

Интернет-журнал «Мир науки» / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2018, №1, Том 6 / 2018, No 1, Vol 6 <https://mir-nauki.com/issue-1-2018.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/19PSMN118.pdf>

Статья поступила в редакцию 26.01.2018; опубликована 16.03.2018

Ссылка для цитирования этой статьи:

Голубь О.В., Безрукова А.Н., Белая А.А. Влияние идентификации образа-Я на социально-психологическую адаптацию личности // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №1, <https://mir-nauki.com/PDF/19PSMN118.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Golub O.V., Bezrukova A.N., Belaya A.A. (2018). The effect of self image identification to person's social-psychological adaptation. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 1(6). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/19PSMN118.pdf> (in Russian)

УДК 159.99

Голубь Оксана Викторовна

ФГАОУ ВО «Волгоградский государственный университет», Волгоград, Россия
ФГБОУ ВО «Волгоградский государственный медицинский университет», Волгоград, Россия
Кандидат психологических наук, доцент
E-mail: golub@volsu.ru

Безрукова Анна Николаевна

НОУЧ ВО «Московский институт психоанализа», Москва, Россия
Специалист отдела дистанционного обучения
E-mail: bezrukova_annan@mail.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=636910

Белая Алина Александровна

ФГАОУ ВО «Волгоградский государственный университет», Волгоград, Россия
Магистр
E-mail: Alina.white@mail.ru

Влияние идентификации образа-Я на социально-психологическую адаптацию личности

Аннотация. Статья посвящена эмпирическому исследованию, целью которого стало выявление особенностей образа-Я, влияющих на социально-психологическую адаптацию личности. Теоретическое обоснование включает в себя краткий обзор исследуемых феноменов и обоснование теоретической концепции, в рамках которой строилось и проводилось исследование.

Одной из главных особенностей образа-Я стал процесс идентификации с идеальным образом Я. Чаще всего люди стремятся быть похожими на близких и известных людей. Те или иные образы привлекают такими чертами, которые люди хотели бы иметь сами. Это подтверждает наличие процесса идентификации.

Была выявлена связь между качествами реального и идеального образа Я. Таким образом, идеальный образ формирует идеальный образ Я посредством процесса идентификации. Само стремление к идеалу влияет на адаптивность личности: адаптивность выше, если разница между показателями реального и идеального Я меньше. Социально-психологическая адаптация личности связана с тем идеальными образами, на которые люди стремятся быть похожими.

Результаты исследования позволили нам обозначить потенциальное проблемное поле людей, обращающихся за психологической помощью, а также составить рекомендации к работе, направленной на повышение адаптивных возможностей личности.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация; социализация; идентификация; образ; образ-Я; «идеальное Я»; «реальное Я»

Личность постоянно вступает как в межличностные отношения, так и во взаимодействие с окружающей средой. Залогом успешной кооперации человека и социума является адаптированность личности. Одними из важных факторов, влияющими на процесс адаптации, являются условия жизни и деятельности [3].

В нашем исследовании мы уделили особое внимание концепции социализации. М.В. Ромм отмечает, что данный процесс является фундаментом, который становится основой для социальной адаптации. Социальная ситуация в течение жизни человека изменяется, и он либо адаптируется к изменениям, либо нет [7].

А.А. Налчаджян рассматривает социально-психологическую адаптацию через понятие онтогенетическая социализация. Под ней он понимает «...процесс взаимодействия индивида и социальной среды, в ходе которого, оказываясь в различных проблемных ситуациях в сфере межличностных отношений, индивид приобретает механизмы и нормы социального поведения, установки, черты характера и их комплексы, другие особенности и подструктуры, которые имеют адаптивное значение...» [5, стр. 26]. Такая интеграция в общество подразумевает формирование представлений или образов, касающихся окружающей действительности. Процесс социализации, а впоследствии и адаптации, не может быть успешен, если человек не познает себя. На основании этих представлений формируется образ-Я.

