

гия «поиск социальной поддержки» в стратегию «разрешение проблемы».

- Методы арт-терапии способствуют изменению взаимосвязей между копинг-стратегиями и соответствующими им свойствами личности.

- Методы арт-терапии способствуют изменению свойств личности спортсменов: «тревожность», «беспокойство», «эмоциональная уравновешенность», «агрессивность», «чувствительность», «волевой самоконтроль».

- Позитивные изменения в стратегиях копинг-поведения и структуре личности спортсменов способствуют повышению результативности спортивной деятельности.

Вывод. Применение методов арт-терапии приводит к позитивным трансформациям стратегий копинг-поведения, изменениям копинг-стратегий (с доминированием стратегии «разрешение проблемы») и свойств личности (повышение эмоциональной устойчивости, снижение тревожности, повышение волевого самоконтроля), повышению эффективности спортивной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Босенко, Ю.М. Особенности копинг-стратегий у спортсменов разной квалификации и пола, специализирующихся в командных и индивидуальных видах спорта / Ю.М. Босенко // Спортивный психолог. – 2012. – № 1 (25). – С. 27-32.
2. Колошина, Т.Ю. Арт-терапевтические техники в тренинге / Т.Ю. Колошина, А.А. Трусъ. – СПб. : Речь, 2010. – 189 с.
3. Козлов, В.В. Интегративная танцевально-двигательная терапия / В.В. Козлов, А.Е. Гиршон, Н.И. Веремеенко. – СПб. : Речь, 2009. – 286 с.
4. Копытин, А.И. Теория и практика арт-терапии / А.И. Копытин. – СПб. : Лань, 2002. – 230 с.
5. Сопов, В.Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности / В.Ф. Сопов. – М. : Академический проспект : Триста, 2005. – 128 с.

REFERENCES

1. Bosenko, Yu. A. (2012), "Features coping strategies in athletes with different skills and gender, specializing in team and individual sports", *Sports psychologist*, No 1(25), pp.27-32.
2. Koloshina, T. Yu., Trus, A.A. (2010), *Art therapy techniques in training*, Speech, Saint Petersburg.
3. Kozlov, V.V., Girshon, A. E. and Vereemenko, N.I. (2009), *Integrative dance-movement therapy*, Speech, Saint Petersburg.
4. Kopytin, A.I. (2002), *Theory and practice of art therapy*, Doe, Saint Petersburg.
5. Sopov, V.F.(2005), *Mental states in a tense professional activity*, Academic prospect, Moscow.

Контактная информация: didenkoaleks@mail.ru

Статья поступила в редакцию 21.04.2015.

УДК 159.9

НАПРАВЛЕННОСТЬ ЛИЧНОСТИ КАК ВЕКТОР ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ РОССИЙСКОГО УЧЕНОГО ВЛАДИМИРА НИКОЛАЕВИЧА АНИСИМОВА

*Валентина Ивановна Долгова, доктор психологических наук, профессор, декан,
Челябинский государственный педагогический университет, г. Челябинск*

Аннотация

Эмпирическое исследование проведено с использованием биографического и лонгитюдного методов, ориентационной анкеты Б. Басса и метода контент-анализа произведений известного российского учёного Владимира Николаевича Анисимова. Биографический, лонгитюдный методы и контент анализ событийного ряда проведён по десяти главам биографического труда В.Н. Анисимова «Годы привередливые» и поэтических работ «Весенним месяцем нисаном...». На всех этапах

сквозной характеристикой паттернов поведения В.Н. Анисимова явно выделяется модальная величина направленность на дело – заинтересованность в решении деловых проблем, выполнение работы как можно лучше, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели.

