

Коломийченко Елена Валерьевна

аспирант Академии психологии и педагогики  
Южного федерального университета

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ  
САМООТНОШЕНИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ  
И НЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ  
СПОРТСМЕНОВ – СТУДЕНТОВ ВУЗА**

**Аннотация:**

*В статье рассматриваются теоретические вопросы влияния занятий физической культурой и спортом на самоотношение личности, раскрываются составляющие самоотношения, которые непосредственно связаны с образом телесности у студентов вуза, занимающихся спортом на профессиональной или любительской основе, а также у студентов, приобщенных к физической культуре. Объект исследования – студенты вуза в возрасте от 18 до 25 лет в количестве 202 человека, из них 105 девушек и 96 юношей. В работе приводятся эмпирические результаты исследования и представлены возможности их практического применения.*

**Ключевые слова:**

*спорт, студенты, физическая культура, самоотношение, гендер, адаптация, образ телесности.*

Kolomiychenko Elena Valerievna

PhD student, Academy of Psychology and Pedagogy,  
Southern Federal University

**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF  
SELF-ATTITUDE OF PROFESSIONAL  
AND NONPROFESSIONAL  
ATHLETES – HIGHER SCHOOL  
STUDENTS**

**Summary:**

*The article deals with theoretical questions of the influence of physical exercise and sport on the self-attitude of students. The author discusses the self-attitude components that are related directly to the image of corporeity of higher school students engaged in professional or amateur sports, as well as students involved in physical education. The object of the study is higher school students aged 18 to 25, 202 individuals in total, including 105 girls and 96 boys. The article presents the empirical results and the possibilities of their practical application.*

**Keywords:**

*sports, students, physical education, self-attitude, gender, adaptation, corporeity image.*

В отечественной и зарубежной психологии составлено достаточно обширное представление о структуре и характеристике самосознания как части сознания [1]. В структуру самосознания входит Я-концепция, которая состоит из частей, по-разному называемых разными авторами, но имеющих отношение к физическому, когнитивному, поведенческому, эмоциональному восприятию личности или к пространственно-временным формам существования Я [2]. Несмотря на неоднозначность представлений авторов о психической сущности и происхождении самосознания, принято считать, что самовосприятие и переживание человеком собственной телесности рассматривается как важная характеристика и условие формирования самосознания [3].

Большинство исследований посвящается такой актуальной модальности, как Я-физическое, при этом существенное внимание ей уделяется только на ранних этапах онтогенетического развития, затем интерес снижается. Однако Я-физическое остается важным переживанием у юношей и девушек и в студенческом возрасте, продолжает развиваться в процессе деятельности [4].

Одним из видов деятельности, в которую погружена молодежь в целом и студенческая молодежь в частности, является спортивная деятельность, и потому процесс приобщения к физической культуре и спорту может являться дополнительной социализацией и источником личностной самореализации. В связи с этим в работе уточнены такие понятия, как приобщенные и не приобщенные к физической культуре и спорту студенты.

Теоретический анализ отечественной и зарубежной литературы показал, что существует противоречие в исследованиях Я-физического образа и образа телесности в целом. Отсутствует определение такого понятия, как «Я-эстетическое», хотя оно часто подразумевается в работах, поскольку эмоциональную составляющую Я-физического в виде восприятия внешности, привлекательности часто отмечают многие авторы [5]. Поэтому актуальными теоретическими аспектами статьи стали: определение понятий «Я-физическое» и «Я-эстетическое», попытка дифференцировать данные понятия по отношению к образу телесности.

Я-физическое – это модальность Я-образа, включающая оценку физического состояния тела и его частей, здоровья, формы тела, отношения к своему телу. Это внешний образ тела, включающий границы, показатели имиджа, физическую самопрезентацию, качественные показатели тела, такие как сила, мощность, мышечная масса, гибкость. Я-физическое формируется и воспроизводится относительно собственного ощущения телесности и отношения к своей личности через телесность. Я-физическое больше относится к когнитивному восприятию собственной телесности.

Я-эстетическое – это модальность Я-образа, включающая оценку эстетического состояния тела и его частей. Это качества тела, вызывающие чувство эстетического удовлетворения, – красота, ухоженность, гармония частей тела, подтянутость, количественные показатели тела. Я-эстетическое формируется и воспроизводится относительно оценки другими внешней привлекательности тела и отражения этой внешней оценки в самоотношении личности. Я-эстетическое больше относится к эмоционально-чувственному восприятию тела.

