

## **ПСИХОЛОГИЯ СТИЛЯ. СПОРТИВНЫЙ СТИЛЬ КАК СПОСОБ САМОВЫРАЖЕНИЯ**

Казакова Д.В., Смирнова А.Д.

Научный консультант: Старчикова Маргарита Валерьевна, к.с.н., доцент кафедры гуманитарных наук с курсом клинической психологии АГМУ, заведующая отделом мониторинга факторов риска ХНИЗ

## **THE PSYCHOLOGY OF STYLE. SPORTS STYLE AS A WAY OF SELF-EXPRESSION**

Kazakova D.V., Smirnova A.D.

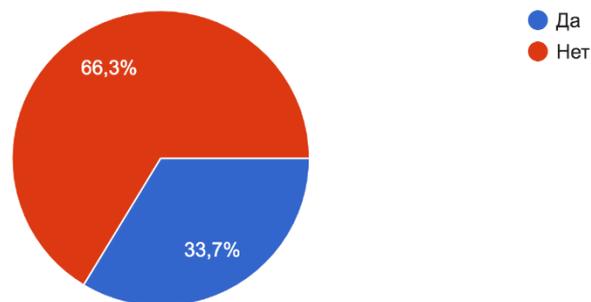
Scientific advisor: Starchikova Margarita Valeryevna, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of Humanities Department with the Course of Clinical Psychology at ASMU, Head of the Department for Monitoring of CND Risk Factors

Стиль - это совокупность деталей внешнего вида, единство образа, где форма и содержание не противоречат друг другу. Акценты расставляются при помощи обуви, расцветки ткани, аксессуаров, принтов, фурнитуры, материала ткани, кроем модели, различных комбинацией. Каждый человек имеет свой стиль одежды, отталкиваясь от своих интересов, личностных качеств, служебного положения и т.д.

Стиль одежды - это один из основных элементов имиджа человека, так как он играет важную роль в нашей жизни. В своей работе мы отметили некоторые особенности стиля одежды и отношение разных людей к своему стилю и образу жизни. Так, к примеру, вопрос о том насколько часто люди прислушиваются к мнению окружающих по поводу внешнего вида, приятно удивил – 66,3% респондентов дали отрицательный ответ, кроме того отмечали что «не стоит заострять свое внимание на том, как к твоему образу отнесутся другие люди, ведь каждый человек индивидуален»

Часто ли вы прислушиваетесь к мнению людей по поводу внешнего вида?

101 ответ

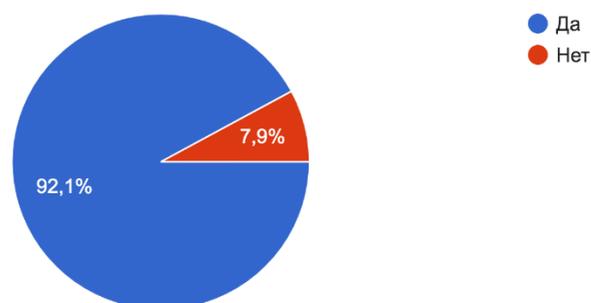


Индивидуальный образ – это не только стиль одежды, но и самооценка, выражение своего “Я”, и то, как мы видим себя в разных ситуациях, то, как воспринимаем обратную связь от окружающих. Не только то, во что мы одеваемся, но и наша манера речи определяют нас. Мы считаем, что все эти выборы исходят из внутреннего состояния каждого человека, от наших эмоций и чувств, от нашего места в этом мире. Очень важно то, что нужно не просто носить какую-либо одежду, но и быть индивидуальностью.

Благодаря одежде человек создает для себя некий образ, для того, чтобы окружающие могли воспринимать его так, как он того желает. И данный вопрос подтвердился ответами респондентов:

Является ли одежда образом человека?

