

Гудзенко Е.А., студ. гр. 220 Э ФТБКиСИ
БГУКИ
Научный руководитель – Гудзенко Л.Г.,
ст. преподаватель

ОСОБЕННОСТИ СТАНОВЛЕНИЯ ОБРАЗА ТЕЛА У ЗАНИМАЮЩИХСЯ ХОРЕОГРАФИЕЙ

В большинстве исследований образ тела рассматривается в качестве одного из важнейших компонентов самосознания. В процессе развития образ тела органически включается во все звенья структуры самосознания. По мнению И.С. Кона, тело – не простая физическая, природная данность, а социальный конструкт, поэтому немалую роль в формировании собственного телесного восприятия играет то социальное окружение, среда, в которой происходит процесс становления образа тела [3]. Тело вносит очень большой вклад в целостное ощущение собственного Я. Важно то, как мы воспринимаем собственное тело. Подспудно, восприятие тела и отношение к телу сильно влияет на нашу самооценку. Тело одновременно является иместилищем «Я» и объектом, с которым «Я» имеет взаимоотношения.

В современных исследованиях выделяются три уровня представления о своем теле: «схема тела», «образ тела» и «концепция тела». Многочисленные клинические исследования показали, что существует позитивная взаимосвязь схемы тела и представления о «Я», а также образа тела и образа «Я». Мы предположили, что степень удовлетворённости собственным телом и отдельными его частями зависит от профессиональной направленности.

В исследовании приняли участие 32 человека: 10 юношей и 22 девушки. Все они студенты БГУКИ, второго и третьего курса – хореографы и музыканты. Мы модифицировали ряд методик исследований образа тела и предлагали испытуемым заштриховать контурный рисунок тела человека. Для оценки результата предварительно они заштриховывали геометрические фигуры – круг, треугольник, квадрат и перевернутый треугольник. Если часть тела заштриховывалась так же как круг, мы считали, что с этой частью

тела у испытуемого гармоничные, доброжелательные отношения, если так же как квадрат – то отношение к этому участку тела гармоничное, «рабочее», как к добротному проверенному инструменту. Штриховка идентичная треугольнику интерпретировалась как область постоянного контроля и управления, а идентичная перевернутому треугольнику как тревожная зона, зона внутренней проработки, дискомфорта.

В прилагаемой анкете испытуемые оценивали по пятибалльной шкале отдельные участки своего тела. Эти показатели сравнивались с особенностями штриховки.

Не все респонденты выполнили это задание так, чтобы результат можно было интерпретировать. Видимо, необходимо давать более четкую инструкцию и при следующей диагностике не просто просить заштриховать фигуры и силуэт, а просить заштриховать разным способом и при штриховке силуэта пользоваться только этими четырьмя вариантами. И все же нам удалось заметить наличие связи между анкетными данными и особенностями штриховки. Например, Игорь (24 года) все параметры своего тела оценил на 5 баллов, 18 лет занимается футболом и считает этот спорт своей второй профессией. Все тело он заштриховал так же как и квадрат, т.е. гармоничное, рабочее отношение, но ноги и голова заштрихованы гуще и с большим нажимом. Анна (21 год) оценивает свое тело на 4-5 баллов, заштриховывает почти все тело так же как круг, т.е. полная гармония, и только область ягодиц штрихуется так же как перевернутый треугольник, т.е. область дискомфорта. Ниже других частей тела (на 4) у нее оценены и лицо, и руки, ноги, грудь, ягодицы, но в вопросе «Что бы Вы хотели подправить, если бы считали это возможным, приемлемым?» она указала только ягодицы.

Стоит отметить, что большинство опрошенных оценивают части своего тела достаточно высоко, в среднем на 4-5 баллов, мужчины чаще, чем девушки оценивают все части одной оценкой. Широкая дифференциация оценок встречалась только у девушек-музыкантов, что не подтверждает данные исследования С.О.Филатовой [2] о более широкой дифференциации

оценок параметров своего тела у занимающихся танцами. Нам, к сожалению, не удалось сравнить результаты с данными тех студентов, которые не занимаются ни танцами, ни спортом. Их просто не оказалось в нашей выборке. Девушки-музыканты все из 316А (с) группы, готовясь к профессии эстрадного вокала, как минимум 3 года занимаются хореографией на специальных занятиях. Все юноши-музыканты оказались спортсменами со стажем около 10 лет.

