

МОДЕЛЬ ФОРМИРОВАНИЯ ОБРАЗА ТЕЛА У СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ВУЗА

© 2011 Ю.А.Стребкова¹, В.М.Минияров¹, А.Ю.Агафонов²

¹Поволжская государственная социально-гуманитарная академия

²Самарский государственный университет

Статья поступила в редакцию 14.10.2011

Рассматривается процесс формирования образа тела в условиях современного образования. Раскрыты психологические факторы, влияющие на структуру образа тела в условиях вуза, и обоснована социокультурная детерминированность формирования образа тела. Раскрываются особенности процесса формирования образа тела у студентов факультета психологии в Поволжской государственной социально-гуманитарной академии. Проведен анализ существующих образовательных стандартов подготовки психологов по специализации «Психология» и «Педагогика и психология» с точки зрения формирования образа тела. Описана психолого-педагогическая модель формирования образа тела, включающая спецкурс «Психология тела» и «Телесно-ориентированный тренинг».

Ключевые слова: телесность, образ тела, образ физического Я, студенческий возраст, система образования.

Профессия психолога относится к тем профессиям, где личностные качества являются инструментами для профессиональной деятельности, где личность психолога обуславливает результат его взаимодействия с другими людьми. Поэтому формирование у студентов-психологов не только знаний, умений и навыков, необходимых для работы, но также и определенных личностных качеств, будет способствовать достижению наибольшего результата в обучении, а это в свою очередь будет способствовать достижению высоких результатов в будущей профессиональной деятельности. Современная система высшего образования приобретает характер личностно-ориентированного обучения, при котором на первый план выходит личностное развитие, а не обучение, т.е. качественное преобразование всех психических сфер сознания, а не формирование знаний, умений и навыков.

Как было указано нами в предыдущей статье, основное внимание современная система образования уделяет развитию у субъекта психофизических качеств, связанных с выполнением локомотивных и оперативных действий, необходимых ему для социального взаимодействия, и недостаточно внимания уделяет формированию образа тела у студентов. Телу же отводится роль пассивного образования, поддерживающего и воспроизводящего процесс ментального обучения. Применение современной

модели образования может иметь одним из побочных результатов то, что человек отчуждает от себя собственное тело. «Отчуждение» происходит тем быстрее, чем в большей мере субъект ориентируется на общепринятые формы поведения и чем меньше значения он придает собственной уникальности¹. Формирование образа тела предполагает замену прежней системы стимулов и реакций на новые желания и стремления в рамках специально дисциплинирующих пространств. К таким дисциплинарным пространствам относят: семью, образование, религию, медицину, искусство, которые в виде разного рода моделей и рекомендаций способствуют формированию новообразований тела.

Е.А.Кобзев отмечает, что в профессиональном высшем образовании, в том числе и при подготовке психологов существует нерешенная проблема, что среди преподавателей и теоретиков образования существует недопонимание необходимости подготовки именно личности профессионала, реальный акцент делается лишь на формировании системы знаний, умений и навыков. По мнению Е.А.Кобзева, при подготовке студентов-психологов, можно говорить о том, что зачастую эти знания умения и навыки, а также важные личностные качества психолога такие как: эмоциональная отзывчивость и устойчивость, способность к влиянию не достаточно «контейнированы» и представлены в теле, в личности специалиста².

¹ Стребкова Юлия Александровна, соискатель.

E-mail: salon-etud@mail.ru

Минияров Валерий Максимович, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой психологии образования. E-mail: vminiyarov@mail.ru

Агафонов Андрей Юрьевич, доктор психологических наук, профессор кафедры общей психологии.

E-mail: aqafonov@ssu.samara.ru

¹ Стребкова Ю.А. Особенности формирования образа тела в условиях современного образования // Известия Самарского научного центра РАН. – 2011. – № 2(6). – С.1402 – 1408.

