

Секция «Психология личности: вызовы, сложности, неопределенности и разнообразия»

## Влияние современного танца на формирование образа телесного Я

*Коваленко Полина Евгеньевна*

*Студент (специалист)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра психологии личности, Москва, Россия

*E-mail: Milvusha@yandex.ru*

В последние десятилетия в России наблюдается особый интерес к научным исследованиям в сфере танцев и танцевальной терапии. Танец как одно из проявлений человеческой жизни сформирован на стыке телесного и психического: танцуя, человек определенным образом выражает себя и воспринимает мир вокруг. В танце формируется наше телесное (или физическое) Я, которое играет немаловажную роль во всех остальных сферах нашей жизни. Анализируя формирование телесного Я в современном танце и самовосприятие человека в нем, мы можем найти много информации для понимания того, как этот феномен телесного Я существует и развивается, какие факторы на него влияют.

В основу данного исследования легло представление о том, что танец способен влиять на формирование телесного Я и, как следствие, видоизменять представление людей о себе, их эмоциональное и физическое состояние.

В настоящем исследовании предпринимается попытка изучения особенностей влияния современного танца на формирование телесного Я у профессиональных танцоров и людей, занимающихся танцами «для души», то есть танцоров-любителей.

**Объектом** исследования являются переживания девушек в возрасте 18-25 лет, занимающихся танцами на профессиональном и любительском уровнях.

В качестве **предмета** исследования выступает образ телесного Я у девушек в возрасте 18-25 лет, занимающихся танцами на профессиональном и любительском уровнях.

### **Гипотеза исследования:**

Существуют различия в формировании телесного Я у профессиональных танцоров и танцоров-любителей.

### **Методы исследования:**

1. Стандартизованное интервью;
2. ШУСТ (шкала удовлетворенности собственным телом по О. А. Скугаревскому);
3. МИСОФ (методика исследования самоотношения к образу физического Я).

### **Результаты:**

Респондентам в стандартизованном интервью было предложено назвать ассоциации на слово «танец», при рассмотрении которых с помощью категориального анализа были обнаружены следующие результаты:

- Эмоциональная наполненность занятий танцами у танцоров-любителей оказывается выше, чем у тех, для кого танцы связаны в большей степени с профессиональной деятельностью (исходя из количества слов в категории «слова, связанные с эмоциями»);
- У танцоров любителей вовсе не представлена категория «слова, связанные с необходимостью прилагать усилия, в отличие от профессиональных танцоров»;

- Для танцоров любителей занятие танцами имеют большую семантическую наполненность, чем для профессиональных танцоров;

Также при анализе интервью обнаруживается, что в 100% случаев физические данные влияют на профессиональную сферу жизни у профессиональных танцоров, что является хоть и логичным выводом, но не менее важным для понимания следующих результатов.

В методике исследования самоотношения к физическому Я респондентом предлагалось оценить отдельные параметры своего тела в сравнении с условно другими людьми. При этом оценка профессиональными танцорами своего физического (телесного) Я в сравнении с другими людьми оказалась выше, чем такая же оценка танцоров-любителей. Это, вероятно, говорит о том, что профессиональные танцоры отдают себе отчет в том, что они являются физически более развитыми, чем другие люди, что связано с постоянными занятиями спортом и танцами. В этой совокупной оценке значимыми оказываются также оценки силы и гибкости в сравнении с другими. При этом оценка танцоров - любителей оказывается ниже, но тем не менее все же высокой, что говорит о том, что они также понимают развитость собственного физического Я в сравнении с другими, но не уделяют этому столь много внимания, как профессиональные танцоры.

Оценка профессиональными танцорами значимости своего физического (телесного) Я оказывается также значимо выше, чем совокупная оценка танцоров-любителей. В этой оценке значимыми оказываются также оценки ног, силы и гибкости. Это говорит о том, что профессиональные танцоры в большей степени, чем танцоры-любители, обращают внимание на значимость для своей жизни развития собственного тела, особенно таких его отдельных элементов, как ног, силы и гибкости, что может быть обусловлено именно спецификой современного танца.

В результате анализа всех методик мы приходим к выводу, что несмотря на высокий уровень осознанности профессиональными танцорами своего тела, уровень принятия оказывается низким, о чем нам в некоторой степени говорят результаты по шкале удовлетворенности собственным телом.

### **Выводы:**

Таким образом, в проведенном исследовании были выявлены различия в формировании телесного Я у профессиональных танцоров и танцоров-любителей.

Полученные результаты позволили подтвердить выдвинутую гипотезу.

### **Практическая значимость исследования:**

Исследование может быть полезно в работе танцевально-двигательных терапевтов, потому что с учетом понимания того, как именно формируется образ телесного Я в танце ТДТ способна влиять на изменение и корректировку телесного образа Я клиента, что важно для осознания и редукции симптоматики, изменения стиля эмоционального реагирования, преодоления патологических поведенческих стереотипов и улучшения социального функционирования.

### **Источники и литература**

- 1) Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М.: Прогресс, 1986.
- 2) Джеймс У. Психология. – СПб.: Издание К. Л. Риккера, 1911.
- 3) Дорохов В.В., Черепанова И.В. Я-концепция в работах зарубежных исследователей // Электронный периодический научный журнал SCI-ARTICLE.RU. – 2018. – №54. – С. 147–154.

- 4) Жане П. Психологическая эволюция личности. – М.: Академический проспект, 2010.
- 5) Черкашина А. Г. Стандартизация методики исследования самоотношения к образу физического Я (МИСОФ) // Психологическая диагностика. Вестник Самарской гуманитарной академии. – 2013 – № 1 (13) – С. 94-106.
- 6) Pierce E. F., Daleng M.L. Distortion of body image among elite female dancers // Perceptual and Motor Skills. – 1998. – №87(3). – P. 769–770.
- 7) Pollatou E., Bakali N., Theodorakis Y., Goudas M. Body image in female professional and amateur dancers // Research in Dance Education. – 2010. – P. 131-137.