Оба этих компонента по-разному раскрывают образ телесности, а ведущими факторами в его формировании, конечно, являются спорт как специфический вид деятельности и приобщение к физической культуре как специфической области человеческой социализации.

**Целью эмпирического исследования** стало изучение особенностей самоотношения и образа телесности у студентов вуза, приобщенных и не приобщенных к физической культуре и спорту. **Объект исследования** – студенты в возрасте от 18 до 25 лет, всего 202 человека, из них 105 девушек, 96 юношей.

**Методики исследования:** дисперсионный анализа (ANOVA), критерий Брауна – Форсайта (вариант критерия Ливена, использующий медиану вместо среднего), непараметрический критерий Краскела – Уоллеса, post-hoc анализ по критерию Коновера. Сравнение выборок проводилось при помощи критерия Вилкоксона – Манна – Уитни. Для вычислений использовалась программа R версии 3.2.2 (2015.08.14) – «Fire Safety» R Core Team (2015) (R: A language and environment for statistical computing. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria). Также были применены авторский опросник «Ваше отношение к спорту» для приобщенных и не приобщенных к спорту студентов, авторские опросники-самоописания «Я-физическое» и «Я-эстетическое», тест С. Бем «Исследование маскулинности – фемининности личности», тест двадцати утверждений на самоотношение «Кто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда, методика исследования самоотношения С.Р. Панталева (МИС), методика диагностики К. Роджерса и Р. Даймонда (СПА) в адаптации А.К. Осницкого, тест «Диагностика межличностных отношений» Т. Лири, Г. Лефоржа и Р. Сазека в адаптации и модификации Л.Н. Собчик [6; 7].

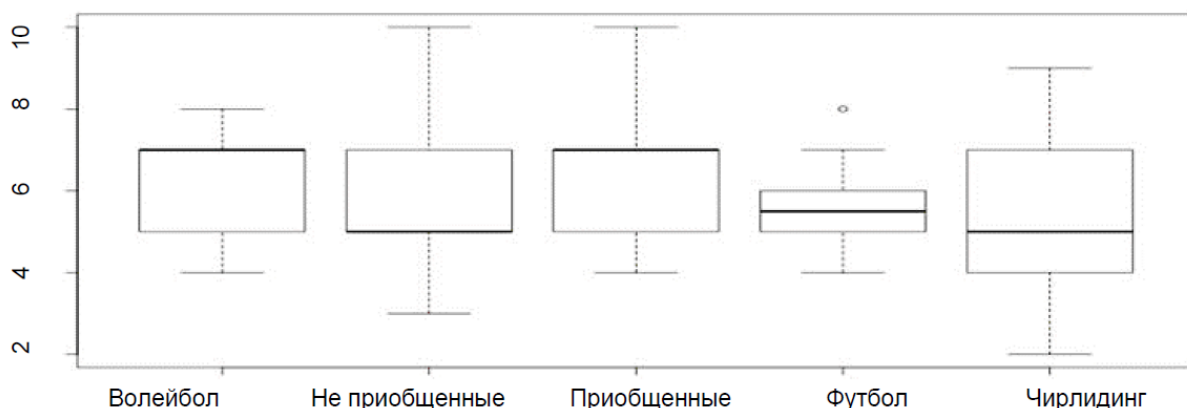
В результате проведенных исследований было выявлено, что по мере отдаления студентов от занятий физической культурой и спортом снижается эго-идентичность, выраженная «присоединяющими» понятиями, указывающими на социальную роль, имеющую отношение к спортивному виду деятельности, и нарастает «дифференцирующая» эго-идентичность, имеющая отношение к телесному образу Я. Так, «присоединяющая» спортивная эго-идентичность выражена у юношей и девушек, занимающихся волейболом, и у юношей, занимающихся чирлидингом, посредством соотнесения себя с ролью спортсмена или спортсменки (гимнастки, чирлидера). У студентов, приобщенных к физической культуре, высоко выражена «присоединяющая» эго-идентичность, указывающая на ориентацию на здоровый и активный образ жизни, а не на статус спортсмена или спортсменки. У студентов, не приобщенных к спорту, эго-идентичность не связана с проявлением спортивного статуса или со значимостью Я-физического и Я-эстетического.