Одной из функций образа-Я является регулирование поведения, которая позволяет индивиду выбирать соответствующие ситуациям модели поведения, что говорит и об адаптирующей функции образа-Я. Важно отметить, что образ-Я является гибким конструктом, постоянно находящимся в «потоке сознания», то есть во взаимодействии с окружающей нас средой. В этом случае мы можем говорить, что образ-Я чутко «реагирует» на все изменения в силу своей гибкости, тем самым выполняя адаптивную функцию. Показателем успешной адаптации личности может стать целостность образа-Я [6].

Анализ научной литературы позволил сформулировать следующее определение: образ-Я – это представления человека о самом себе как о целостности, играющие важную роль в регуляции поведения и адаптации в социальной среде. Он складывается из самооценки личности, оценки значимыми другими, ценностей, установок, целей, качеств и способностей, а также то, каким человек хотел бы быть («идеальное Я») [4; 6; 8; 9]. Общество определяет те или иные образцы для подражания, с которыми отождествляет себя личность, и формирует идеальный образ-Я. Другими словами, взглянув на процесс адаптации сквозь призму связанного с ним процесса социализации, мы можем предположить, что процессы идентификации (подражания, научение через моделирование) способствуют адаптации личности, позволяя ей соответствовать требованиям общества. Об этом также упоминает Альфред Бандура в работах, посвященных теории социального научения [2].

Объекты для подражания могут обладать притягательными качествами, которые действительно могут стать частью образа-Я самой личности. С другой стороны, идеальный образ может содержать в себе такие характеристики, которые невозможно сформировать. Например, итальянский психолог Роберто Ассаджолли считает, что человек может создать некий идеальный образ совершенной личности, соизмеримый с присущими им качествами, способностями и возможностями, и претворять его в жизнь, отождествляя себя с идеальным

образом: «Для одних таким идеалом может стать художник, творец прекрасных форм, для которого искусство стало ведущей жизненной потребностью, движущим принципом существования. Для других таким идеалом может стать искатель Истины, философ, ученый. Еще для кого-то подойдет более приземленный, более личный идеал хорошего отца или матери» [1]. Автор считает, что главной задачей личности является постижение своего «истинного Я». Стремление к идеалу является основой как для успешной адаптации, так и одной из причин дезадаптации.

Таким образом, *цель исследования* состояла в выявлении особенностей образа-Я личности, влияющих на успешность адаптации.

В эмпирическом исследовании приняло участие 108 человек в возрасте от 20 до 30 лет, из них 60 женщин и 48 мужчин. Оно проводилось в три этапа.

На первом этапе было проведено пилотажное исследование в форме фокус-группы, в котором приняло участие 55 человек. Респондентам предлагалось ответить на 5 открытых вопросов: «Какие герои, на Ваш взгляд, сейчас популярны?», «Как Вы думаете, на каких героев люди хотят быть похожи?», «Опишите, какими особенностями (характеристиками) обладают эти герои?», «С каким из героев Вы могли бы себя сравнить?», «Есть ли в Вас качества, присущие этим героям?».

В ходе сетевого тематического анализа результатов фокус-группы нами были выделены организующие и генеральные темы:

- Герой-реальный человек, которая представлена деятелями искусства/науки/политики/общественности, герои войны, родственники.
- Герой-вымышленный персонаж, включающая в себя персонажей литературных произведений, персонажей литературных произведений, обладающих сверхспособностями, персонажи фильмов/мультфильмов, персонажи фильмов/мультфильмов, обладающие сверхспособностями.
- Сфера характеристик героя, которая представлена следующими организующими темами: служение чему-то/кому-то, преодоление жизненных испытаний, достижение целей, система ценностей, альтруизм, принятие себя, волевая сфера, сохранение себя, отношение с окружающими, интеллектуальная сфера, физические данные, внешние данные, индивидуальность, динамичность личности, противоречивость.
- Как выбирают героя, что представлено темами герой «для меня», герой «для всех».

Первый этап позволил составить анкету для дальнейшего исследования.

На втором этапе исследования было проведено количественное исследование влияния идентификации образа-Я с идеальными образами на успешность адаптации личности.

На третьем – интерпретационном – полученные результаты были обработаны и проанализированы.