Ключевые слова: направленность личности, направленность на дело, направленность на общение, направленность на себя, биографический метод, лонгитюдный метод, контент-анализ.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.04.122.p244-250

**PERSONAL ORIENTATION AS THE VECTOR OF MENTAL DEVELOPMENT OF
RUSSIAN SCIENTIST VLADIMIR N. ANISIMOV**

*Valentina Ivanovna Dolgova, the doctor of psychological sciences, professor, dean,
Chelyabinsk State Pedagogical University, Chelyabinsk*

Annotation

The empirical study was conducted using the biographical and longitudinal methods, orientation questionnaire of B. Bass and method of the content analysis of the works of the famous Russian scientist Vladimir N. Anisimov. Biographical, longitudinal methods, and the content analysis of events were held following ten chapters of the biographical labor of V.N. Anisimov "Years fastidious" and poetic works "The Spring month Nisan ... ". Throughout all stages as the open characteristics of the patterns of behavior of V.N. Anisimov stands out the modal value orientation to business – interest in solving of the business problems, executing of the work as well as possible, focus on the business cooperation, ability to defend his own opinion in the interests, which is useful for achieving the common goal.

Keywords: personal orientation, orientation to business, focus on communication, focus on yourself, biographical method, longitudinal method, content analysis.

Несмотря на различие трактовок личности во всех существующих подходах выделяется ее направленность в качестве ведущей характеристики. В разных концепциях эта характеристика раскрыта по-разному, например, как «динамическая тенденция» (С.Л. Рубинштейн, [12]) или «смыслообразующий мотив» (А.Н. Леонтьев, [9]). Общий же вывод всех известных учений состоит в том, что направленность выступает как обобщенное свойство личности, которое определяет ее психологический склад.

Направленность личности — это совокупность устойчивых мотивов, взглядов, убеждений, потребностей и устремлений, ориентирующих человека на определенное поведение и деятельность, на достижение относительно сложных жизненных целей.

Во всех видах активности человека направленность проявляется в особенностях интересов личности.

Потребности человека занимают центральное место и играют ведущую роль в системе направленности личности как в сложном ее психическом свойстве, включающем в себя систему побуждений, которая определяет активность личности и избирательность ее отношений к действительности.

Система направленности личности включает ценностно-смысловые образования и притязания личности, основанные на оценке ею своих возможностей и ситуации, ожиданиях определенных результатов своих действий, поведения, отношения к ней окружающих и т.п.

Потребностные состояния личности зависят от объективных обстоятельств, объектов и предметов потребностей человека, а также от его систем смысловых и ценностных образований, притязаний и их личностных особенностей. Возникновение у человека тех или иных потребностных состояний обуславливает постановку соответствующих целей и возникновение мотивов их реализации.

Направленность личности характеризуется:

- уровнем зрелости — степенью общественной значимости основных устремлений личности, ее нравственным обликом, идеологической позицией и т.п.

- широтой — диапазоном сфер проявления устремлений личности.
- интенсивностью — силой устремлений личности по реализации поставленных целей.
- иерархией видов направленности конкретной личности (ведущие виды, главные, доминантные и др.).

Для определения личностной направленности в настоящее время используется ориентационная (ориентировочная) анкета (Б. Басс, [7]).

По этой методике мы провели исследование направленности личности известного российского учёного Владимира Николаевича Анисимова. Наш выбор связан не только с выдающимся вкладом учёного в развитие науки, но и с тем, что им опубликованы исключительно полезные для биографического исследования художественные произведения.

Биографическая база исследования [5]:

Владимир Николаевич Анисимов родился 7 декабря 1945 г. в Ленинграде в семье военнослужащего. Окончил с отличием 2-е Ленинградское медицинское училище в 1962 г, затем также с отличием 1-й Ленинградский медицинский институт в 1968 г. Будучи студентом 3 курса медицинского института, начал работать в лаборатории экспериментальных опухолей НИИ онкологии им. Н.Н. Петрова под руководством проф. Н.П. Напалкова. В 1972 г. защитил кандидатскую, а в 1984 г. докторскую диссертацию по онкологии. В 2011 г. был избран членом-корреспондентом РАН по специальности физиология. В связи с назначением Н.П. Напалкова в качестве Генеральным ассистент-директором Всемирной организации здравоохранения и его отъездом в Женеву, В.Н. Анисимов в 1987 г. был избран руководителем лаборатории, в 1998 г. переименованной в лабораторию канцерогенеза и старения, а в 2000 г. возглавил отдел канцерогенеза и онкогеронтологии. Является главным редактором журнала «Успехи геронтологии» и информационного бюллетеня "Вестник Геронтологического общества РАН", членом редакционных советов двух десятков международных научных журналов. По его инициативе было создано Геронтологическое общество при РАН, бесменным президентом которого он является уже 20 лет. Он член Совета Международной ассоциации геронтологии и гериатрии и его Европейского отделения, член Бюро Научных советов по злокачественным новообразованиям и геронтологии и гериатрии РАМН и Минздрава РФ; эксперт ВОЗ (Международная программа химической безопасности); эксперт Международного агентства по изучению рака ВОЗ (Лион, Франция); эксперт Программы ООН по старению; председатель Совета Сателлитного Центра Института старения ООН для стран Восточной Европы (Санкт-Петербург); член Научного совета программы FUTURGE Европейского союза. Награжден медалями «За освоение целинных земель» и «За заслуги перед отечественным здравоохранением», удостоен ряда научных премий и наград; награжден Европейским региональным отделением Международной ассоциации геронтологии и гериатрии медалью и почетным дипломом «За выдающиеся достижения в изучении старения и вклад в развитие геронтологической науки в Европе». Является автором 19 монографий, сотен статей и художественных произведений [1-4, 10, 11, 13], один из самых цитируемых российских ученых-медиков.

Наше исследование предполагало не только тестирование самого испытуемого, но и контент-анализ его биографических и поэтических трудов сборника стихотворений «Весенним месяцем нисаном...» [3], «Годы привередливые» [4].

Был проведен и лонгитюдный анализ выстроенного самим В.Н. событийного ряда по десяти главам его книги «Годы привередливые» [4]. Для применения лонгитюдного метода характерно исследование изменений в психологических особенностях одного и того же человека на протяжении многолетнего периода [8].

Тестирование по Анкете Б. Басса, проведенное 16.06.2014 г., показало следующие результаты (выбор ответов расположен в той последовательности, которая в наибольшей степени отвечает собственному мнению испытуемого и более всего для него самого ценна):

1). Наибольшее удовлетворение я получаю от: **Б.** Сознания того, что работа сделана хорошо (2 балла). **В.** Сознания того, что меня окружают друзья (1 балл). **А.** Одобрения моей работы (0 баллов). *Контент-анализ текста книги выявил 149 упоминаний эпитета «хорошо» и однокоренных ему применительно к оценке деятельности.*

2). Если бы я играл в футбол (волейбол, баскетбол), то я хотел бы быть: **А.** Тренером, который разрабатывает тактику игры (2 балла). **В.** Выбранным капитаном команды (1 балл). **Б.** Известным игроком (0 баллов). *Словосочетание «я предложил» встречается в исследуемом тексте всего 14 раз.*

3). По-моему, лучшим педагогом является тот, кто: **Б.** Вызывает интерес к предмету так, что учащиеся с удовольствием углубляют свои знания в этом предмете (2 балла). **В.** Создает в коллективе такую атмосферу, при которой никто не боится высказать свое мнение (1 балл). **А.** Проявляет интерес к учащимся и к каждому имеет индивидуальный подход (0 баллов). *Слово «интерес» встречается в тексте книги 111 раз.*

4). Мне нравится, когда люди: **А.** Радуются выполненной работе (2 балла). **Б.** С удовольствием работают в коллективе (1 балл). **В.** Стремятся выполнить свою работу лучше всех (0 баллов). *Примечательно, что слов с корнем «рад» в тексте книги 295.*