² Кобзев Е.А. К вопросу использования методов телесно-ориентированной психотерапии в развитии профессиональных и личностно-значимых качеств студентов психологического факультета // Психология те-

В настоящее время разрабатывается так называемая «проблемная анатомия», согласно которой, каждая часть, сегмент тела отвечает за те или иные свойства состояния здоровья и болезнь личности. С точки зрения Е.А.Кобзева, особое внимание следует уделять, грудному и диафрагмальному отделу тела и их проработке. Следующим этапом будет опыт интеграции телесных сегментов, начиная с головы и заканчивая ступнями ног.

По мнению В.Ю.Баскакова, Е.А.Леоненко, Г.В.Тимошенко, Т.Ю.Калошиной и др. нужно развивать у субъекта способности к интеграции «базовых умений» от самоконтроля, который обнаруживает свое присутствие в области головы до проблематики опор символом которых, как известно, являются бедра, колени и ступни. Основным инструментом работы психотерапевта является его личность³. Поэтому специалист, работающий в области практической психологии, должен отличаться высокой степенью проработанности собственных личностных проблем, интегративностью опыта эмоциональной, интеллектуальной, телесно – двигательной жизнедеятельности. В то время как сам клиент может демонстрировать большую степень дискордантности и дезинтеграции психического и телесного опыта. Интеграция опыта личности предполагает, по мнению А.Ф.Ермошина, прежде всего, интеграцию ее телесного и психического, так называемый, психокатализ, биосинтез⁴. По мнению В.Березкиной-Орловой и Г.Ченцовой термин «биосинтез» означает – «интеграция жизни». Речь идет об интеграции трех жизненных энергетических потоков, интегративное существование которых существенно для соматического и психического здоровья и которые не сформированы у невротиков, как отмечает В.Ю.Баскаков⁵.

В своей работе о способах и методах влияния телесно-ориентированной психотерапии на развитие и формирование профессионально значимых качеств у студентов психологов Е.А.Кобзев использует, прежде всего, концептуальные положения телесной психотерапии А.Лоуэна. В практике используются напряженные позы для энергитизации частей тела, которые были заблокированы. В этих позах увеличивается напряжение в постоянно зажатых частях тела, пока не становится таким большим, что

человек вынужден, в конце концов, расслабить мышцы, то есть защитный панцирь. В целом, с помощью упражнений телесно-ориентированной психотерапии Е.А.Кобзевым у студентов-психологов формируется состояние эмоциональной стабильности, нервно-психической устойчивости, эмпатии, предупреждается возникновение синдрома эмоционального выгорания⁶.

В студенческом возрасте актуальными являются вопросы моды, собственного имиджа, образа тела: озадаченность тем, «как я выгляжу в глазах других», «что я собой представляю», необходимость найти себя, свой внешний и внутренний образ, отвечающий приобретенным умениям, индивидуальным способностям и требованиям общества. Э.Эриксон писал, что студенческий возраст – это период поиска своей эго-идентичности, сбора и анализа своих социальных ролей и интегрирования этих многочисленных образов воедино, в целостное представление о собственной личности, формирования на этой основе собственных идеалов и ценностей⁷. Одно из ведущих мест среди факторов формирования образа тела у студентов занимают средства массовой информации (СМИ), с самого рождения ребенка так активно внедряющиеся в его жизнь. СМИ прочно вошли в нашу жизнь и со своих экранов и печатных страниц демонстрируют нам через образы своих ведущих, актеров, музыкальных исполнителей и героев кинофильмов определенные модели поведения, отражающие нравственные ценности. Э.Эриксон также обращал внимание на то, как чрезмерная идентификация с популярными героями (кинозвездами, музыкантами) может вырывать «расцветающую идентичность» из ее социального окружения, тем самым, подавляя личность и ограничивая ее растущую идентичность. Ранняя юность, также как и подростковый возраст – период максимального увлечения телевизором. Анализируя жанровые предпочтения подростковой и юношеской аудитории, исследователи отмечают чрезвычайно высокий рейтинг мультипликационных фильмов (в том числе у молодежи) и развлекательных передач и телесериалов. Анализ литературы по проблеме влияния СМИ на современную молодежь показывает, что кино- и телефильмы являются весьма значимым фактором формирования представлений о себе, в частности представлений об образе тела.

Как правило, существующие исследования в области психологии телесности носят общепси-

лестности: теоретические и практические исследования. – Пенза: 2008. – С. 95 – 100.