В результате проведенного исследования было выявлено, что молодые люди в качестве образов, с которыми идентифицируют себя, выбирают реальных людей. В основном, это близкие и знакомые (родители, старшие братья и сестры, старшие друзья), те, кто внес вклад в развитие искусства/науки/общества, героев войны (А.П. Маресьев, ветераны ВОВ, солдат как собирательный образ). Также около 24 % респондентов идентифицируют себя с вымышленными персонажами из литературных произведений, фильмов и мультфильмов. Результаты представлены в таблице (таблица 1).

Таблица 1

С какими идеальными образами чаще всего идентифицируют себя студенты

Идеальные образы	Частота	%
Близкий человек или знакомый	24	28,6 %
Тот, кто внес вклад в развитие искусства/науки/общества	23	27,4 %
Герой войны	11	13,1 %
Персонажи литературных произведений	11	13,1 %
Персонажи фильмов и мультфильмов	9	10,7 %

Составлено авторами

При этом были обнаружены различия в выборе идеальных образов. Результаты, полученные в ходе использования таблиц сопряженности, представлены в таблице (таблица 2).

Таблица 2

Выбор идеальных образов в зависимости от пола

		Тот, кто внес вклад в развитие искусства/науки/общества	Герой войны	Близкий человек или знакомый	Персонажи литературных произведений	Персонажи фильмов и мультфильмов
Пол	М	17,0 %	5,7 %	15,1 %	5,7 %	1,9 %
	Ж	26,4 %	15,1 %	30,2 %	15,1 %	15,1 %

Составлено авторами

Мы видим, что мужчины склонны идентифицировать себя с известными людьми. Вероятно, мужчин привлекает статус и влияние, которыми обладают известные люди.

В свою очередь, женщины предпочитают ориентироваться на близких людей (родители, братья и сестры, старшие друзья). Возможно, девушкам важно видеть реальный пример рядом, как доказательство того, что и они могут обладать такими качествами.

Далее на основании частотного анализа нами были выявлены причины стремления к поиску идеальных образов, с которыми люди могли бы идентифицировать себя (таблица 3).

Таблица 3

Причины стремления к поиску идеальных образов

Почему люди стремятся к поиску идеального образа	Частоты	%
Людей привлекают те черты, которые они хотели бы иметь	40	57,1 %
Восхищаются тем, как другие преодолевают трудности и остаются самими собой	24	34,3 %
Потому что образец для подражания обладает противоречивыми качествами	3	4,3 %

Составлено авторами

Большинство людей привлекает в идеальных образах черты, которые они сами хотели бы иметь. Эти данные подтверждают наличие процесса идентификации образа-Я.

Мы использовали метод таблиц сопряженности, чтобы выяснить, по каким причинам мужчины и женщины выбирают те или иные идеальные образы (таблица 4).

Таблица 4

Причины выбора идеальных образов в зависимости от пола

		Служит своему делу и на благо общества	Всегда идет по своему пути	Не изменяет себе	Способен мыслить неординарно	Личность постоянно трансформируется	Может быть противоречивым
Пол	М	5,7 %	15,1 %	11,3 %	15,1 %	5,7 %	7,5 %
	Ж	41,5 %	32,1 %	24,5 %	17,0 %	3,8 %	0 %

Составлено авторами

Для мужчин привлекательны те образы, представители которых всегда идут по своему пути и способны мыслить неординарно. Вероятно, это связано со стремлением к независимости и лидирующим позициям.

Женщины в качестве идеальных образов для идентификации выбирают тех, кто служат своему делу и на благо общества. Возможно, это происходит потому, что им важно ощущать свою значимость в обществе. Но с другой стороны, их также привлекают образы тех, кто всегда следует своему пути. Однако важно отметить, чтобы служить на благо обществу, нужно во всем ему соответствовать. Следовательно, здесь прослеживается некое противоречие.

Следующим шагом к подтверждению нашей гипотезы стал поиск ответа на вопрос, влияет ли стремление к идеалу на адаптацию личности. Для этого, мы провели однофакторный дисперсионный анализ.