5). Я хотел бы, чтобы мои друзья: **В.** Были умными и интересными людьми (2 балла). **А.** Были отзывчивы и помогали людям, когда для этого представляются возможности (1 балл). **Б.** Были верны и преданы мне (0 баллов). *Слов с корнем «ум» в тексте книги найдено 429 раз.*

6). Лучшими друзьями я считаю тех: **Б.** На кого всегда можно положиться (2 балла). **А.** С кем складываются хорошие взаимоотношения (1 балл). **В.** Кто может многого достичь в жизни (0 баллов). *Слова «друг» и «друзья» встречается в тексте 334 раза.*

7). Больше всего я не люблю: **А.** Когда у меня что-то не получается (2 балла). **Б.** Когда портятся отношения с товарищами (1 балл). **В.** Когда меня критикуют (0 баллов). *«Да и» употреблено в работе оно всего 7 раз.*

8). По-моему, хуже всего, когда педагог: **В.** Недостаточно хорошо знает свой предмет (2 балла). **Б.** Вызывает дух соперничества в коллективе (1 балл). **А.** Не скрывает, что некоторые учащиеся ему несимпатичны, насмехается и подшучивает над ними (0 баллов). *376 слов встретилось нам в книге с корнем «знать».*

9). В детстве мне больше всего нравилось: **Б.** Ощущение выполненных дел (2 балла). **А.** Проводить время с друзьями (1 балл). **В.** Когда меня за что-нибудь хвалили (0 баллов). *Частота упоминания в тексте слов «результат», «итог» и близких им по смыслу более 400.*

10). Я хотел бы быть похожим на тех, кто: **Б.** По-настоящему увлечен своим делом (2 балла). **В.** Отличается дружелюбием и доброжелательностью (1 балл). **А.** Добился успеха в жизни (0 баллов).

11). В первую очередь школа должна: **В.** Воспитывать качества, помогающие взаимодействовать с людьми (2 балла). **А.** Научить решать задачи, которые ставит жизнь (1 балл). **Б.** Развивать, прежде всего, индивидуальные способности ученика (0 баллов).

12). Если бы у меня было больше свободного времени, охотнее всего я использовал бы его: **В.** Для своих любимых дел и самообразования (2 балла). **А.** Для общения с друзьями (1 балл). **Б.** Для отдыха и развлечений (0 баллов).

13). Наибольших успехов я добиваюсь, когда: **Б.** У меня интересная работа (2 балла). **А.** Работаю с людьми, которые мне симпатичны (1 балл). **В.** Мои усилия хорошо вознаграждаются (0 баллов).

14) Я люблю, когда: **Б.** Испытываю удовлетворение от выполненной работы (2 балла). **В.** Приятно провожу время с друзьями (1 балл). **А.** Другие люди меня ценят (0 баллов).

15. Если бы обо мне решили написать в газете, мне бы хотелось, чтобы: **А.** Рассказали о каком-либо интересном деле, связанным с учебой, работой, спортом и т.п., в котором мне довелось участвовать (2 балла). **В.** Обязательно рассказали о коллективе, в котором я работаю (1 балл). **Б.** Написали о моей деятельности (0 баллов).

16). Лучше всего я учусь, если преподаватель: **Б.** Сумеет вызвать у меня интерес к предмету (2 балла). **В.** Устраивает коллективные обсуждения изучаемых проблем

(1балл). **А.** Имеет ко мне индивидуальный подход (0 баллов).

17). Для меня нет ничего хуже, чем: **Б.** Неудача при выполнении важного дела (2 балла). **В.** Потеря друзей (1 балл). **А.** Оскорбление личного достоинства (0 баллов).

18). Больше всего я ценю: **В.** Здравый практичный ум и смекалку (2 балла). **Б.** Возможности хорошей совместной работы (1 балл). **А.** Успех (0 баллов).