Для девушек наиболее важным в «дифференцирующей» эго-идентичности является компонент Я-эстетическое, несмотря на то, занимаются или не занимаются они спортом и является ли он гендерно-специфичным. Для юношей, занимающихся гендерно-специфичным видом спорта, наиболее значимым является компонент Я-физическое, для занимающихся гендерно не специфичным видом спорта – компонент Я-эстетическое, для не приобщенных ни один компонент «присоединяющего» и «дифференцирующего» Я-образа, относящегося к спорту, не значим. Иными словами, у студентов, не приобщенных к физической культуре и спорту, формирование самоотношения не осуществляется через физическую и эстетическую эго-идентичность.

Показано, что значимые различия между группами испытуемых, приобщенных и не приобщенных к спорту и физической культуре, выражены по методике исследования самоотношения (МИС) по шкалам: «Самоуверенность» (p-value = 0.006696 при  $p \leq 0,05$ ), «Самоценность» (p-value = 0.009036 при  $p \leq 0,05$ ), «Самопринятие» (p-value = 0.002242 при  $p \leq 0,05$ ), «Самопривязанность» (p-value = 0.02688 при  $p \leq 0,05$ ), «Конфликтность» (p-value = 1.12e-07 при  $p \leq 0,001$ ), «Самообвинение» (p-value = 0.04716 при  $p \leq 0,05$ ). По показателям post-hoc анализа по критерию Коновера было выявлено, что шкала «Самоуверенность» достоверно отличается показателями у студентов, занимающихся волейболом, и не приобщенных студентов ( $t = 0,0025$ ), у студентов, занимающихся чирлидингом и волейболом ( $t = 0,0048$ ).

На рисунке 1 отчетливо заметна величина разброса показателя «Самоуверенность» в разных группах студентов: в группе волейболистов он достоверно высок, а в группе чирлидеров – ниже среднего и попадает во 2/4 квартиля распределения по этому качеству.

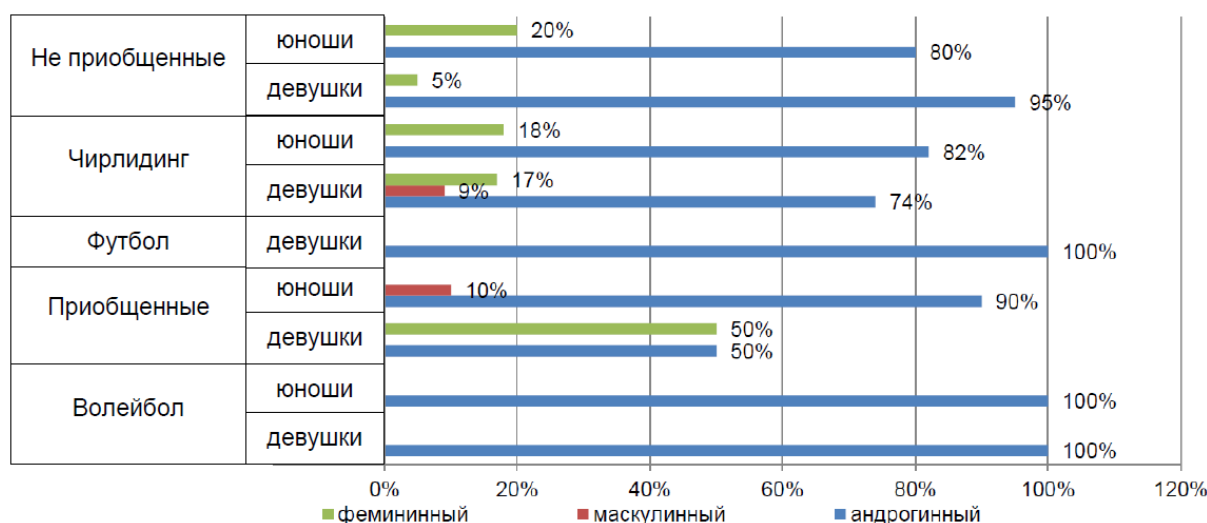
По показателю «Самоценность» достоверно отличаются друг от друга группы девушек-футболисток и не приобщенных студентов. У футболисток «Самоценность» выражена низкими показателями, а у не приобщенных к спорту студентов – средними. Показатель «Самопринятие» достоверно отличается в группах чирлидеров и волейболистов ( $t = 0,00057$ ), чирлидеров и не приобщенных ( $t = 0,00610$ ), чирлидеров и приобщенных ( $t = 0,00126$ ), футболисток и волейболистов ( $t = 0,05036$ ).