Но в целом можно отметить, что девушки чаще держат под контролем переднюю часть своего тела (треугольник), а к задней части относятся как к рабочей зоне (квадрат). Юноши равнозначно и переднюю и заднюю часть тела считают рабочей зоной. А вот что касается головы, то здесь заметны различия. Девушки использовали все варианты геометрических фигур для штриховки лица в равной степени, а затылок, что можно интерпретировать как интеллектуальную зону, в подавляющем большинстве заштриховывали как круг, т.е. вполне гармонично сосуществуют со своим интеллектом. Немногие из них руководят или контролируют эту зону (оба треугольника) и ни одна не считает ее рабочим органом (нет квадратов). У юношей картина другая. Лицо для них – полная гармония, а затылок – рабочая зона. Только один юноша заштриховал затылок как область управления и контроля.

Среди причин выбора занятий хореографией или спортом самым распространенным ответом был «привели родители», и только у девушек-музыкантов основным мотивом было самосовершенствование. Только один юноша из всей выборки пришел в бальные танцы «за компанию». На вопрос «Если бы время повернулось вспять, Вы занимались бы танцами (спортом)?» почти все ответили «Да, ведь это так прекрасно». Только три человека выбрали вариант «Да, в моей ситуации другой альтернативы не было». Двое юношей-музыкантов выбрали ответ «Нет, жаль потраченного времени, лучше бы занялся математикой, иностранным языком или др.».

На вопрос, повлияли ли эти занятия на восприятие своего тела, только 2 человека ответили отрицательно. Самый распространенный ответ – «я стал

обращать на него внимание». На втором месте – «моя самооценка выросла». Самыми выигрышными частями своего тела и юноши и девушки чаще всего называли улыбку и глаза.

В завершении нашего опроса мы просили проранжировать 10 утверждений, пытаясь выяснить место телесного образа Я в системе ценностей. Оно оказалось на последнем месте как у юношей, так и у девушек. Среди прочих ценностей выражение «Красивое, сильное тело неперемное условие жизненного благополучия» 25% девушек поставили на первое место, 30% на второе и 45% на третье. Юноши поставили его на первое место 0%, на второе 33% и на третье 67%.

Телесный образ Я, или образ тела – одна из глубинных и базовых структур личности, влияющая на всю личность в целом и на ее движение по жизненному пути. Образ тела формируется у человека на протяжении всей жизни под влиянием различных факторов, как внешних, так и внутренних [1]. Таким образом, образ тела является важной составной частью знаний о себе и самовосприятия и оказывает значительное влияние на чувства, мысли и поведение человека в течение всей жизни. Нам не удалось выяснить особенности становления образа тела у занимающихся хореографией, но мы убедились, что это возможно и нашу методику можно использовать всего лишь расширив контингент опрашиваемых.

Список использованной литературы:

1. Николаева, В.В., Арина, А.Г. Клинико-психологические проблемы психологии телесности // Психологический журнал, 2003, том 24, № 1, – С. 119-126.
2. Филатова, С.О. Образ тела и самоотношение женщин, занимающихся танцами // [http://www.psydiplom.ru/index.php?title=Филатова С.О. \(2010\) Образ тела и самоотношение у женщин, занимающихся танцами.](http://www.psydiplom.ru/index.php?title=Филатова_С.О._%282010%29_Образ_тела_и_самоотношение_у_женщин,_занимающихся_танцами)

Дата доступа: 16.04.2012.

3. Тхостов, А.Ш. Психология телесности: Учеб. пособие для студентов / А.Ш. Тхостов – М., Смысл, 2002. – 287 с.

РЕПОЗИТОРИЙ БГУКИ