19). Я не люблю людей, которые: **В.** Возражают против всего нового (2 балла). **Б.** Часто ссорятся и конфликтуют (1 балл). **А.** Считают себя хуже других (0 баллов).

20). Приятно, когда: **А.** Работает над важным для всех делом (2 балла). **Б.** Имеешь много друзей (1 балл). **В.** Вызываешь восхищение и всем нравишься (0 баллов).

21). По-моему, в первую очередь руководитель должен быть: **В.** Требовательным (2 балла). **А.** Доступным (1 балл). **Б.** Авторитетным (0 баллов).

22). В свободное время я охотно прочитал бы книги: **В.** О последних достижениях науки и техники (2 балла). **А.** О том, как заводить друзей и поддерживать хорошие отношения с людьми (1 балл). **Б.** О жизни знаменитых и интересных людей (0 баллов).

23). Если бы у меня были способности к музыке, я предпочел бы быть: **Б.** Композитором (2 балла). **А.** Дирижером (1 балл). **В.** Солистом (0 баллов)

24). Мне бы хотелось: **А.** Придумать интересный конкурс (2 балла). **В.** Организовать конкурс и руководить им (1 балл). **Б.** Победить в конкурсе (0 баллов).

25). Для меня важнее всего знать: **Б.** Как достичь цели (2 балла). **В.** Как организовать людей для достижения цели (1 балл). **А.** Что я хочу сделать (0 баллов).

26). Человек должен стремиться к тому, чтобы: **Б.** Прежде всего выполнить свою задачу (2 балла). **А.** Другие были им довольны (1 балл). **В.** Его не нужно было упрекать за выполненную работу (0 баллов).

27). Лучшее всего я отдыхаю в свободное время: **В.** Занимаясь своим любимым делом (2 балла). **А.** В общении с друзьями (1 балл). **Б.** Просматривая развлекательные фильмы (0 баллов).

В структуре личности нашего Испытуемого направленность личности выражена в такой последовательности – на Дело (42 балла), на Общение (22 балла), на Себя (18 баллов).

О том же говорит и лонгитюдный анализ выстроенного самим В.Н. событийного ряда по десяти главам его книги «Годы привередливые» [4].

Событийный ряд показывает, что на всех этапах сквозной характеристикой паттернов поведения В.Н. явно обозначена модальная величина направленность на дело – заинтересованность в решении деловых проблем, выполнение работы как можно лучше, ориентация на деловое сотрудничество, способность отстаивать в интересах дела собственное мнение, которое полезно для достижения общей цели.

Выражена направленность на общение.

- направленность на общение (О) – стремление при любых условиях поддерживать отношения с людьми, ориентация на совместную деятельность, но не в ущерб выполнению конкретных заданий или оказанию искренней помощи людям, ориентация на социальное одобрение, потребность в привязанности и эмоциональных отношениях с людьми.

Менее всего выражена направленность на себя.

Скажем для сравнения, что из общего числа обследованных нами ранее по этому тесту руководителей (n=500) доминирующую деловую направленность имеют только 22% испытуемых, доминирующую направленность на взаимодействие – 45%, доминирующую направленность на себя – 33%. По закону «нормального распределения» можно предположить, что подобное соотношение свойственно любой случайной выборке.