**Рисунок 1 – Величина разброса показателя «Самоуверенность» в разных группах студентов**

Чирлидеры имеют самопринятие ниже среднего уровня, достоверно ниже самопринятия студентов из групп волейболистов, приобщенных и не приобщенных студентов, футболистки имеют достоверно низкий уровень самопринятия по сравнению со всеми другими группами испытуемых. По показателю «Самопривязанность» достоверно отличаются группы студентов, занимающихся волейболом, и не приобщенные студенты ( $t = 0,013$ ), приобщенные и не приобщенные ( $t = 0,010$ ), чирлидеры и не приобщенные ( $t = 0,020$ ). По показателю «Конфликтность» достоверно отличаются группы не приобщенных студентов и волейболистов ( $t = 6e-09$ ), приобщенных студентов и волейболистов ( $t = 7e-06$ ), футболисток и не приобщенных студентов ( $t = 0,007$ ), футболисток и приобщенных студентов ( $t = 0,022$ ), чирлидеров и волейболистов ( $t = 0e-05$ ).

Сравнительный анализ выраженности фемининности – маскулинности во всех группах испытуемых указывает на то, что в большинстве случаев у девушек и юношей преобладает андрогинный тип гендерной идентичности (рис. 2).



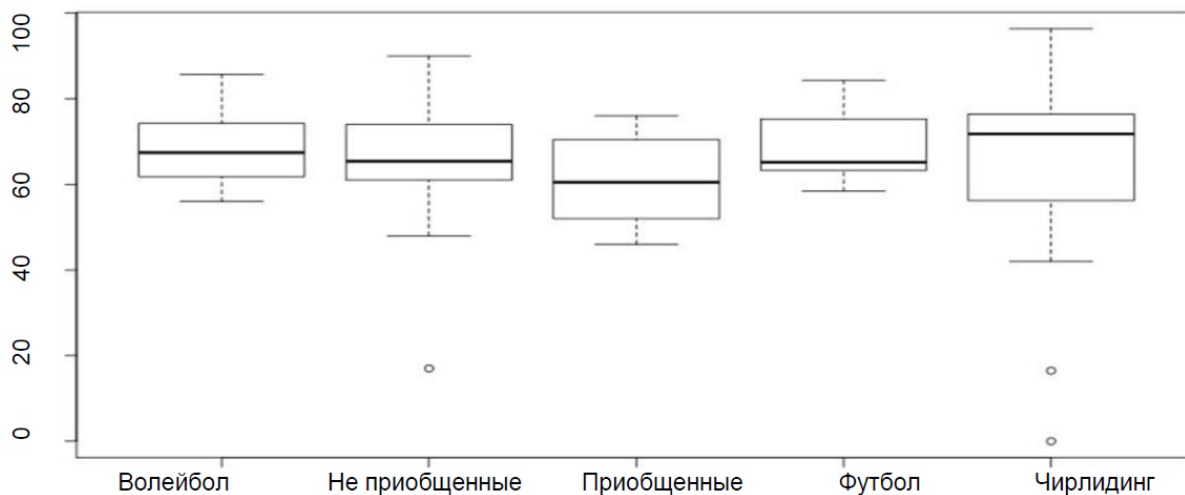
**Рисунок 2 – Сравнительный анализ гендерной идентичности юношей и девушек – студентов вуза, приобщенных и не приобщенных к физической культуре и спорту**

Для юношей, так же как и для девушек, вне зависимости от того, занимаются они спортом или нет, в большей степени свойственен андрогинный тип гендерной идентичности. В то же время, в зависимости от вида спорта и принадлежности этого спорта к традиционно «женским» или «мужским» видам, просматривается тенденция увеличения андрогинности у юношей, занимающихся «мужским» видом спорта, и увеличения «фемининности» у юношей, занимающихся «женским» видом спорта или не занимающихся спортом. Такой вывод подтверждается показателями статистического анализа (метод Kruskal – Wallis, критерий X-squared = 16.681, df = 8, p-value = 0.0336).

