



УДК 159.953-796.83

## ВПЛИВ ЕКСТРЕМАЛЬНОСТІ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ГЕНДЕРНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ СПОРТСМЕНОК

Гант О.Є., к. психол. н., доцент,  
завідувач кафедри педагогіки та психології  
Харківська державна академія фізичної культури

На основі психодіагностичного обстеження 49 спортсменок визначено особливості їхніх гендерних характеристик. Показано, що спортсменки групи «фемінних» спортивних спеціалізацій схильні до ризику значно менше, ніж спортсменки з групи «маскулінних» спортивних спеціалізацій. У групі дівчат «маскулінних» спортивних спеціалізацій провідними цінностями є саморозвиток, збереження власної індивідуальності та духовне задоволення; у спортсменок «фемінних» спортивних спеціалізацій провідними є збереження власної індивідуальності та високе матеріальне становище.

**Ключові слова:** спорт, гендерні ролі, спортсменки.

На основе психодиагностического обследования 49 спортсменок определены особенности их гендерных характеристик. Показано, что спортсменки группы «феминных» спортивных специализаций стремятся к риску значительно меньше, чем спортсменки из группы «маскулинных» спортивных специализаций. В группе девушек «маскулинных» спортивных специализаций ведущими ценностями выступают саморазвитие, сохранение собственной индивидуальности и духовное удовлетворение; у спортсменок «феминных» спортивных специализаций ведущими выступают сохранение собственной индивидуальности и высокое материальное положение.

**Ключевые слова:** спорт, гендерные роли, спортсменки.

Hant O.Ye. INFLUENCE OF EXTREME SPORTS ACTIVITIES ON ATHLETES' GENDER CHARACTERISTICS

Based psychodiagnostic survey identified 49 athletes especially their gender characteristics. It was shown that athletes group "feminine" sports specializations risk is much smaller than the group sportswomen "masculine" sports majors. In the group of girls "masculine" values of sports majors leading advocate self-development, maintaining their own individuality and spiritual satisfaction; in athletes "feminine" sports majors leading advocate preserving their own individuality and high financial situation.

**Key words:** sport, gender roles, athletes.

**Постановка проблеми.** Останнім часом у психологічній науці розвивається гендерний підхід, який дає змогу з новою позицією поглянути на особливості особистості, пов'язані з її статтю. Під гендером розуміється соціальна або психологічна стать, яка формується прижиттєво в соціокультурному середовищі. Передумовою конструювання гендеру є стереотипи – уявлення про якості й норми поведінки чоловіків і жінок. Ці норми поведінки поширюються на всі сфери життєдіяльності людини, у тому числі на спорт [1; 10; 11].

Типовий для чоловіків процес соціалізації більшою мірою, ніж для жінок, передбачає заняття спортом, оскільки сприяє формуванню таких якостей особистості, які стереотипно сприймаються як «чоловічі», – сили, наполегливості, цілеспрямованості тощо. Хоча останнім часом жінки активно залучаються до спорту, донині існують певні види, які характеризуються як більш бажані для чоловіків або жінок. Агресивний фізичний контакт – це імідж чоловічого спорту, тоді як грація та елегантність – характеристики типової спортсменки-жінки.

Існують види спорту, які репрезентують образи, що стосуються стереотипів маскулінності (мужності, твердості, сили, проявів агресивності у взаємодії із супротивником); до них належать різні види єдиноборств. Також існують види спорту, які репрезентують образи, що стосуються стереотипів фемінності, де необхідні м'якість, емоційність, артистизм (наприклад, бальні танці, фігурне катання) [2; 7; 11]. Ці дисципліни однаково успішно практикують спортсмени як чоловічої, так і жіночої статі, починаючи вже з молодшого шкільного віку [2; 4; 11].

Особистість формується в діяльності, у тому числі в спорті. Відомо, що сильна ідентифікація спортсменів із їх спортивною роллю починається в ранньому дитинстві та триває в дорослому віці [1; 3; 5; 8; 11]. У зв'язку із цим виникають побоювання, чи не буде сильна ідентифікація зі спортивною роллю сприяти формуванню рис особистості, не властивих жіночій статі, у маскулінних видах спорту та рис особистості, не властивих чоловічій статі, – у фемінних, або приводити до гіпертрофії маскулінних якостей у чоловіків і фемінних у жінок у ста-

тево специфічних спортивних спеціалізаціях [6; 7; 9].