³ Тимошенко Г.В., Леоненко Е.А. Работа с телом в психотерапии: практическое руководство. – М.: 2006.

⁴ Ермошин А.Ф. Вещи в теле. – М.: 1999.

⁵ Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике. Свободное тело / Ред. -сост. Баскаков В.Ю. – М.: 2004.

⁶ Кобзев Е.А. К вопросу использования методов телесно-ориентированной психотерапии – С. 95 – 100.

⁷ Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: 1996.

хологический характер. Явный дефицит научно-психологических разработок обнаруживается в области педагогической психологии. До сих пор недостаточно раскрыта специфика образа тела и образовательной парадигмы обучения в вузе. В частности, мало изучены детерминанты и частные факторы, влияющие на отношение к собственной внешности в студенческом возрасте. Остаются без внимания исследователей вопросы формирования образа тела студента-психолога в вузе. Исследование, проводимое нами в рамках выполнения диссертационной работы, призвано восполнить недостаток в данной области знаний, так как направлено на поиск психолого-педагогических условий формирования образа тела у студентов-психологов в вузе.

В организации опытно-экспериментальной работы мы ориентировались на установку, сформулированную С.Л.Рубинштейном: становление, развитие личности человека возможно в ходе глубоко содержательной, объективно обоснованной и субъективно значимой деятельности. Наша экспериментальная работа осуществлялась в условиях профессиональной подготовки студентов-психологов факультета психологии Поволжской государственной социально-гуманитарной академии. Для достижения поставленной цели психолого-педагогического эксперимента мы использовали следующие методы научно-педагогического исследования: констатирующий и формирующий эксперимент, анкетирование, тестирование, наблюдение, статистические методы, моделирование. Такое комплексное использование методов давало возможность целостного определения сформированности у будущих психологов образа тела на всех этапах осуществления психолого-педагогического эксперимента в условиях вуза.

Для разработки психолого-педагогической модели формирования у будущих психологов образа тела проводилось исследование таких личностных характеристик студентов как: тип личности, самооценка, особенности самоактуализации и отношения студентов к собственной внешности и внешности окружающих людей с оценением их привлекательности / непривлекательности. Диагностика осуществлялась с помощью самоактуализационного теста «САТ», методики А.Г.Шмелева «Семантический дифференциал», опросника определения социально-педагогического типа личности В.М. Миниярова, анкеты «Определение личностной значимости и удовлетворенности своей внешностью» и методики «Человек Фельденкрайза»). Затем определялась взаимосвязь между оценками размеров тела, значимостью и удовлетворенностью внешностью, самооценкой личностных качеств и показателями типа личности и самоак-

туализации. Выявленные взаимосвязи учитывались при разработке психолого-педагогической модели формирования образа тела у студентов в вузе. Кроме того, для разработки психолого-педагогической модели проводился анализ существующих образовательных стандартов подготовки психологов по специализации «Психология» и «Педагогика и психология» с точки зрения формирования образа тела (на примере учебного плана факультета психологии ПГСГА).

Как показал анализ учебных планов по специальностям «Психология» и «Педагогика и психология» студентам не предлагается практико-ориентированных курсов, направленных на работу с телом, на формирование образа тела. При этом в публикациях, посвященных подготовке психологов и педагогов-психологов в вузе, в последнее время уделяется особое внимание вопросу необходимости высокой степени проработанности собственных личностных проблем у будущего специалиста, интегрированности опыта эмоциональной, интеллектуальной и его телесно-двигательной жизнедеятельности. В соответствии с этим подходом подготовки будущих психологов важными являются следующие установки: 1) чем лучше профессионал осознает особенности своей личности, своего образа Я, тем легче проводить границу между собственным личным материалом и материалом клиента; 2) насколько глубоко и эффективно профессионал умеет работать с собой, со своим телом, настолько глубоко он может сопровождать внутренний путь своего клиента.

