

ABSTRAKT

Záměrem této práce je zkoumat v rámci sebepojetí žen jejich tělesné sebehodnocení a generalizovanou self-efficacy (vnímaná osobní účinnost), a to v souvislosti s pravidelnou pohybovou aktivitou, kterou tyto ženy provozují. Pro komplexnější uchopení tématu sebepojetí a sportu navíc sledujeme několik dalších proměnných: Body Mass Index (BMI), subjektivní sebevědomí, profesionální úroveň sportování a to, zda má žena děti. Teoretická část práce se zabývá konceptem sebepojetí se zaměřením na tělesné sebepojetí u žen a na self-efficacy ve sportu. Dále pojednává o vzájemném vztahu pohybu (těla) a psychiky. V empirické části práce jsme kvantitativním výzkumem na souboru 100 sportujících žen zjišťovali jejich tělesné sebehodnocení v souvislosti s typem pohybových aktivit, kterým se věnují. Zabývali jsme se také zjišťováním vztahu tělesného sebehodnocení, generalizované self-efficacy a dalších proměnných. Jako výzkumné metody jsme použili Profil tělesného sebehodnocení (PTS) a Dotazník obecné vlastní efektivity. z výsledků výzkumu na našem souboru vyplývá, že není statisticky významný rozdíl v tělesném sebehodnocení žen dle typu pohybových aktivit, které pravidelně vykonávají. Dále jsme zjistili statisticky významně vyšší tělesné sebehodnocení u profesionálně sportujících žen oproti ženám sportujícím rekreačně. Prokázali jsme statisticky významnou pozitivní korelaci mezi sebevědomím žen a jejich tělesným sebehodnocením, a významnou míru pozitivní korelace i mezi sebevědomím a generalizovanou self-efficacy. Prokázali jsme statisticky významnou negativní korelaci mezi velikostí těla vyjádřenou BMI a hodnocením vlastní tělesné atraktivity, tělesné sebeúcty a celkového tělesného sebehodnocení. Na našem souboru se nám podařilo prokázat statisticky významnou pozitivní korelaci mezi tělesným sebehodnocením a generalizovanou self-efficacy. Nejistili jsme žádný vztah mezi tělesným sebehodnocením a tím, zda ženy mají či nemají děti.

KLÍČOVÁ SLOVA

sebepojetí, tělesné sebepojetí, tělesné sebehodnocení, vnímaná osobní účinnost, pohyb