Таблица 5

Влияние стремления к идеалу на адаптацию личности

Стремление к идеалу	Сила	Уровень статистической значимости
Адаптивность	3,313	0,045

Составлено авторами

Таким образом, было подтверждено, что стремление к идеалу действительно влияет на адаптивность личности. Обратимся к графику (рис. 1), здесь мы видим, что менее всего адаптивны те, кто не определился, нужно ли стремиться к идеалу, и хочет ли он быть на кого-то похожим. Вероятно, это связано с неясными представлениями о самом себе и о своем положении в обществе.

Успешнее адаптированы те, кто стремится или не стремится к идеалу. Скорее всего, личность, которая не стремится к идеалу, находится в гармонии с собой, поэтому не испытывает трудностей при взаимодействии с обществом.

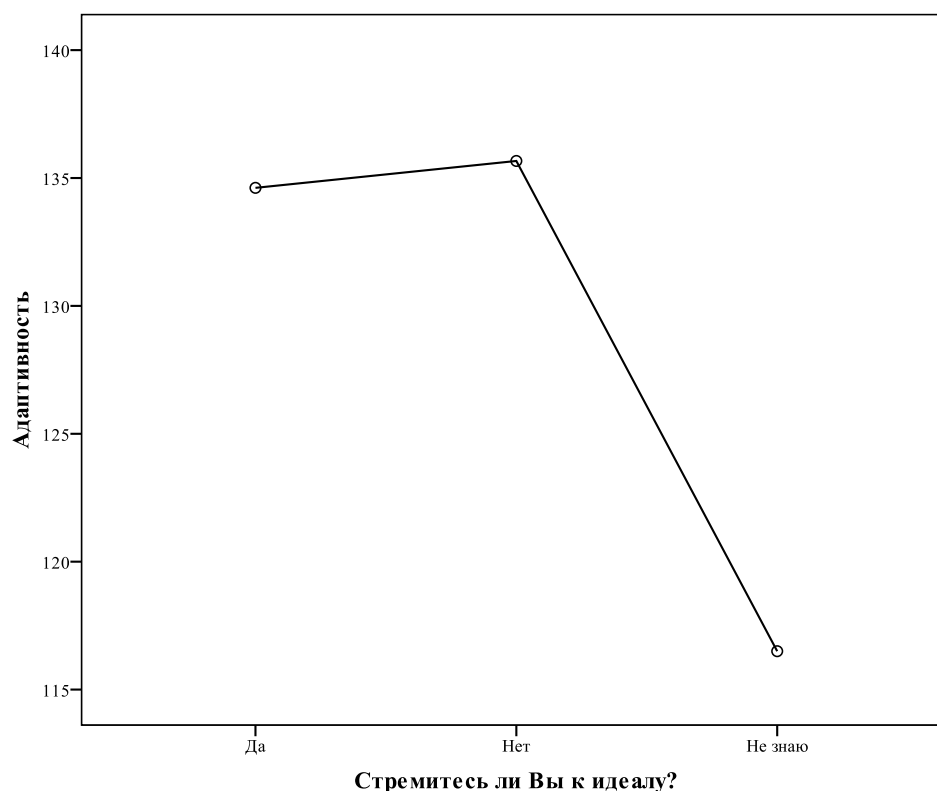


Рисунок 1. Влияние стремления к идеалу на адаптацию личности (составлено авторами)

В нашем исследовании респондентам предлагалось оценить с помощью составленного семантического дифференциала качества идеального образа, на который они хотели бы равняться, быть похожими. Также необходимо было оценить себя по тем же характеристикам. Далее был проведен сравнительный анализ средних значений качеств «реального Я» и «идеального Я» (таблица 6).

На основании полученных результатов мы можем утверждать, что существует связь между качествами реального и идеального образа Я. Средние значения качеств образца для подражания соотносятся с оценками реального образа Я.