Современный психолог – это специалист, решающий множество проблем, которые перед ним ставит общество в целом. Основными задачами в деятельности психолога по-прежнему являются задачи по оказанию психологической помощи через специально организованную систему взаимодействия, через коммуникацию и установление взаимоотношений. Высокий профессиональный и личностный уровень психолога характеризует умение установить доверительный контакт с людьми с самым разным уровнем личностного и интеллектуального развития, способность соучаствовать в судьбах людей, быть конгруэнтным и естественным в отражении эмоций и чувств.

Все эти требования ставят перед студентами психологического факультета задачи по улучшению собственных коммуникативных навыков, умению устанавливать вербальный, невербальный контакт, создавать вокруг себя благоприятное и комфортное пространство общения, взаимодействия на всех уровнях, в том числе на уровне тела. Для этого им часто приходится прорабатывать свои собственные психологиче-

ские проблемы, избавляться от закрытости, недоверия, тревожности. Прекрасную возможность для этого создают телесно-ориентированные упражнения, направленные на формирование у студентов-психологов состояния эмоциональной стабильности, нервно-психической устойчивости, эмпатии, предупреждение синдрома эмоционального выгорания, стимулирования самоактуализации личности. Следовательно, для того, чтобы помочь студенту-психологу в преодолении объективных и субъективных трудностей в будущей профессиональной деятельности, нами была разработана комплексная психолого-педагогическая модель формирования образа тела у студентов, дополняющая стандартную подготовку психологов в вузе.

В разработанной нами психолого-педагогической модели формирования образа тела предполагалось как посещение студентами спецкурса «Психология тела», так и их участие в «Телесно-ориентированном тренинге» в рамках спецкурса. Программа курса «Психология тела» включает: 1) основные цели и задачи курса; 2) принципы отбора содержания и структурирования учебного материала; 3) содержательную характеристику курса (разделы и их содержание, т.е. тематическую структуру); 4) календарно-тематическое планирование; 5) проблемные вопросы, на которые должны ответить студенты; 6) типовые задачи и задания по курсу; 7) задачи и задания, требующие самостоятельного решения и т.д.; 8) перечень основных понятий и терминов (гlossарий); 9) ожидаемые результаты, формы и способы их оценки (знания, умения и навыки, которые должны быть сформированы у студентов при изучении данного предмета); 10) список рекомендуемой литературы.

Курс «Психология тела» является интегрированным и отражает содержание дисциплин, сопряженных с телесно-ориентированной психотерапией: «Основы психотерапии», «Методологические вопросы социально-психологического тренинга», а также опирается на знания предметных областей: психологии, анатомии, физиологии, физической культуры, антропологии и естествознания. Он основывается на современных работах отечественных и зарубежных авторов. Разработанная нами программа курса раскрывает основную проблематику формирования образа тела у студентов в вузе и дает целостную характеристику его основ как системы знаний, умений и навыков, необходимых современному специалисту-психологу для сознательного применения в будущей профессиональной деятельности. Это достигается благодаря включению теоретических знаний в

практику по каждому тематическому блоку курса. В каждом тематическом блоке предусматривается не только отработка полученных теоретических знаний, но и активное участие студентов в телесно-ориентированном тренинге, в котором могут использоваться полученные ими на лекциях знания. Анализируя немногочисленные аналогичные программы, можно отметить, что они предполагают усвоение студентами теоретических знаний о психологии тела, без включения полученных знаний в практику телесно-ориентированного тренинга. Программа учитывает различные концепции и взгляды на механизмы формирования образа тела, влияния самооценки, самооценки своей внешности и внешности окружающих на формирование образа тела. Программа спецкурса состоит из 8 тем теоретических и 8 тем практических занятий и 24 часов тренинга принятия своей внешности с элементами телесно-ориентированной психотерапии. Рассмотрим последовательно каждую из тем:

1) Основы телесно-ориентированной терапии. *Цель занятия:* составить общее представление о телесно-ориентированной психотерапии и ее истории. *Содержание занятия:* На лекции рассматривается история развития телесно-ориентированной терапии: западные и восточные корни телесно-ориентированной психотерапии. Формируется общее представление о телесно-ориентированной психотерапии и ее проблематике. *Практическое задание по теме № 1.* Студенты знакомятся со структурой телесно-ориентированной психотерапии и функциональной моделью личности в норме и патологии по книге Г.Тимошенко, Е.Леоненко «Работа с телом в психотерапии» (практическое руководство). У них формируются представления о здоровом личностном функционировании. Студенты знакомятся с методикой В.М.Минярова по изучению социально-психологического типа личности, с показателями являющимися предпосылками гармоничного типа личности как критерия здорового личностного функционирования.