Незважаючи на те, що положення про вплив діяльності на формування якостей особистості належить до безперечних, наукових досліджень, присвячених впливу заняття маскулінними й фемінними видами спорту на особистісні характеристики чоловіків і жінок, донині не існує. Таким чином, актуальним є вивчення впливу занять маскулінними й фемінними видами спорту на особистісний розвиток представників жіночої статі. Важливим також є з'ясування мотиваційних передумов освоєння «чоловічої» діяльності дівчатами-спортсменками, які спонукають долати стереотипи маскулінності та фемінності, засвоєні в процесі соціалізації особистості, що визначають траєкторію життєвого шляху та стандарти способу життя, що дасть змогу більш ефективно вирішувати питання, пов'язані з оптимізацією спортивної діяльності.

**Постановка завдання.** Метою роботи стало вивчення особливостей формування гендерних характеристик особистості спортсменок.

Для повної характеристики особистісних якостей спортсменок різних спортивних спеціалізацій та їхньої гендерної ідентифікації використовувались такі емпіричні методи: стандартизована бесіда, психодіагностичний метод, експеримент. Психодіагностичний метод був реалізований за допомогою методики «Фемінність-маскулінність» С. Бем, методики «Самооцінка рівня домагань» В.К. Горбачевського, методики «Морфологічний тест життєвих цінностей» В.Ф. Сопова, Л.В. Каркушиної [12].

У дослідженні взяли участь 49 спортсменок різних спортивних спеціалізацій віком від 17 до 22 років, з яких були сформовані групи «маскулінних» і «фемінних» спортивних спеціалізацій. До групи «маскулінних»

спортивних спеціалізацій (бокс, тайбокс, тейквандо, боротьба) увійшли 26 спортсменок, до групи «фемінних» спортивних спеціалізацій (спортивні бальні танці, художня гімнастика) – 23 спортсменки.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Особливості гендерної диференціації спортсменок за результатами методики «Маскулінність-фемінність» представлено в таблиці 1.

Згідно з результатами, отриманими за допомогою методики «Маскулінність-фемінність», спрямованої на визначення психологічної статі особистості, для 15 (58,00%) спортсменок різних спеціалізацій характерні маскулінні, тобто типово чоловічі, риси: домінантність, впевненість у собі, схильність відстоювати свої погляди, самостійність, прагнення до лідерства, дух суперництва. Такі спортсменки вірять у себе, схильні захищати свої погляди, незалежні, напористі, аналітичні, прагнуть до лідерства, схильні до ризику, швидко приймають рішення, покладаються тільки на себе (самодостатні), мужні, мають власну позицію, агресивні, схильні вести за собою, індивідуалісти, амбіційні. До маскулінних якостей також відносять агресивність, прагнення до уваги, вразливість, змагальність, інструментальність (орієнтацію на речі). У сфері цінностей вважається, що такі жінки прагнуть до влади, цінують компетентність, майстерність і досягнення.

Лише 5 (19,00%) випробовуваним із групи «маскулінних» спортивних спеціалізацій властива фемінність, тобто традиційно жіночі риси: поступливість, м'якість, чутливість, сором'язливість, ніжність, сердечність, здатність до співчуття та співпереживання. Тоді як у групи «фемінних» спортивних спеціалізацій ці характеристики мають місце в 15 (65,00%) дівчат. Фемінними якостями також вважаються життєрадісність, здатність до лестощів, відданість,

Таблиця 1

**Особливості гендерної диференціації спортсменок за результатами методики С. Бем**

Показники	Досліджувані спортсменки (n=49)			
	«маскулінні» спортивні спеціалізації (n=26)		«фемінні» спортивні спеціалізації (n=23)	
	Абс. вел	%	Абс. вел	%
Маскулінність	15	58,00	0	0
Фемінність	5	19,00	15	65,00
Виражена маскулінність	0	0	0	0
Виражена фемінність	0	0	4	17,50
Андрогінність	6	23,00	4	17,50



жіночність, уміння співчувати, турботливість, здатність розуміти інших, здатність до співпереживання, здатність втішити, сердечність, довірливість, інфантильність.

6 (23,00%) спортсменкам із групи «маскулінних» спортивних спеціалізацій та 4 (17,50%) спортсменкам із групи «фемінних» спортивних спеціалізацій притаманна андрогінність особистості, тобто взаємоповнюваність маскулінних і фемінних рис. Така гармонійна інтеграція маскулінних та фемінних рис підвищує адаптивні можливості андрогінного типу. При цьому велика м'якість, стійкість у соціальних контактах і відсутність різко виражених доміантно-агресивних тенденцій у спілкуванні жодним чином не пов'язані зі зниженням упевненості в собі, навпаки, вони проявляються на тлі збереження високої самоповаги й самосприйняття. Чітко виражена психологічна фемінність мала місце лише в 4 (17,50%) спортсменок групи «фемінних» спортивних спеціалізацій. Носіїв чітко вираженої психологічної маскулінності в обстежуваній групі спортсменок не виявлено (див. табл. 1).