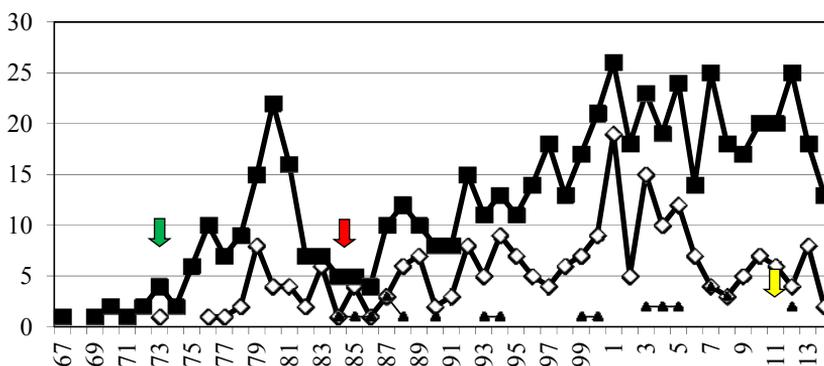
Контент-анализ текста биографического произведения «Годы привередливые» показал, что слово «работа» и однокоренные с ним слова употреблены в книге 674 раза, слово «дело» и однокоренные с ним слова 895 раз, слово «друзья» 43 раза, слово «я» 17

раз. Добавим, что следующим образом распределились слова и словосочетания с соответствующим корнем – «ум» – 429 упоминаний, «результат» – 400 упоминаний, «знание» – 376 упоминаний. И всего 7 раз употреблено словосочетание «не получается».

В период, когда проводилось это исследование, В.Н. выступал на 24 международных и российских конференциях с научными докладами, что в определенной мере свидетельствует об интенсивности его работы

На рис.1 представлено распределение по годам публикаций В.Н. Анисимова.

Распределение публикаций В.Н. Анисимова по годам (1967-2014)



Черные квадраты – все публикации; белые квадраты – публикации в зарубежных изданиях; треугольники – монографии. Стрелками отмечены: защиты кандидатской (1972) и докторской (1984) диссертаций, избрание в РАН (2011).

Рис. 1. Распределение публикаций В.Н. Анисимова по годам [4].

Можно видеть, что после защиты кандидатской диссертации в 1972 г. в течение 10 лет вплоть до 1982 года отмечается неуклонное нарастание числа публикаций. Избрание Анисимова руководителем лаборатории по рекомендации его учителя академика АМН СССР Н.П. Напалкова в 1987 г придало новый импульс деловой активности Владимира Николаевича – начиная с 1988 г., наблюдается неуклонный рост числа публикаций с выходом на плато к 2001 году.

Проведенный анализ подтверждает, что именно деловая направленность личности В. Н. Анисимова становится вектором его психического развития на протяжении всего изученного нами жизненного периода и полностью согласуется с Я-концепцией самого Владимира Николаевича: «Не дай мне, Господи, уныния и праздности в потоке дней, Но счастье с пользой трудиться даруй мне в милости Твоей» [3, с. 349].

ЛИТЕРАТУРА

1. Анисимов, В.Н. Молекулярные и физиологические механизмы старения / В.Н. Анисимов. — СПб. : Наука, 2003. — 468 с.
2. Анисимов, В.Н. Молекулярные и физиологические механизмы старения : в 2 т. / В.Н. Анисимов. — 2-е изд., перераб. и доп. — СПб. : Наука, 2008. — Т. 1. — 481 с. ; Т. 2. — 434 с.
3. Анисимов, В.Н. Весенним месяцем нисаном... / В.Н. Анисимов. — 2-е изд. — СПб. : Изд-во «Система», 2008. — 164 с.
4. Анисимов, В.Н. Годы привередливые / В.Н. Анисимов. — СПб. : Эскулап, 2014. — 400 с.
5. Анисимов Владимир Николаевич [Электронный ресурс] // URL : <http://www.biografija.ru/biography/anisimov-vladimir-nikolaevich.htm>. — Дата доступа 02.03.2013.
6. Виноградова, И.А. Световой режим Севера и возрастная патология / И.А. Виноградова, В.Н. Анисимов. — Петрозаводск : ПетроПресс, 2012. — 128 с.
7. Карелин, А. Большая энциклопедия психологических тестов / А. Карелин. — М. : Эксмо, 2007. — 416 с.
8. Кузьмина-Гаршина, Н.В. Опыт акмеологического исследования творчества ученого-