По данным статистики (Kruskal – Wallis rank sum test) значимые отличия между группами были выявлены по показателям методики К. Роджерса и Р. Даймонда «СПА»: «Адаптивность» (Kruskal – Wallis X-squared = 10.307, df = 4, p-value = 0.03557), «Самопринятие» (Kruskal – Wallis

X-squared = 57.362, df = 4, p-value = 1.039e-11), «Эмоциональная комфортность» (Kruskal – Wallis X-squared = 18.751, df = 4, p-value = 0.0008794), «Интернальность» (Kruskal – Wallis X-squared = 15.977, df = 4, p-value = 0.00305).

Post-hoc анализ шкал со значимыми различиями показал, что по адаптивности отличаются группы приобщенных и волейболистов ( $t = 0.0054$ ), приобщенных и футболисток ( $t = 0.0331$ ), приобщенных и чирлидеров ( $t = 0.0095$ ). На рисунке 3 видно, что действительно адаптивность у всех групп исследуемых студентов высокая, однако у волейболистов она наиболее устойчивая.



**Рисунок 3 – Сравнительный статистический анализ по показателю «Адаптивность» у всех групп испытуемых студентов**

По шкале «Самопрятие» достоверно значимо расхождение между группой не приобщенных и волейболистов ( $t = 6.3e-13$ ), приобщенных и волейболистов ( $t = 1.4e-07$ ), футболисток и волейболистов ( $t = 1.3e-05$ ), чирлидеров и волейболистов ( $t = 3.5e-14$ ). Относительно «эмоциональной комфортности» видим значимые различия между показателями волейболистов и группами: не приобщенных ( $t = 3.5e-05$ ), приобщенных ( $t = 0.0014$ ), футболисток ( $t = 0.0724$ ), чирлидеров ( $t = 0.0505$ ). Также есть значимые различия между чирлидерами и не приобщенными студентами ( $t = 0.0266$ ).

Существуют достоверные различия по показателю «Интернальность» между волейболистами и: не приобщенными ( $t = 0.0069$ ), приобщенными ( $t = 6.8e-05$ ), футболистами ( $t = 0.0640$ ), чирлидерами ( $t = 0.0155$ ), между приобщенными и не приобщенными ( $t = 0.0376$ ), между чирлидерами и приобщенными ( $t = 0.0558$ ).

Подтверждением сравнительного анализа по методике Т. Лири «Я-реальное и Я-идеальное» стало статистическое подтверждение, что значимые различия между юношами и девушками, занимающимися «женскими» видами спорта, были обнаружены по шкале «Я-идеальное» – «Агрессивность» ( $W = 139$ , p-value = 0.009323) и «Я-реальное» – «Альтруистичность» ( $W = 132$ , p-value = 0.005974). Значимые различия между юношами и девушками, занимающимися «мужскими» видами спорта, обнаружены по Я-идеальному, шкала «Эгоистичность» ( $W = 111$ , p-value = 0.006453), по Я-реальному, шкалы: «Авторитарность» ( $W = 89$ , p-value = 0.001245), «Эгоистичность» ( $W = 130$ , p-value = 0.02396), «Агрессивность» ( $W = 71$ , p-value = 0.0002324), «Дружелюбность» ( $W = 61$ , p-value = 9.535e-05), «Альтруистичность» ( $W = 129$ , p-value = 0.02297).

Среди приобщенных к спорту студентов значимые различия выявлены по Я-идеальному, шкалы: «Эгоистичность» ( $W = 42$ , p-value = 0.002409), «Агрессивность» ( $W = 32$ , p-value = 0.000601), «Подозрительность» ( $W = 10$ , p-value = 1.609e-05), «Подчиненность» ( $W = 66$ , p-value = 0.03184), «Зависимость» ( $W = 38$ , p-value = 0.001326). По Я-реальному: «Эгоистичность» ( $W = 30$ , p-value = 0.0004532), «Агрессивность» ( $W = 66$ , p-value = 0.03605), «Зависимость» ( $W = 56$ , p-value = 0.01277). Среди не приобщенных к спорту студентов значимые различия по Я-идеальному выявлены не были, по Я-реальному обнаружены по шкалам: «Эгоистичность» ( $W = 556$ , p-value = 0.03987), «Агрессивность» ( $W = 484$ , p-value = 0.005415), «Подозрительность» ( $W = 550$ , p-value = 0.03508).

