностью: респонденты с низкой интернет-активностью (ситуативные) чаще не удовлетворены своей внешностью в отличие от их более интернет-активных пользователей (активных и чрезмерно активных). В то же время юноши имеют более высокую степень удовлетворенности своим внешним видом, чем девушки при таких же условиях.

Доказано, что для респондентов с низкой интернет-активностью свойственны установки типа «предписание-использование», по своей сути отображающие родительский приказ, правило, которому респонденты следуют и в настоящее время. Установка по отношению к здоровому образу жизни сформирована у всех респондентов этой группы. Респондентам с высокой интернет-активностью характерны установки-описания, метафоры, способствующие многовариантности моделей поведения. Во всех установках отмечается решающая роль личности в формировании физического образа. Для чрезмерно активных пользователей характерна несформированность установки по отношению к своему телу.

У респондентов с низкой интернет-активностью самооценка данных в реальном пространстве не имеет достоверных различий (кроме феминных) от образа Я в виртуальном пространстве; для респондентов с высокой и чрезмерно высокой интернет-активностью самооценка виртуального образа выше, чем реального. Наибольшее количество респондентов с низкой самооценкой наблюдается при несовпадении биологического и психологического полов.

Определено, что с возрастанием интернет-активности у респондентов наблюдаются достоверные различия в индивидуально-личностных характеристиках: самоотношении, самооценке, восприятии собственной внешности в реальном пространстве.

Эмпирически выявлены типы личности в зависимости от выраженности искажений в представлениях Я-физического у интернет-активной молодежи: адекватные – респонденты, независимо от интернет-активности, имеющие средние показатели выраженности когнитивных искажений; застревающие – респонденты с низкой интернет-активностью, имеющие выраженные когнитивные искажения по типу: долженствование, сверхгенерализация, чтение мыслей, мысленный фильтр, дихотомическое мышление, навешивание ярлыков; проблемные – респонденты с высокой и чрезвычайно высокой интернет-активностью, имеющие выраженные когнитивные искажения по типу: дихотомическое мышление, обесценивание позитивного, катастрофизация, персонализация.

3. Эмпирически выявлено, что имеются достоверные различия в аффективной составляющей образа Я-физического в субъективной картине мира личности молодежи с разной интернет-активностью: у респондентов с низкой интернет-активностью наиболее выражен симптомокомплекс принятия и в реальном, и в виртуальном пространствах. Для активных и очень активных пользователей в реальном пространстве наиболее часто встречается симптомокомплекс безразличия, а в виртуальном пространстве возрастает количество респондентов с проявлениями симптомокомплекса принятия.

4. Эмпирически выявлены достоверные различия в конативной составляющей образа Я-физического молодежи с разной интернет-активностью: выделены группы интернет-активной молодежи, различающиеся по отношению к своему Я-физическому в реальном и виртуальном пространствах. Первые две группы – респонденты, предпочитающие адаптивные стратегии поведения в реальном и виртуальном пространствах и имеющие конструктивные установки в отношении своего тела и здорового образа жизни. Остальные три группы молодых людей и девушек – респонденты, имеющие несформированные установки по отношению к собственному телу, завышенную самооценку своих физических возможностей и неадекватное восприятие своей реальной внешности.

5. Доказано, что существуют достоверные гендерные отличия в представлениях о своем Я-физическом у интернет-активной молодежи с ситуативной (низкой) интернет-активностью по типам ретроспективных установок, эмоциональному отношению к своему телу. С возрастанием уровня интернет-активности гендерные отличия в представлениях о своем Я-физическом сглаживаются.

6. Система психологического сопровождения предусматривает коррекцию представлений респондентов о своем Я-физическом и закрепление результатов на поведенческом уровне. Система психологического сопровождения показала эффективность на экспериментальных группах респондентов: сформированы конструктивные установки в отношении собственного тела, снижена интенсивность таких механизмов психологической защиты, как вытеснение, обесценивание, рационализация, замещение, проекция.

Практические рекомендации. Результаты исследования могут быть применены психологами, социальными педагогами, педагогами в психокоррекцион-

ной работе, психолого-педагогическом консультировании, а также преподавателями физической культуры для вовлечения обучающихся в процесс формирования здорового образа жизни.