2) Обзор теории и методологии западной телесно-ориентированной психотерапии. *Цель занятия:* познакомить студентов-психологов с концепциями западной телесно-ориентированной психотерапии. *Содержание занятия:* На лекциях рассматриваются концепции телесно-ориентированной психотерапии и работы с телом. Проводится краткий обзор школ западной телесно-ориентированной психотерапии: вегетотерапия Вильгельма Райха; биоэнергетика Александра Лоуэна; биодинамика Боуэнна, Лиан Марчер; биосинтез Дэвида Боаделлы; соматическая психология Питера Левина; телес-

ное осознание Мойше Фельденкрайза; структурная интеграция Иды Рольф; розен-метод Мэрион Розен; био-энерго-системо-терапия (БЭСТ) Евгения Зуева; метод телесной интеграции Фредерика Матиаса Александера; плазменная терапия или терапия первичного крика Артура Янова. *Практическое задание по теме № 2.* Студенты обсуждают основные средства психотерапевтического воздействия в западной телесно-ориентированной психотерапии и соответствующую им проблематику. Составляется перечень проблем клиентов, для которых наиболее эффективными будут методы ТОП. Знакомятся с классификацией базовых личностных проблем по В.Баскакову. Выделяются критерии сравнения каждой из психотерапевтических школ ТОП, составляется таблица. Выполняются упражнения «Взвешивание» и «Два человечка» по Фельденкрайзу.

3) Краткий экскурс в восточную телесно-ориентированную психотерапию. *Цель занятия:* познакомить студентов-психологов с концепциями восточной телесно-ориентированной психотерапии. *Содержание занятия:* На лекции рассматриваются такие школы восточной телесно-ориентированной психотерапии как: йога, цигун-терапия, аюрведа, цалунг, шаманские техники, телесные медитации и др. *Практическое задание по теме № 3.* На семинарах обсуждаются специфичные и неспецифичные, традиционные и нетрадиционные техники телесно-ориентированной психотерапии. Студенты прорабатывают свой личностный телесный опыт для этого выполняя методику метафорической работы с телом «Расчлененка». Студенты составляют групповые проекты по использованию элементов йоги в личностных тренингах, например в тренингах по повышению личностной стрессоустойчивости, развитию креативности, повышению самоактуализации личности.

4) Краткий экскурс в восточную телесно-ориентированную психотерапию. *Цель занятия:* познакомить студентов-психологов с базовыми понятиями телесно-ориентированной психотерапии. *Содержание занятия:* На лекции рассматриваются такие понятия ТОП как: социальное и животное тело; энергия; контакт; образ, схема, структура тела; телесная метафора; блок и зажим; проблемная анатомия; топография тела. *Практическое задание по теме № 4.* Студенты знакомятся с различными видами контакта, с моделями выбора определенного вида контакта. На практических заданиях учатся прорабатывать свой личностный телесный опыт с точки зрения энергии, мышечных зажимов и их блоков.

5) Групповая и индивидуальная телесно-ориентированная психотерапия. *Цель занятия:*

познакомить студентов-психологов с особенностями проведения групповой и индивидуальной телесно-ориентированной психотерапии. *Содержание занятия:* На лекции рассматривается стратегия и тактика групповой и индивидуальной телесно-ориентированной психотерапии, а также этапы психотерапевтической индивидуальной работы с клиентом. Приводятся примеры проведения групповой телесно-ориентированной психотерапии. Проблема переноса и контр – переноса в работе психотерапевта в рамках телесно-ориентированной психотерапии. *Практическое задание по теме № 5.* Студенты учатся составлять план проведения индивидуальной телесно-ориентированной психотерапии или психологического консультирования с элементами телесно-ориентированной психотерапии. Изучают этические аспекты работы с клиентом в рамках ТОП. Отрабатываются разные формы и способы контакта с клиентом в ТОП. Обсуждаются способы работы с сильными чувствами клиента в ходе индивидуальной и групповой ПОТ.