- преподавателя-поэта / Н.В. Кузьмина-Гаршина, Л.Ф. Лунева. – Шуя : Изд-во «Весть», 2000. – 157 с.
9. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М. : Смысл : Академия, 2005. – 352 с.
10. Мелатонин в физиологии и патологии желудочно-кишечного тракта / В.Н. Анисимов, И.М. Кветной, Н.К. Малиновская, С.И. Рапопорт. – М. : Советский спорт, 2000. – 184 с.
11. Михайлова, О.Н. Развитие геронтологии в России: роль международного сотрудничества / О.Н. Михайлова, В.Н. Анисимов, А.В. Сидоренко. – СПб. : ООО «Фирма КОСТА», 2005. – 240 с.
12. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с.
13. Хавинсон, В.Х. Пептидные биорегуляторы и старение / В.Х. Хавинсон, В.Н. Анисимов. – СПб. : Наука, 2003. – 232 с.

REFERENCES

1. Anisimov, V.N. (2003), *Molecular and physiological mechanisms of aging*, Nauka, St. Petersburg.
2. Anisimov, V.N. (2008), *Molecular and physiological mechanisms of aging*, Science, St. Petersburg.
3. Anisimov, V.N. (2008), *Spring month Nisan*, publishing house "System", St. Petersburg.
4. Anisimov, V.N. (2014), *Years picky*, Aesculapius, St. Petersburg.
5. *Anisimov Vladimir Nikolaevich*, available at: <http://www.biografija.ru/biography/anisimov-vladimir-nikolaevich.htm>
6. Vinogradova, I.A. and Anisimov, V.N. (2012), *Light regime in the North and age-related pathology*, Petrobras, Petrozavodsk.
7. Karelin, A. (2007), *Great encyclopedia of psychological tests*, Eksmo, Moscow.
8. Kuzmina-Garshina, N.V. and Luneva, L.F. (2000), *Experience acmeological research creativity of the scientist-teacher-poet*, publishing house "News", Shuya.
9. Leontev, A.N. (2005), *Activity. Consciousness. Personality*, Academy, Moscow.
10. Anisimov, V.N., Kvetnoy, I.M., Komarov, F.I., Malinovskaya, N.K. and Rapoport, S.I. (2000), *Melatonin in the physiology and pathology of the gastrointestinal tract*, Soviet sport, Moscow.
11. Mikhailov, O.N., Anisimov, V.N. and Sidorenko, A.V. (2005), *Development of gerontology in Russia: the role of international cooperation*, LLC "Firm COSTA", St. Petersburg.
12. Rubinstein, S.L. (2002), *Fundamentals of General psychology*, Peter, St. Petersburg.
13. Khavinson, V.Kh. and Anisimov, V.N. (2003), *Peptide bioregulators and aging*, Nauka, St. Petersburg.

Контактная информация: 23a12@list.ru

Статья поступила в редакцию 21.04.2015.

УДК 796.011:159.9

РОЛЬ СПОРТА И ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ В ПРОФИЛАКТИКЕ ФОРМИРОВАНИЯ НЕАДЕКВАТНОГО ОБРАЗА ТЕЛА У ДЕТЕЙ 10-12 ЛЕТ

Наталья Леонидовна Ильина, кандидат психологических наук, доцент,

Санкт-Петербургский государственный университет (СПбГУ),

*Людмила Александровна Егоренко, кандидат педагогических наук, профессор,
Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья
имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

В статье рассматриваются особенности восприятия своего тела и отношения к своему телу у мальчиков и девочек 10-12 лет занимающихся и не занимающихся спортивной деятельностью. Представлены результаты исследования по изучению особенностей восприятия образа тела у мальчиков и девочек в связи с занятиями физической культурой и спортом.

Ключевые слова: образ тела, восприятие своего тела, дети 10-12 лет, физическая культура и спорт, самооценка образа тела, регуляция веса, родители.