Перспективы дальнейшего исследования проблемы предполагают дальнейшие исследования Я-физического личности в интернет-пространстве молодежи с ОВЗ, разработку Интернета как коррекционной среды; изучение моделей поведения личности в случае несовпадения психологического и биологического полов.

Основное содержание диссертации отражено в следующих публикациях автора:

I. В изданиях, входящих в базы данных международных индексов научного цитирования Scopus и Web of Science

1. Senchenko, V. Gender characteristics of teenage aggression on social networks / A. Luchinkina, V. Senchenko // E3S Web of Conferences. – 2020. – Vol. 210. – Art. no. 17017. – DOI: 10.1051/e3sconf/202021017017. – авт. вклад 0,3 п.л.

II. В журналах, рекомендованных ВАК РФ для публикации материалов кандидатских диссертаций

2. Сенченко, В.В. Методологические подходы к исследованию представлений личности о своем физическом Я / В.В. Сенченко // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия «Познание». – 2018. – № 4. – С. 101-105. – авт. вклад 0,5 п.л.

3. Сенченко, В.В. Гендерные особенности восприятия образа «Я» студентами / В.В. Сенченко // Общество: социология, психология, педагогика. – 2018. – Вып. 7. – С. 88-92. – авт. вклад 0,45 п.л.

4. Сенченко, В.В. Гендерные особенности восприятия образа тела у студентов в реальном и виртуальном пространстве / В.В. Сенченко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 11(165). – С. 418-425. – авт. вклад 0,6 п.л.

5. Сенченко, В.В. Особенности отношения интернет-активной молодежи к своему телу / В.В. Сенченко // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия «Познание». – 2019. – № 8. – С. 44-47. – авт. вклад 0,5 п.л.

6. Сенченко, В.В. Гендерные особенности восприятия своего физического Я молодежью / А.И. Лучинкина, В.В. Сенченко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 12 (178). – С. 399-404. – авт. вклад 0,3 п.л.

7. Сенченко, В.В. Особенности общения в социальных сетях интернет-активных подростков / В.В. Сенченко // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия «Познание». – 2020. – № 9. – С. 48-53. – авт. вклад 0,5 п.л.

III. Остальные работы

8. Сенченко, В.В. Составляющие здорового образа жизни современного студента / В.В. Сенченко / Психолого-педагогическое сопровождение личности в образовании: союз науки и практики: сборник статей III Международной

научно-практической конференции (21 февраля 2015 г.) / Отв. ред. В.И. Цибульникова. – М.: Перо, 2015. – С. 76-78. – авт. вклад 0,2 п.л.

9. Сенченко, В.В. Компетентностный подход в высшем образовании / В.В. Сенченко // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. – 2016. – № 1(3). – С. 137-140. – авт. вклад 0,35 п.л.

10. Сенченко, В.В. Социокультурный анализ восприятия гражданского общества Республики Крым в социальных сетях / Н.А. Сенченко, В.В. Сенченко, Ю.А. Оразова / Гражданское общество: проблемы и перспективы: сборник научных статей по материалам круглого стола (08 декабря 2016 г.) / Отв. ред. А.И. Лучинкина. – Симферополь: ИП «Хотеева», 2017. – С. 16-21. – авт. вклад 0,15 п.л.

11. Сенченко, В.В. Гражданские институты в интернет-пространстве / В.В. Сенченко, Ю.А. Оразова, И.М. Челеби // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. 2018. – № 2 (12). – С. 55-62. – авт. вклад 0,3 п.л.

12. Сенченко, В.В. Психологические особенности интернет-активных подростков с различными образами тела / И.С. Лучинкина, В.В. Сенченко, О.С. Фомина // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. – 2019. – № 3 (17). – С. 63-68. – авт. вклад 0,25 п.л.

13. Senchenko, V. Cognitive distortions in the ideas of the person about his physical self: standardization of the method / A. Luchinkina, V. Senchenko // SHS Web Conferences. – 2019. – Vol. 70. – Art. no. 08026. – DOI: 10.1051/shsconf/20197008026. – авт. вклад 0,55 п.л.

Сенченко В.В. Психологические особенности представлений о Я-физическом интернет-активной молодежи: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 5.3.1. Ростов-на-Дону: ДГТУ, 2022. 25 с.