**ОТЧЕТ**

**о выполнении**

**НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОГО ПРОЕКТА**

**по теме:**

**«Образ тела и отношение к своему телу у подростков»**

В результате проведенного исследования были сделаны следующие **выводы:**

1. Установлено, что более половины девушек (54,6%) выраженно не удовлетворены собственным телом, что является фактором риска по депрессивной симптоматике, низкой самооценке, тревожности, по пищевым нарушениям.

2. Установлено, что неудовлетворенность своим телом в подростковом возрасте обратно связана с общей самооценкой и с самооценкой по многим параметрам:

2.1. Для подростков, неудовлетворенных собственным телом (независимо от пола и возраста), характерны более низкие показатели самооценки. Это касается в первую очередь оценки характера, собственного авторитета, внешности и уверенности в себе.

2.2. У юношей уровень самооценки и уровень притязаний приближены друг к другу, у юношей, неудовлетворенных собственным телом, уровень притязаний ниже, чем у юношей, удовлетворенных собственным телом.

2.3. У девушек, неудовлетворенных собственным телом отмечается существенное различие между уровнем притязаний и самооценкой, особенно по шкалам: «внешность» и «уверенность в себе». Это говорить о том, что идеальный образ представляется им не достижимым, что может приводить к проявлению депрессивной симптоматики, тревожности и др.

2.4. Не выявлено значимых различий по неудовлетворенности телом между старшими и младшими подростками.

3. Установлено, что существует различие по показателям толерантности к неопределенности у подростков, удовлетворенных и неудовлетворенных собственным телом.

3.1. Подростки, неудовлетворенные собственным телом, менее эффективны в условиях неопределенности, им присуще стремление к ясности, устойчивости и привычным ситуациям, к избеганию неопределенности. Неопределенные ситуации могут вызывать у них дискомфорт, восприниматься, как источник угрозы. Подростки, удовлетворенные собственным телом, более толерантны к новизне, предпочитают сложные задачи.

3.2. Установлены возрастные различия по показателям толерантности к неопределенности. Так, старшие подростки в целом в большей степени устойчивы к неопределенным ситуациям, чем младшие подростки. Старших подростков в меньшей степени пугают сложные задачи, у них нет страха перед неопределенными ситуациями. В отличие от старших, младшие подростки в большей степени склоны к избеганию ситуаций неопределенности.

3.3. Показано, что существуют различия между мальчиками и девочками по отношению толерантности к неопределенности. У мальчиков, удовлетворенных и неудовлетворенных собственным телом, различие по отношению к новизне и ситуациям неопределенности наиболее выражено в младшем подростковом возрасте. Мальчики младшего подросткового возраста, удовлетворенные телом, более толерантны к новизне и сложным задачам, чем неудовлетворенные телом. У девочек, удовлетворенных и неудовлетворенных собственным телом, значимые различия по толерантности к неопределенности обнаружено в старшем подростковом возрасте. Девочки, старшего подросткового возраста, удовлетворенные телом, чаще отдают предпочтение новым ситуациям.

В настоящем исследовании показано, что 54,6% девушек подросткового возраста характеризуются выраженной неудовлетворенностью собственным телом. Среди юношей количество человек с выраженной неудовлетворенностью телом значительно меньше и составляет 24,6%. Указанное соотношение удовлетворенных и неудовлетворенных собственным телом подростков подтверждает выводы многих исследований, в которых отмечалось, что девушки-подростки более критично относятся к собственному телу, внешности и чаще демонстрируют выраженную неудовлетворенность телом. Высокая неудовлетворенность телом в подростковом возрасте объясняется, с одной стороны, быстрыми физиологическими изменениями, которыми характеризуется подростковый возраст (изменение пропорций тела под влиянием половых гормонов и гормонов роста). С другой стороны, влиянием СМИ.

На основании полученных данных можно говорить, о том, что подростки, удовлетворенные телом, более толерантны к новизне, чем подростки, неудовлетворенные своим телом. Удовлетворенные телом подростки предпочитают неопределенные ситуации и сложные задачи, то есть, задачи, которые предполагают выбор, в отличие от подростков с выраженной неудовлетворенностью телом. Результаты регрессионного анализа подтвердили наличие связи между выраженностью неудовлетворенности собственным телом и интолерантностью к неопределенности. Было выявлено, что выраженная неудовлетворенность собственным телом может быть предиктором негативного отношения к новизне и способствовать избеганию ситуаций неопределенности. Заметим, что способность относиться толерантно к неопределенности является очень важным качеством для современного человека, а тем более, подростка. Подростковый возраст – это возраст обретения идентичности, осуществления выборов почти во всех сферах жизни – в учебе, будущей профессии, любви, семье. Сделать это особенно трудно в условиях нестабильного, постоянно изменяющегося мира, где границы внутри этих сфер все время размываются. Существующие эмпирические исследования говорят о том, что толерантное отношение к неопределенности является более продуктивным для личностного развития, развития самостоятельности, стремления к достижениям, устойчивости к стрессу. Таким образом, подтвердилась наша гипотеза о том, что удовлетворённость собственным телом, принятие его, ощущение телесного комфорта связано с толерантностью к неопределенности, новизне, готовности к риску.