6) Связь телесно-ориентированной психотерапии с анатомией и физиологией. *Цель занятия:* ознакомление студентов с взаимосвязью телесно-ориентированной психотерапии с анатомией и физиологией в работе психолога. *Содержание занятия:* На лекции рассматриваются механизмы возникновения личностных нарушений с точки зрения анатомии и физиологии тела. Проблемная анатомия: базовые проблемы и их расположение в теле. Обзор практических исследований по психофизиологии тела в эмоциональной сфере: проработка боли, страхов, сниженного фона настроения, агрессии через работу с телом. *Практическое задание по теме № 6.* Работа студентов с анатомическим атласом. Анализ анатомических и физиологических реакций тела в ситуации сопротивления, анатомическая и физиологическая представленности защитных механизмов на уровне тела, телесный панцирь. Физиология и анатомия человека в ситуации стресса, длительного стресса. Составление групповых проектов по психофизиологии стресса.

7) Считывание телесной информации, телесная метафора, первичная диагностика. *Цель занятия:* ознакомление студентов с особенностями проведения первичной диагностики, со способами сбора телесной информации. *Содержание занятия:* На лекции рассматриваются вопросы первичной диагностики, ранних дефицитов, травм, нарушений, и их качеств как опыта тела. Изучается патологическое влияние негативного опыта в первые годы жизни ребенка в работе над дефицитами. Значение позитивного опыта радости, настроения и защищен-

ности для работы с патологическими дефицитами тела. Диагностические признаки посттравматического стресса. *Практическое задание по теме № 7.* Студенты учатся первичной телесной диагностике, считыванию проблемных зон с тела. Отработка техник первичной диагностики. Особенности диагностики посттравматического стресса.

8) Интегративные направления в телесно-ориентированной психотерапии. *Цель занятия:* ознакомление студентов с интегративной работой с телом и психосоматикой. *Содержание занятия:* На лекции рассматриваются интегративные направления ТОП. Феноменология психосоматических нарушений и заболеваний. Роль когнитивной и эмоциональной перестройки тела, телесных чувств как индикаторов эффективности ТОП. Роль кризисов в процессе консультировании и способы их преодоления в интегративной ТОП. *Практическое задание по теме № 8.* Студентов учат диагностировать психосоматические реакции для разъяснения психосоматических заболеваний или психосоматических нарушений. Студенты разрабатывают групповые проекты, требующие интегративной ТОП в работе с клиентами с различными соматическими заболеваниями.

Далее рассмотрим личностный тренинг, направленный на принятие своей внешности, проведенный в рамках нашей программы по спецкурсу «Психология тела». Тренинг был проведен в завершении курса «Психология тела». Программа тренинга предполагает работу со студентами-психологами в двух направлениях – личностном и методическом. В личностном плане студенты получают опыт осознания и изменения своих глубинных и часто неосознаваемых установок по отношению к внешности, сильно влияющих на самооценку и самоощущение в целом, научатся понимать и принимать свое тело. Методическая часть предполагает практическое освоение технологии проведения личностного тренинга, направленного на принятие своей внешности.

В программе тренинга обсуждаются следующие вопросы: *Личностный блок:* 1) Психологическая основа формирования самооценки и отношения к внешности. Что такое адекватная самооценка и как ее создать? 2) Влияние семейных установок и личной истории на восприятие тела и внешности. Чьими глазами я смотрю на себя? Красив ли я? 3) Работа с тревогой, стыдом, обидой. Как я себя чувствую? 4) Конфликтно-ориентированная работа с телом. Как я сопротивляюсь своему телу? 5) Понимание себя и формирование самопринятия. Как услышать послания своего тела? О чем они? Чувствую ли я себя в единстве с собственным те-

лом? Люблю ли я себя и как этому научиться? *Методический блок:* 1) Рекомендации по организации и ведению тренинга. 2) Специфика проведения тренинга, ориентированного на работу с телом. 3) Особенности проведения личностных тренингов. Виды и формы упражнений. Динамика чувств. 4) Использование методов телесно-ориентированной терапии, гештальт-терапии, арт-терапии, когнитивно-эмотивной терапии, психосинтеза. 5) Содержание тренинга. План проведения занятий. *Формы работы:* аналитические упражнения, информационные блоки, визуализация, коллаж, психогимнастика, работа с подсознанием через образ, упражнения в парах, работа с жестами, мимикой, дыханием как выражением эмоций, индивидуальная работа тренера с запросом каждого участника.