Таблица 6
Различия между качествами, присущими реальному и идеальному образу Я

№ п/п	Качества образа-Я и «идеального Я»	Среднее значение	Уровень статистической значимости
1	Целеустремленный («идеальное Я») / Целеустремленный (образ-Я)	6,72 / 5,68	0,000
2	Проходит через трудности («идеальное Я») / Проходит через трудности (образ-Я)	6,49 / 5,25	0,000
3	Добивается своих целей («идеальное Я») / Добивается своих целей (образ-Я)	6,49 / 5,58	0,000
4	Оптимист («идеальное Я») / Оптимист (образ-Я)	5,94 / 5,40	0,006
5	Альтруистичный («идеальное Я») / Альтруистичный (образ-Я)	5,40 / 4,87	0,022
6	Уверенный («идеальное Я») / Уверенный (образ-Я)	6,49 / 5,13	0,000
7	Не изменяет своим принципам («идеальное Я») / Не изменяет своим принципам (образ-Я)	5,87 / 5,49	0,024
8	Решительный («идеальное Я») / Решительный (образ-Я)	6,36 / 5,09	0,000
9	Мужественный («идеальное Я») / Мужественный (образ-Я)	6,26 / 4,96	0,000
10	Независимый («идеальное Я») / Независимый (образ-Я)	6,21 / 5,09	0,000
11	Ответственный («идеальное Я») / Ответственный (образ-Я)	6,43 / 5,72	0,001
12	Остроумный («идеальное Я») / Остроумный (образ-Я)	5,79 / 5,36	0,010
13	Сильный («идеальное Я») / Сильный (образ-Я)	6,25 / 5,09	0,000
14	Харизматичный («идеальное Я») / Харизматичный (образ-Я)	6,17 / 5,47	0,001
15	Спонтанный («идеальное Я») / Спонтанный (образ-Я)	3,81 / 4,45	0,012
16	Добродетельный («идеальное Я») / Добродетельный (образ-Я)	5,98 / 5,49	0,002
17	Эмоциональный («идеальное Я») / Эмоциональный (образ-Я)	4,68 / 5,85	0,000

Составлено авторами

Однако идеальный образ оценивается несколько выше по большинству параметров. Исключением являются параметры «спонтанный» и «эмоциональный» – здесь наблюдается обратная тенденция. Скорее всего, в своем идеале респонденты стремятся быть более стабильными, эмоционально устойчивыми. Другими словами, образец для подражания формирует идеальный образ Я за счет механизма идентификации.

В нашем исследовании одной из переменных, которая может служить показателем адаптации личности, была выбрана разница между оценками идеального и реального Я. Это отличие может влиять как положительно, так и отрицательно, а фактическая величина переменной будет отражать несоответствие идеального и реального Я.

Для выявления взаимосвязи между адаптивностью или дезадаптивностью и этих различий был проведен корреляционный анализ. Результаты представлены в таблице (таблица 6).

Таблица 6
Взаимосвязь адаптации с показателями различий реального и идеального образа Я

	Адаптивность	Дезадаптивность
Отзывчивый Δ	-0,308*	0,236
	0,025	0,088
Сильный Δ	-0,198	0,341*
	0,155	0,012
Уверенный Δ	-0,304*	0,369**
	0,027	0,007

Составлено авторами

По результатам, приведенным в таблице, мы можем говорить о том, что адаптивность тем успешнее, чем меньше разница между показателями реального и идеального Я, в частности по параметрам «отзывчивый», «сильный», «уверенный». Большое различие между реальным и идеальным образом Я (в первую очередь по показателям «силы» и «уверенности») приводит к дезадаптации.

Одной из причин, объясняющих наличие значимых различий в этих образах Я, стало предположение о выборе личностью того или иного идеального образа для идентификации с ним.

Как видно на графике (рис. 2), выбор тех или иных идеальных образов влияет на успешность адаптации личности.

Мы видим, что адаптивность ниже у тех, кто идентифицирует себя с персонажами фильмов или мультфильмов, обладающими сверхспособностями.

