

Секция «Актуальные проблемы психологии спорта и здорового образа жизни»

Образ тела у юношей и девушек, занимающихся спортивными танцами

Научный руководитель – Фролова Юлия Геннадьевна

Разнова Яна Сергеевна

Студент (бакалавр)

Белорусский государственный университет, Факультет философии и социальных наук,
Кафедра психологии, Минск, Беларусь
E-mail: ms.razhnova@mail.ru

Формирование представлений о собственном Я происходит в результате взаимодействия человека с окружающей средой. Молодые люди и девушки оказываются включенными в ряд различных деятельностей, которые способны выступать дополнительными способами самореализации. Сюда можно отнести занятие спортом, танцами и пр [4].

Являясь структурой самосознания и личности, образ тела подвержен влиянию различных факторов [6]. В то же время, субъект склонен оценивать свое тело опираясь на взаимодействие с окружающим миром [7]. В данной работе рассматриваются особенности формирования представлений о собственном теле на примере юношей и девушек, занимающихся спортивными (бальными) танцами. Выбор данного вида спорта обусловлен прежде всего тем, что спортивные танцы сочетают в себе физические и эстетические компоненты. Важной отличительной чертой этого вида спорта является его гендерная неспецифичность, так как танец невозможен без участия партнеров обоих полов. Известные нам исследования образа тела у спортсменов не рассматривают вопроса о различии самоотношения у юношей и девушек, приобщенных и не приобщенных к спорту [2], [4]. На наш взгляд этот аспект является важным, так как оценка тела влияет на формирование самосознания, в том числе и самоотношения. (Р. Бернс, У. Джеймс, Н. Рамси, Д. Харкорт и др.) [3].

Цель исследования: дать характеристику образа тела, а также самоотношения у юношей и девушек, занимающихся спортивными танцами.

В работе были использованы количественные методы сбора и анализа данных. Сбор эмпирического материала проводился с помощью опросника «Оценочно-содержательная интерпретация компонентов внешнего облика», разработанного Е.В. Белугиной и В.А. Лабунской [1] и методики исследования самоотношения, разработанной Р.С. Пантеевым [5].

Выборка состояла из двух групп: экспериментальной и контрольной. Экспериментальную группу составили спортсмены, представители спортивно-танцевальных клубов Республики Беларусь, всего 60 человек. Контрольную группу составили студенты Белорусского государственного университета, всего 60 человек.

Были выявлены статистически значимые различия между показателями экспериментальной и контрольной групп по следующим шкалам образа тела: «оценка лица» ($p \leq 0,01$); «оценка тела» ($p \leq 0,01$); «оценка оформления внешнего облика» ($p \leq 0,01$); «оценка отраженной внешности» ($p \leq 0,01$). Респонденты экспериментальной группы продемонстрировали более высокие показатели по перечисленным параметрам.

Для более полного анализа образа тела, нами было проведено сравнение женской и мужской частей выборки. Несмотря на то, что существуют значимые различия в восприятии собственного тела спортсменами и не спортсменами, нельзя исключать тот факт, что существуют гендерные особенности оценки тела. Были обнаружены статистически значимые различия уровня удовлетворенности собственным телом среди девушек экспериментальной и контрольной групп по двум показателям образа тела: «оценка тела» ($p \leq$

0,01); «оценка оформления внешнего облика» ($p \leq 0,05$). Юноши из экспериментальной группы продемонстрировали более высокие показатели, чем юноши из контрольной группы по четырем шкалам образа тела: «оценка лица» ($p \leq 0,01$); «оценка тела» ($p \leq 0,01$); «оценка оформления внешнего облика» ($p \leq 0,01$); «оценка отраженной внешности» ($p \leq 0,05$).

Также статистические значимые различия были выявлены между респондентами экспериментальной и контрольной групп по следующим показателям самоотношения: «замкнутость» ($p \leq 0,05$); «самоуважение» ($p \leq 0,05$); «саморуководство» ($p \leq 0,05$). В экспериментальной группе были более высокие средние показатели по перечисленным шкалам.

Результаты проведенного исследования позволяют увидеть степень различия самоотношения и образа тела у юношей и девушек, приобщенных и не приобщенных к спорту, а также расширяют существующее представление о взаимосвязях самоотношения личности и образа тела.

Источники и литература

- 1) Белугина, Е.В. Отношение к своему внешнему облику в период середины жизни: дисс. кан-та псих. наук: 19.00.05 / Е.В. Белугина. – Ростов-на-Дону, 2003. – 199 л.
- 2) Богданова, В.С. Образ тела студента-спортсмена и студента-психолога. Материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых специалистов "Психология XXI века" 22–24 апреля 2005 года / Под редакцией В.Б. Чеснокова – СПб., 2005, с. 17-20.
- 3) Варлашкина, Е.А. Личностные предикторы удовлетворенностью образом физического Я у женщин в период зрелости: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук: 19.00.01 / Е.А. Варлашкина. – Омск, 2015. – 170 с.
- 4) Коломиченко, Е.В. Особенности физического и эстетического восприятия Я-образа у девушек, занимающихся черлидингом: материалы научной конференции «Ломоносов 2015»: секция «психологии здоровья и психологии спорта». – Москва, 2015. 3с.
- 5) Пантилеев, С. Р. Методика исследования самоотношения. – М.: Смысл, 1993. – 32 с.
- 6) Татаурова, С. С. Актуальные проблемы исследования образа тела / С. С. Татаурова // Психологический вестник Уральского государственного университета. Вып. 8. – Екатеринбург: [Изд-во Урал. ун-та], 2009. – С. 142–154.
- 7) Cash, T.F. Body image / T.F. Cash, T. Pruzinsky // A A handbook of theory, research, and clinical practice, New York: Guilford Press, 2002. – 306 p.