Наступним етапом дослідження особливостей гендерних характеристик особистості спортсменок стало вивчення їхніх психологічних особливостей гендерної диференціації. Специфіку гендерної диференціації спортсменок вивчали за допомогою порівняння схильності до ризику в спортсменок «маскулінних» і «фемінних» спортивних спеціалізацій. Результати аналізу готовності до ризику в спортсменок різних спортивних спеціалізацій представлено в таблиці 2.

Результати методики дали змогу оцінити ступінь готовності спортсменок до ризику. Результати, отримані за допомогою методики Ф. Шуберта, показали, що спортсменки групи «фемінних» спортивних спеціалізацій ( $13,65 \pm 0,64$ ) схильні до ризику значно менше, ніж спортсменки з групи «маскулінних» спортивних спеціалізацій ( $16,4 \pm 1,5$ ). Спортсменки, готові до ризику, азартні, безстрашні, часто мають високий рівень працездатності, ініціативні, легко підкорюють нові вершини. На противагу їм є також спортсменки, яких можна оха-

Таблиця 2

**Показники ступеня готовності до ризику спортсменок різних спортивних спеціалізацій**

Показник	Досліджувані спортсменки (n=49)		Критерії вірогідності	
	«маскулінні» спортивні спеціалізації (n=26)	«фемінні» спортивні спеціалізації (n=23)		
Готовність до ризику	$16,4 \pm 1,5$	$13,65 \pm 0,64$	1,4	<0,001

Таблиця 3

**Розподіл життєвих цінностей за методикою «Морфологічний тест життєвих цінностей» В.Ф. Сопова, Л.В. Каркушиної в спортсменок різних спортивних спеціалізацій**

Показники	Місце в рейтингу	
	«маскулінні» спортивні спеціалізації (n=26)	«фемінні» спортивні спеціалізації (n=23)
Життєві цінності		
Саморозвиток	1	1
Збереження індивідуальності	3	2
Духовне задоволення	2	6
Особистісний престиж	4	4
Креативність	5	5
Високе матеріальне становище	6	3
<b>Життєві сфери</b>		
Фізична активність	1	1
Сімейне життя	2	2
Професійне життя	5	3
Навчання та освіта	3	4
Захоплення	4	5
Громадське життя	6	6

рактизувати як обережних, акуратних, ощадливих, такі люди намагаються більш відповідально ставитись до всього.

Таким чином, спортсменки «фемінної» спортивної спеціалізації поведуться більш стримано й обережно; можливо, це можна пояснити тим, що з віком та зростанням досвіду готовність до ризику знижується.

Спортсменки з високим рівнем захисту частіше потрапляють у неприємності, ніж ті, які мотивовані на успіх. Спортсменки, які бояться невдач, віддають перевагу малому або, навпаки, надмірно великому ризику, де невдача не загрожує престижу спортсмена. Установка на захисну поведінку спортивної та іншої діяльності залежить від таких трьох факторів: ступеня передбачуваного ризику, переважної мотивації, досвіду невдач.

Підсилюють установку на захисне поведіння дві обставини: коли без ризику вдається отримати бажаний результат та коли ризикована поведінка веде до нещасного випадку. Досягнення ж безпечного результату під час ризикованої поведінки, навпаки, послаблює установку на захист, тобто мотивацію до уникнення невдач.

Висока готовність до ризику супроводжується низькою мотивацією до уникання невдач (захисту). Готовність до ризику прямо пропорційно пов'язана із числом допущених помилок.

Розподіл життєвих цінностей за методикою «Морфологічний тест життєвих цінностей» В.Ф. Сопова, Л.В. Каркушиної в спортсменок різних спортивних спеціалізацій представлено в таблиці 3.

Встановлено, що в системі життєвих цінностей спортсменок «маскулінних» спортивних спеціалізацій провідними є духовно-моральні орієнтири: саморозвиток, збереження власної індивідуальності та духовне задоволення. Егоїстично-престижні,

тобто прагматичні, цінності є менш важливими.

У групі дівчат «фемінних» спортивних спеціалізацій провідними є духовно-моральні орієнтири (саморозвиток, збереження власної індивідуальності) та егоїстично-престижні (високе матеріальне становище). Громадське й професійне життя поступаються навчанню та освіті.

Рівень домагань є важливим структуроутворюючим компонентом особистості. Це досить стабільна індивідуальна якість людини, яка характеризує, по-перше, рівень труднощів намічених завдань; по-друге, вибір суб'єктом мети чергової дії; по-третє, бажаний рівень самооцінки особистості.

Дослідження дало змогу виявити рівень та адекватність, тобто реалістичність домагань спортсменок різних спортивних спеціалізацій (див. табл. 4).