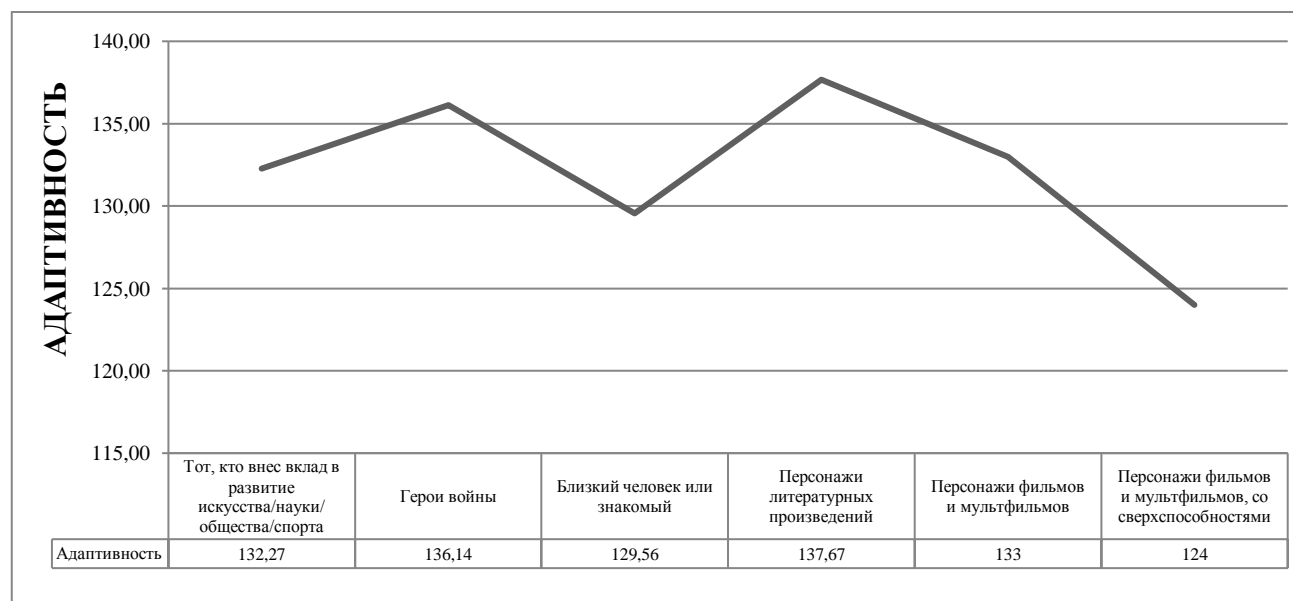


Рисунок 2. Влияние выбора образца для подражания на успешность адаптации личности (составлено авторами)

Вероятно, здесь имеется связь с невозможностью достижения этого идеала (например, обладать такой силой), следовательно, наблюдается большое различие между реальным и идеальным образом Я.

Успешнее адаптированы те, кто стремится быть похожим на персонажей литературных героев. Скорее всего, это происходит по той причине, что в литературных произведениях описаны положительные и отрицательные образы людей. Их поступки, качества, взаимоотношения с окружающими предоставляют основу для создания идеального образа, к которому нужно стремиться.

Также более адаптивны люди, которые выбрали героев войны. Возможно, люди осознают, что это герой войны – это идеальный образ, обладающий выдающимися чертами, с убеждениями и целями, стремящийся защищать и помогать ближнему. Однако то, что образ является реальным, делает его достижимым. Итак, идентификация с героями войны повышает адаптивные возможности личности.

Таким образом, проведенное исследование подтвердило нашу гипотезу о том, что личность успешнее адаптируется, если меньше различие между идеальным и реальным образом Я.

В основном люди стремятся быть похожими на реальных людей. Чаще всего идеальными образами, с которыми люди отождествляют себя, становятся близкие и известные люди. Также выделяют героев войны.

Для подражания человек выбирает личности с такими чертами, которые сам хотел бы иметь, что подтверждает процесс идентификации.

Стремление к идеалу влияет на успешность адаптации личности. Если человек старается походить на близких людей (родителей, братьев и сестер, старших друзей) или героев литературных произведений (Данко, Джейн Эйр, Шерлок Холмс), это, с одной стороны, заставляет его стремиться быть лучше, с другой стороны, повышает его адаптивность. В этом случае успешная адаптация объясняется «реальностью» объектов для подражания, то есть человек понимает, что достижение такого идеала возможно. При этом такие идеальные образы чаще выбирают для себя представители женского пола.

