

Obsah

ÚVOD	7
1. KAPITOLA	
Filozofická východiska	9
2. KAPITOLA	
Výklad pojmů vztahujících se k vlastnímu tělu	16
2.1. Historický vývoj výkladu těla a terminologie	16
2.2. Strukturalizace pojmů podle Bielefelda	21
2.3. Základní pojmy	21
3. KAPITOLA	
Tělesné a duševní v člověku	27
3.1. Sebepojetí	28
3.2. Tělesné sebepojetí	36
3.3. Tělesná přitažlivost a duševní zdraví	46
3.4. Význam tělesného sebepojetí pro vlastní identitu	52
4. KAPITOLA	
Komunikace prostřednictvím těla	58
4.1. Kulturní podmíněnost tělesného sebepojetí	59
4.2. Tělo jako informátor o osobnosti	65
5. KAPITOLA	
Objektivní hodnocení těla	71
5.1. Dědičnost a postava	71
5.2. Metody měření proporcí těla	76
5.3. Hlavní činitelé tělesné dokonalosti	89

6. KAPITOLA	
Subjektivní hodnocení těla	93
6.1. Ideál krásy	95
6.2. Mýtus dokonalého těla	99
6.3. Rozdíly mezi subjektivním a objektivním hodnocením těla	101
7. KAPITOLA	
Výzkum tělesného sebepojetí	107
7.1. Současný stav řešení problému	108
7.2. Metody zkoumání tělesného sebepojetí	115
8. KAPITOLA	
Experimentální část	122
8.A. Péče o tělo u adolescentní ženské populace	122
8.A.1. <i>Spokojenost s vlastním tělem</i>	130
8.A.2. <i>Body Mass Index a tělesné sebehodnocení</i>	139
8.A.3. <i>Další výsledky</i>	144
8.A.4. <i>Sebepojetí a racionální způsob života</i>	146
8.A.5. <i>Shrnutí</i>	152
8.B. Vztah české populace k vlastnímu tělu	155
8.B.1. <i>Tělesné sebepojetí a pohlaví</i>	157
8.B.2. <i>Ontogeneze tělesného sebepojetí</i>	161
8.B.3. <i>Tělesné sebepojetí a vzdělání</i>	164
8.B.4. <i>Sebepojetí, pohybová aktivita a sport</i>	168
8.B.5. <i>Sebepojetí a tělesná konstituce</i>	174
8.B.6. <i>Shrnutí</i>	177
8.C. Sebepojetí, národní tradice a kultura	180
8.C.1. <i>Reflexe vlastní osoby</i>	181
8.C.2. <i>Reflexe tělesného vzhledu</i>	183
8.C.3. <i>Činnosti vztahující se k tělu</i>	184
8.C.4. <i>Hodnocení, uvědomělost, kontrola vlastního těla</i>	185
8.C.5. <i>Shrnutí</i>	186
9. KAPITOLA	
Masmédia a tělesné sebepojetí	187
9.1. Psychologický vliv médií	191
9.2. Tělo a média	193
9.3. Analýza českého tisku	195
9.4. Shrnutí	201
10. KAPITOLA	
Možnosti a limity korekce tělesných proporcí	202

10.1. Pohyb a postava	204
10.2. Výživa a udržení hmotnosti	207
10.3. Lékařské zákroky, estetická chirurgie	210
10.4. Kosmetická péče	212
ZÁVĚRY	216
SUMMARY	222
ZUSAMMENFASSUNG	234
PEZIOME	247
SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY	260