101 ответ



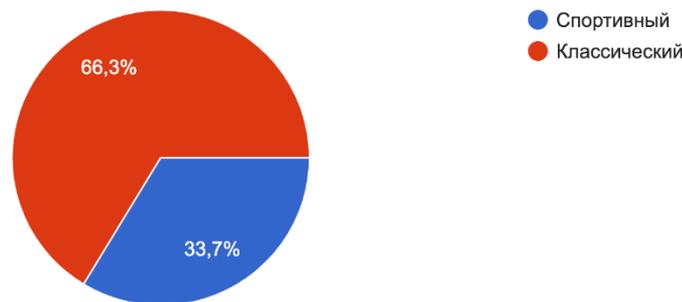
Но как определить свой стиль? Люди выбирают себе образ, по которому можно понять, что же все-таки представляет из себя человек. Мы не в силах читать мысли других людей, поэтому получаем наши первые впечатления о

человеке только тогда, когда посмотрим на внешние данные и на то, что он носит, ведь не зря есть выражение, что по одежке встречают. Существуют множество различных стилей одежды, такие как официальные (если мы хотим подчеркнуть наш профессионализм), случайные (когда мы просто хотим чувствовать себя комфортно, не привлекая слишком много внимания), спортивный, романтический и т.д. Также можно сочетать разные стили одежды, чтобы подчеркнуть свою уникальность и смелость, кроме того выбор цвета одежды может подчеркнуть настроение и состояние человека. Но здесь есть вероятность попасть в стереотипное мышление и сделать неправильные выводы, например, воспринимать человека, который носит черный, как кого-то строгого, грустного, серьезного. Кроме всего прочего можно отметить то, какие аксессуары носит человек, может также подчеркнуть его значимость или уникальность. Ношение сережек, ожерелья, браслетов индивидуальной формы служит отличным способом самовыражения, особенно для женщин. Но также и некоторые мужчины выбирают вышитые шляпы с их творческим логотипом и изображением, с индивидуальными кошельками, сумочками и часами, чтобы выразить свою индивидуальность. Существует много разных способов для выражения своей личности, а выбор того или иного способа выражения зависит от таких факторов, как разные жизненные периоды, культурные аспекты и незначительный, но не последний фактор, - это настроение и желание экспериментировать в жизни и пробовать что-то новое.

На наш взгляд спортивный стиль одежды наиболее распространен и чаще всего используется в повседневной жизни, так как он удобен, легок и универсален, поэтому в своей работе мы сделали акцент именно на данном стиле. Идя по улице, смотря на фотографии в журналах с показа мод, можно заметить, что спортивный стиль является неотъемлемой частью нашей моды. Молодежь, дети, люди среднего возраста предпочитают более облегченный стиль одежды, но также для многих людей спортивный стиль является не подходящим. Кто-то считает спортивный стиль больше подходит для определенного вида спорта, носки дома, а кто-то наоборот считает, что для удобства и комфорта подходит как ничто другое – спортивный стиль. В начале исследования мы выдвигали гипотезу – «люди больше предпочитают спортивный стиль, чем классический», но она в ходе исследования не подтвердилась. Проведя анкетирование, мы получили следующие результаты:

Вы больше предпочитаете спортивный или классический стиль одежды?

101 ответ



### **Заключение**

Именно внешний вид помогает увидеть индивидуальные особенности человека. Все мы носим одежду в соответствии тому, кем мы являемся или хотим являться. Ты можешь быть скрытным человеком, необщительным, у тебя может быть скучная, «бумажная» работа, но твоя одежда, твой индивидуальный стиль может помочь выразить, показать то, каким человеком ты являешься, что ты можешь предложить этому миру. Кроме того, ты сам можешь понять какое настроение сегодня у тебя или чем оно отличается от вчерашнего, стоит посмотреть внимательно на свой гардероб, и ты можешь понять важность предстоящего мероприятия, по тому настрою и желанию выглядеть как-то по-особенному. Ты можешь понять, чьими мыслями и образами ты живешь, насколько тебе комфортно в своем стиле или нужно уже что-то поменять. Ведь нередко бывает, когда у людей появляются неразрешимые задачи в жизни, им хочется что-то поменять, но не получается (по разным причинам), то скорее всего человек (особенно девушка) идет в парикмахерскую или магазин одежды и пытается выглядеть как-то по-иному. Поэтому стоит чаще присматриваться не только к тем образам, которые в себе таят случайные прохожие, но чаще перебирать свой гардероб, ловить себя на мысли, а что не так или, наоборот все хорошо, и я блистаю в каком-то особенном цвете сегодня. Как сказала Софи Лорен: «Одежда – самое простое средство раскрытия личности».

### **Список литературы:**

1. Сорины, сестры. Язык одежды или как понять человека по его одежде. М. Издательство «Гном и Д». 2002.
2. СТИЛЬ ОДЕЖДЫ КАК СПОСОБ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ И САМОВЫРАЖЕНИЯ ЛИЧНОСТИ. Кайгородов Борис Владиславович. 2011.