Выбор персонажей фильмов, обладающих сверхспособностями (Бэтмен, Человек паук, Супермен), в качестве образца для подражания снижает адаптивные возможности личности. Вероятно, это происходит из-за невозможности достижения такого идеала. Например, желаемым качеством является «сила», но человек не сможет обрести такую силу, которой обладают вымышленные герои. Это приводит к большой разнице между реальным и идеальным образом Я, что снижает успешность адаптации.

Рекомендации. Результаты эмпирического исследования позволяют нам составить рекомендации для повышения адаптивных возможностей.

На наш взгляд, проблемное поле людей, обращающихся за психологической помощью, можно охарактеризовать следующим образом:

- Заниженная самооценка;
- Несоответствие ожиданий и реальности;
- Уход от проблем;
- Трудности в межличностных отношениях;
- Нарушения в ролевом поведении.

Основными направлениями работы являются психологическое консультирование и групповая работа (тренинг). Для достижения наибольшей эффективности желательно совмещение этих двух направлений. Психологическое консультирование позволяет проработать внутренние страхи, конфликты, выявить несоответствие Я-реального и Я-идельного. Групповая работа дает возможность смоделировать ситуации, в которых человек сможет посмотреть свои возможности. Кроме того, групповая форма помогает осознать человеку, то каким его видят окружающие, какой он есть на самом деле. Также будет продуктивно использовать домашние задания. Зачастую завышенные представления связаны с невозможностью реализовать желания или отсутствием навыков достигать поставленной цели.

При значимом несоответствии образов реального и идеального Я, рекомендуется работать с идеальным образом. Если человек стремится походить на вымышленного персонажа, обладающего сверхспособностями (например, Бэтмен, Человек паук), это приведет к снижению самооценки, скорее всего, даже к неприятию себя. Так как в реальности невозможно обладать определенными чертами, в той степени, в которой они присущи эталонам для подражания.

Если человек не определился, нужно ли стремиться к идеалу, это может говорить о неясных представлениях о себе. В рамках клиент-центрированной терапии акцент делается на терапевтических отношениях. Создается благоприятная атмосфера для клиента, где он может безбоязненно изучать свой внутренний мир и «дополнять» свой образ-Я.

На наш взгляд, в рамках психологического консультирования можно использовать техники из гештальт-терапии и когнитивной терапии.

Одной из основных процедур в гештальт-терапии является расширение осознания. Такие упражнения позволяют личности объективно видеть происходящее вокруг и лучше понимать свои чувства и эмоции. Можно предложить клиенту упражнения, предлагающие представить себя в ситуации, противоположной обычной, где клиенту присущи абсолютно противоположные черты, желания, цели, достижения. Может быть полезна работа с реальным и идеальным образом Я через образ имени. В гештальт-терапии часто используются упражнения, связанные с идентификацией. В упражнениях клиенту предлагается подумать о своих конкретных чертах или моделях поведения и задать себе вопрос, подражая кому, клиент их обрел; одобряет он эти черты или нет. Другой вид упражнений предлагает отметить, как часто клиент отождествляет себя с персонажами фильмов, книг, спектаклей, с какими именно действующими лицами и по какой причине.

В когнитивной терапии внимание уделяется отработке приемов объективного оценивания и самооценивания поведенческих стереотипов. Другими словами, устраняются нелогичные, ложные суждения (представления), относящиеся к самому клиенту и тому, что его окружает. Использование техник, присущих когнитивной терапии, дает возможность акцентировать внимание клиента на себе, тем самым показывая ему либо невозможность достичь идеала (например, если образцом для подражания был выбран Бэтмен или Человек паук), либо открывая ему ресурсы для достижения и приближения желаемого.

Таким образом, сочетание психологического консультирования и методов групповой работы наиболее эффективны при решении такого рода проблем. В рамках психологического консультирования можно использовать техники из гештальт-терапии и когнитивной терапии.

Гештальт-терапия. Акцент делается на речи клиента. Важно научить человека объективно оценивать себя и окружающих. Работа с идеальным и реальным Я ведется через образы. Это может быть работа с именем клиента или конкретный образ, с которым он себя идентифицирует.