Таким образом, нами была разработана комплексная психолого-педагогическая программа, способствующая изменению физического и психологического образа Я у студентов, содержащая целостную модель формирования соответствующих знаний, умений, навыков, необходимых студенту-психологу для формирования образа тела в специально созданных в процессе обучения в вузе психолого-педагогических условиях. В программе формирования образа тела студентов-психологов в вузе, соединены теоретические и практические знания в области телесно-ориентированной психотерапии с моделированием ситуаций оценивания собственной внешности и внешности других людей, психогимнастикой, работой с мимикой и дыханием в личностном тренинге. Это достигается благодаря включению теоретических знаний, полученных студентами, в практику по каждому тематическому блоку спецкурса «Психология тела», в тренинг принятия внешности и в организацию самостоятельной работы студентов.

Педагогические условия формирования образа тела в комплексной программе реализовывались на занятиях по спецкурсу «Психология тела». На занятиях по курсу использовались различные виды работы с разными литературными источниками, активные методы обучения для организации проектной работы студентов в группах. Психологические условия формирования образа тела у студентов в программе реализовывались как на занятиях по курсу «Психология тела», так и с помощью тренинга принятия внешности.

Апробация психолого-педагогической модели формирования образа тела у студентов проводилась в условиях профессиональной подготовки студентов-психологов факультета психологии Поволжской государственной социально-гуманитарной академии. На основе результатов

диагностики были сформированы экспериментальная и контрольная группы студентов. В состав экспериментальной группы вошли 32 человека (14 студентов специальности «Педагогика и психология» и 18 студентов специальности «Психология»). Контрольную группу исследования составили 48 студентов (26 студентов специальности «Педагогика и психология» и 22 студента специализация «Психология»). При формировании контрольной группы к ней предъявлялись следующие требования: равное экспериментальной группе соотношение юношей и девушек, равный экспериментальной

группе средний возраст испытуемых и равнозначное распределение социально-педагогических типов личности, диагностируемых по методике В.М.Миниярова.

В экспериментальной группе проводилась разработанная нами психолого-педагогическая программа по формированию образа тела. На сегодняшний день осуществляется сравнительный анализ результатов стартовой и итоговой диагностики для определения результативности комплексной программы формирования образа тела у студентов в вузе.

THE MODEL OF FORMING THE BODY IMAGE AT STUDENTS IN THE HIGHER EDUCATION

© 2011 Y.A.Strebkova¹, V.M.Minियarov¹, A.Y.Agafonov²

¹ Samara State Academy of Social Sciences and Humanities

² Samara State University

The process of forming the body image in modern education is considered. Psychological factors influencing on the structure of the body image in the higher education are disclosed. Social-cultural determinacy of forming the body image is substantiated. The peculiarities of forming the body image at students of the department of psychology of Samara State Academy of Social Sciences and Humanities are described. Modern educational standards of training psychologists specializing in the fields «Psychology» and «Pedagogy and psychology» are analyzed from the viewpoint of forming the body image. Psychological-pedagogical model of the forming the body image including special courses «Psychology of the Body» and «Body-Oriented Training» is described.

Key words: bodiness, image of the body, physical I-image, students' age, educational system.

^o Yulia Alexandrovna Strebkova, The competitor of faculty of pedagogical psychology.

E-mail: salon-etud@mail.ru

Valery Maksimovich Miniyarov, Doctor of Pedagogical Science, Professor, Head of the Psychology of Education Department. E-mail: vminiyarov@mail.ru

Andrey Yuryevich Agafonov, D. Sc. in Psychology, Professor of the General Psychology department

E-mail: aqafonov@ssu.samara.ru