Сравнение показателей Я-реального и Я-идеального внутри каждой группы испытуемых студентов потребовало сначала подсчета разности баллов между шкалами Я-реального и соответствующими шкалами Я-идеального для каждого испытуемого. Затем эти разности были проанализированы по критерию Краскела – Уоллиса отдельно для каждого пола. Значимые различия обнаружены у девушек по шкалам: «Агрессивность» (Kruskal – Wallis X-squared = 14.602, df = 4, p-value = 0.005601), «Подозрительность» (Kruskal – Wallis X-squared = 16.193, df = 4, p-value =

0.002771), «Подчиненность» (Kruskal – Wallis X-squared = 12.547, df = 4, p-value = 0.01371), «Зависимость» (Kruskal – Wallis X-squared = 21.182, df = 4, p-value = 0.0002914).

По показателям «Агрессивность» достоверно отличаются группа не приобщенных к спорту девушек и волейболисток ( $t = 0.01554$ ), приобщенных девушек и волейболисток ( $t = 0.00018$ ), девушек, занимающихся чирлидингом, и волейболисток ( $t = 0.013800$ ), девушек, приобщенных и не приобщенных к спорту ( $t = 0.02785$ ), футболисток и приобщенных к спорту ( $t = 0.03515$ ). То есть разница, приближающаяся к невротизированно повышенному разрыву между Я-реальным и Я-идеальным, высоко выражена у волейболисток, чуть меньше, но также явно у футболисток, затем идут девушки-чирлидеры, самые последние места занимают не приобщенные и приобщенные к спорту студентки. Это говорит о том, что по мере снижения нагрузки в спорте у девушек (от «мужских» видов спорта к «женским», затем к приобщенным, в конце к не приобщенным) снижается потребность в агрессивности, поскольку эта агрессивность реализуется в спортивной деятельности.

По показателю «Подозрительность» видна достоверная разница между девушками, приобщенными к спорту, и волейболистками ( $t = 0.00026$ ), футболистками и волейболистками ( $t = 0.00381$ ), чирлидерами и волейболистками ( $t = 0.00478$ ), приобщенными и не приобщенными к спорту ( $t = 0.04690$ ). Самый стабильный показатель «Подозрительность» наблюдается у волейболисток, более низкий – у не приобщенных, самый низкий – у приобщенных к спорту девушек. По показателю «Подчиненность» достоверная разница среди девушек-студенток выражена у не приобщенных и волейболисток ( $t = 0.0331$ ), приобщенных и волейболисток ( $t = 0.0013$ ), футболисток и волейболисток ( $t = 0.0090$ ). По показателю «Зависимость» видим разницу между группой не приобщенных девушек и волейболисток ( $t = 0.0015$ ), приобщенных и волейболисток ( $t = 3.6e-06$ ), футболисток и волейболисток ( $t = 0.0450$ ), чирлидеров и волейболисток ( $t = 0.0033$ ), приобщенных и не приобщенных ( $t = 0.0089$ ), футболисток и приобщенных ( $t = 0.0234$ ), чирлидеров и приобщенных ( $t = 0.0173$ ).

У мужчин достоверные различия были выявлены по шкалам методики Т. Лири: «Авторитарность» (Kruskal – Wallis X-squared = 13.261, df = 3, p-value = 0.004105), «Подозрительность» (Kruskal – Wallis X-squared = 24.656, df = 3, p-value = 1.822e-05), «Зависимость» (Kruskal – Wallis X-squared = 14.135, df = 3, p-value = 0.002727).

Достоверное различие в показателях между Я-реальным и Я-идеальным выражено у юношей, приобщенных и не приобщенных к спорту ( $t = 0.01626$ ), у волейболистов и не приобщенных юношей ( $t = 0.00058$ ). По показателю «Авторитарность» наиболее авторитарными хотят быть не приобщенные (по сравнению с приобщенными и волейболистами).

По шкале «Подозрительность» разница между Я-реальным и Я-идеальным у юношей проявляется в группах приобщенных и не приобщенных ( $t = 0.00018$ ), волейболистов и не приобщенных ( $t = 3.2e-06$ ), чирлидеров и не приобщенных ( $t = 0.00216$ ), чирлидеров и волейболистов ( $t = 0.04274$ ). Чем дальше от занятий спортом и чем гендерно специфичнее нагрузка у приобщенных к спорту юношей, тем выше разница между Я-реальным и Я-идеальным по показателю «Подозрительность», что мы склонны относить к невротизированно повышающейся разнице.