Когнитивная терапия. Устраняются ложные убеждения клиента, относящиеся к нему и окружающим. Определяются убеждения клиента, его ожидания. Разрабатываются контраргументы на каждое ложное суждение клиента. Такая работа позволяет открыть клиенту имеющиеся ресурсы, или показывает невозможность достижения выбранного идеала.

Выводы

1. Чаще всего люди стремятся быть похожими на близких и известных людей, героев войны. Мужчины склонны выбирать известных людей в качестве идеальных образов. Женщины стремятся быть похожими на близких людей.
2. В идеальных образах людей привлекают черты, которые они сами хотели бы иметь. Этот факт подтверждает наличие процесса идентификации образа-Я.
3. Существует связь между качествами реального и идеального образа Я. Это подтверждает, что идеальный образ формирует идеальный образ Я за счет механизма идентификации. Так, собирательный идеальный образ обладает следующими характеристиками: это сильная, независимая, целеустремленная, уверенная в себе личность, добивающаяся поставленных целей, не смотря на трудности, рассудительная и хладнокровная.
4. Стремление к идеалу влияет на адаптивность. Так, адаптивность личности тем успешнее, чем меньше разница между показателями реального и идеального Я. При этом, адаптивность связана с теми идеальными образами, которые люди выбирают в качестве образцов для подражания и которые формируют идеальное Я. Ниже она у лиц, кто стремится быть похожим на персонажей фильмов, обладающих сверхспособностями (Бэтмен, Человек паук). Выше у тех, кто выбрал персонажей литературных героев и героев войны в качестве идеального образа, с которым отождествляют себя.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ассаджоли, Р. Психосинтез: теория и практика. – М.: Эксмо-Пресс, 2002. – 416 с.
2. Бандура А. Теория социального научения. – СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
3. Зотова О. И. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности // Психологические механизмы регуляции социального поведения. – Москва, 2008. – С. 219-232.
4. Кон И.С. Открытие «Я». – М.: Политиздат, 1990. – 240 с.
5. Налчаджян А.А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. – М.: Эксмо, 2010. – 368 с.
6. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия. – М.: Рефл-бук, 1997. – 320 с.
7. Ромм М.В. Социальная адаптация личности как объект философского анализа: автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. философ. наук (09.00.01). – Томск, 2003. – 47 с.
8. Фрейд З. Я и Оно. – М.: Эксмо-Пресс, 2002. – 864 с.
9. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. – М.: Флинта, 2006. – 342 с.

Golub Oksana Viktorovna

Volgograd state university, Volgograd, Russia
Volgograd state medical university, Volgograd, Russia
E-mail: golub@volsu.ru

Bezrukova Anna Nikolaevna

Moscow institute of psychoanalysis, Moscow, Russia
E-mail: bezrukova_annan@mail.ru

Belaya Alina Alexandrovna

Volgograd state university, Volgograd, Russia
E-mail: Alina.white@mail.ru

The effect of self image identification to person's social-psychological adaptation

Abstract. The current article dwells on empiric research. The main goal of the research was to understand peculiarities of self-image that have an effect to person's social-psychological adaptation. The theoretical background includes a brief review of phenomena under study.

The results reveal the self-image main peculiarity that is the process of identification with the ideal self-image. People frequently tend to be reminiscent of family members, close friends and famous people. Those ideal figures (or role models) have attractive characteristics that people want to have themselves. This fact confirms the identification process' existence.

Moreover, there is a strong connection between features of real and ideal self-images. Hence, role models' ideal images build the ideal self-image through the identification process. The tendency of becoming the ideal version of self affects person's adaptability. The lower discrepancies between real and ideal self, the higher adaptability is. Person's social-psychological adaptation is correlated with particular role models chosen.

According to the results given, we were able to defy the problematic field of those who search for professional psychological help. Moreover, recommendations for increasing a person's adaptability were compiled. All the results may be used in psychological counseling.

Keywords: social-psychological adaptation; socialization; identification; image; self image; ideal self; real self