По показателю «Зависимость» разница между Я-реальным и Я-идеальным у юношей выражается в группе волейболистов и не приобщенных ( $t = 0.00038$ ), у чирлидеров и не приобщенных ( $t = 0.01022$ ), у волейболистов и приобщенных ( $t = 0.04092$ ).

В результате проведенных исследований делаем следующие выводы:

1. Физическая культура и спорт оказывают непосредственное влияние на самоотношение студентов и являются средством социализации молодежи посредством изменения их образа телесности в зависимости от степени приобщенности к спорту. Нами было дано новое определение модальности «Я-эстетическое» и уточнено понятие «Я-физическое».

2. В ходе эмпирических исследований было установлено, что модальность телесности Я-эстетическое является наиболее значимой для девушек, независимо от уровня приобщенности их к спорту и гендерной идентичности в спорте, а также для юношей, занимающихся гендерно не специфичным видом спорта (чирлидинг). Модальность Я-физическое является наиболее значимой для юношей, занимающихся гендерно специфичным видом спорта (волейбол, футбол и т. д.). У студентов, не приобщенных к физической культуре и спорту, формирование самоотношения осуществляется не через физическую и эстетическую эго-идентичность.

3. Дифференциация модальностей Я-физическое и Я-эстетическое у студентов вуза зависит от степени приобщенности к физической культуре и спорту: чем больше приобщенность, тем меньше дифференциация, когда Я-физическое и Я-эстетическое расцениваются как единый компонент.

4. Целью нашего исследования было изучить самоотношение у студентов вуза, по-разному относящихся к спорту и вовлеченных в спортивную деятельность, в различные по гендер-

ному признаку виды спорта. Было установлено, что показатели «Самопринятие», «Самоценность» и «Самоуверенность» прямо пропорционально зависят от занятий спортом и от характера спортивной деятельности, а также от присутствия значимости эстетического компонента Я-образа. Установлено, что у всех девушек и юношей, несмотря на то, занимаются они спортом или нет, уровень интернальности выражен нормативными показателями. Юноши отличаются нормативной социальной желательностью безотносительно к наличию физических нагрузок. Приобщенные к спорту юноши не имеют склонности к уходу от реальности, так как занятия спортом или физической культурой помогают им самореализоваться.

5. Девушки и юноши, занимающиеся гендерно не специфическими видами спорта, проявляют тенденцию к внутренней конфликтности, недовольство собой и стремление к изменению, прослеживается неудовлетворенность в восприятии собственного образа Я и желание достижения идеального образа Я. Девушки, занятые в «мужских» видах спорта, а также не приобщенные к спорту, показывают наивысшую выраженность андрогинной гендерной идентичности. Юноши, занятые в «мужских» видах спорта и приобщенные к физической культуре, демонстрируют ярко выраженную андрогинную гендерную идентичность. Юноши, занятые в «женских» видах спорта, а также не приобщенные к спорту, демонстрируют явный прирост фемининных тенденций в гендерной идентичности, что может порождать у них внутреннее напряжение, недовольство собой, психологический дискомфорт.

6. Результатом исследования стало убеждение, что наибольший вред развитию гендерной идентичности, позволяющей формировать адекватное самоотношение у юношей и девушек – студентов вуза, наносит отсутствие занятий спортом у юношей, нежели у девушек.

7. Юноши и девушки, занимающиеся спортом, независимо от того, является ли он гендерно специфическим, а также приобщенные к спорту и физической культуре студенты обоих полов демонстрируют высокий уровень гармоничной разницы между Я-реальным и Я-идеальным по таким показателям Я-образа, которые предполагают адекватное межличностное взаимодействие: сотрудничество, ответственность, доверительность. У всех занимающихся и приобщенных к спорту юношей и девушек есть склонность к гармоничному развитию Я-идеальных черт: для девушек – фемининных, для юношей – маскулинных. Юноши и девушки, занимающиеся гендерно не специфическими видами спорта, стремятся усилить свои маскулинные качества. Эти выводы подтверждены статистическими показателями, которые при равной андрогинии в группах девушек показывают четкую дифференциацию в коэффициенте.

8. На основе теоретических и эмпирических исследований самоотношения и модальностей образа телесности у студентов, приобщенных и не приобщенных к физической культуре и спорту, было составлено учебно-методическое пособие, которое может быть полезно как самим студентам вуза, по разному относящимся к спорту, так и специалистам, работающим со студентами и молодежью в области физической культуры и спорта.

**В качестве перспектив исследования** видим разработку специальных опросников для изучения более глубокой рефлексивности модальностей образа телесности у студентов, по-разному относящихся к спорту и физической культуре, исследование этих отношений у групп студентов, занимающихся эстетическими видами спорта (гимнастика, синхронное плавание, спортивные танцы), разработку коррекционно-развивающей программы для не приобщенных студентов с целью изменения негативного самоотношения посредством образа телесности, а именно Я-эстетического и Я-физического.

#### **Ссылки:**

1. Волкова Т.Г. Психология самосознания : учеб. пособие. М., 2013. 296 с. ; Ее же. Практикум по психологии самосознания и саморегуляции : метод. материалы к курсу / сост. И.А. Мананникова. М., 2013. 62 с. ; Abbott B.D., Barber B.L. Differences in functional and aesthetic body image between sedentary girls and girls involved in sports and physical activity: Does sport type make a difference? // *Psychology of Sport and Exercise Journal*. 2011. № 12. P. 333–342 ; Blind E.M., Stratta T.M. «Sport career death» of college athletes: involuntary and unanticipated sport exist // *Journal of Sport Behavior*. 1992. Vol. 15, issue 1. P. 3–20 ; Harris D.V. Female Athlete // *Sport Psychology* / eds. J.R. May, M.J. Asken. New York, 1987. P. 99–116.
2. Джанерьян С.Т. Психология профессионального самосознания : учебник. Ростов-н/Д., 2008. 240 с. ; Ермаков В.А. Психология в индустрии спорта : хрестоматия. М., 2011. 615 с.
3. Классические и современные методы диагностики самосознания личности : учеб.-метод. пособие / сост. Л.И. Дементий. Омск, 2010. 76 с. ; Harris D.V. Op. cit.
4. Психология человека от рождения до смерти / под общ. ред. А.А. Реана. СПб. ; М., 2002 ; Психология телесности / под ред. В.П. Зинченко, Т.С. Леви. М., 2011. 731 с.
5. Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры : учеб. пособие. СПб., 1999. 368 с.
6. Там же.
7. Пантилеев С.Р. Методика исследования самоотношения. М., 1993. 32 с.

## References:

1. Volkova, TG 2013a, *Psychology of consciousness*, Moscow, 296 p.; Volkova, TG 2013b, *Workshop on the psychology of self-awareness and self-regulation*, Moscow, 62 p.; Abbott, BD & Barber, BL 2011, 'Differences in functional and aesthetic body image between sedentary girls and girls involved in sports and physical activity: Does sport type make a difference?', *Psychology of Sport and Exercise Journal*, no. 12, p. 333-342; Blind, EM & Stratta, TM 1992, '«Sport career death» of college athletes: involuntary and unanticipated sport exist', *Journal of Sport Behavior*, vol. 15, issue 1, p. 3-20; Harris, DV 1987, 'Female Athlete', *Sport Psychology*, New York, p. 99-116.
2. Dzhanyan, ST 2008, *Psychology of professional consciousness: the textbook*, Rostov-on-Don, 240 p.; Ermakov, VA 2011, *Psychology in sport industry: a reader*, Moscow, 615 p.
3. Dementiy, LI (comp.) 2010, *Classical and modern methods of diagnosis self-consciousness*, Omsk, 76 p.; Harris, DV 1987, 'Female Athlete', *Sport Psychology*, New York, p. 99-116.
4. Rean, AA (ed.) 2002, *Psychology of man from birth to death*, St. Petersburg, Moscow; Zinchenko, VP & Levi, TS (ed.) 2011, *Psychology of corporeality*, Moscow, 731 p.
5. Stambulova, NB 1999, *Psychology of sports career*, St. Petersburg, 368 p.
6. Stambulova, NB 1999, *Psychology of sports career*, St. Petersburg, 368 p.
7. Pantileev, SR 1993, *Methods of self-study*, Moscow, 32 p.