Як видно з даних таблиці 4, високий рівень домагань спостерігався в 10 (40,00%) спортсменок, з них 6 (23,00%) – дівчата «маскулінних» спортивних спеціалізацій, і 4 (17,00%) – дівчата «фемінних» спортивних спеціалізацій.

Спортсменки, які усвідомлюють власну значимість, як правило, створюють навколо себе ореол задоволеності. Вони менш залежні від підтримки й схвалення оточуючих, оскільки навчилися самі себе стимулювати. Ці дівчата відрізняються ініціативою й завзятістю, змушують інших «обертатись навколо себе» та отримують від цього чималу користь. Вони не засмучуються, коли їх критикують, а намагаються виправити свої помилки та не бояться бути відкинутими, висловлюючи принципову позицію в тих чи інших питаннях, скоріше готові подякувати за «конструктивну пораду». Отримавши в чомусь відмову, вони не сприймають це як приниження своєї персони, бачать причину того, що сталося, не в собі, а зовні,

Таблиця 4

#### Результати дослідження рівня домагань спортсменок різних спортивних спеціалізацій

Рівень домагань	Кількість балів	Кількість досліджуваних					
		«маскулінні» спортивні спеціалізації (n=26)		«фемінні» спортивні спеціалізації (n=23)		Загальна (n=49)	
		Абс. вел.	%	Абс. вел.	%	Абс. вел.	%
Нереалістично високий	5 та більше	9	35,00	8	35,00	17	70,00
Високий	3–4,99	6	23,00	4	17,00	10	40,00
Помірний	1–2,99	7	27,00	6	26,00	13	53,00
Низький	0,99 та нижче	4	15,00	5	22,00	9	37,00





і потім намагаються змінити зовнішні обставини в сприятливий для себе бік. Таким дівчатам легко бути оптимістами. Вони можуть критично оцінювати не тільки свої вчинки, а й вчинки оточуючих їх людей, частіше досягають поставлених цілей і рідше програють. Високий реалістичний рівень домагань спортсменки може поєднуватись у неї з упевненістю в цінності власних дій, прагненням до самоствердження, відповідальністю, корекцією невдач за рахунок власних зусиль, наявністю стійких життєвих планів. Якщо в спортсменки високий нереалістичний рівень домагань, то він супроводжується, як правило, фрустрацією, вимогливістю до оточуючих. Дівчата з таким рівнем домагань іпохондричні та відчувають труднощі в реалізації власних життєвих планів.

У 13 (53,00%) випробовуваних мав місце помірний рівень домагань, з них 7 (27,00%) – дівчата «маскулінних» спортивних спеціалізацій, і 6 (26,00%) – дівчата «фемінних» спортивних спеціалізацій (див. табл. 4).

Цей результат підтверджує справжнє уявлення спортсменок про свої можливості, що є важливим чинником особистісного розвитку дівчини. Помірний рівень домагань характерний для випробовуваних, упевнених у собі, товариських, налаштованих на успіх, які не шукають самоствердження, розраховують міру своїх сил та зусиль із цінністю досягнутого.

Низький рівень домагань мав місце в 9 (37,00%) спортсменок, з них 4 (15,00%) – дівчата «маскулінних» спортивних спеціалізацій, і 5 (22,00%) – дівчата «фемінних» спортивних спеціалізацій. Цей рівень свідчить про крайнє неблагополуччя в розвитку особистості, а дівчата з такою самооцінкою становлять «групу ризику».

За низькою самооцінкою можуть ховатись два абсолютно різні психологічні явища: справжня невпевненість у собі та «захисна», коли декларування власного невміння, відсутності здатності тощо (самому собі) дає змогу не докладати жодних зусиль. Низький рівень домагань багато в чому залежить від установки на невдачу. В осіб із нереалістично низьким рівнем домагань часто бувають неясні плани на майбутнє. Зазвичай вони орієнтовані на підкорення та часто виявляють безпорадність. Однією з проблем таких дівчат може стати планування своїх дій у найближчому часі та співвіднесення їх із перспективою.

Неадекватність рівня домагань може призводити до дезадаптивної поведінки, неефективності будь-якої діяльності, труднощів у міжособистісних стосунках підлітків. Зниження рівня домагань, що розвивається

внаслідок дефіциту соціально значущого успіху, може викликати зниження мотивації, невпевненість і глобальну боязнь труднощів. Корекція рівня домагань повинна бути спрямована на узгодження уявлень про бажаний результат із можливостями й здібностями особистості. Закріплення цього узгодження в конкретній успішній діяльності підвищує адекватність рівня домагань спортсменок.

Нереалістично високо оцінили себе 17 (70,00%) спортсменок, з них 9 (35,00%) – дівчата «маскулінних» спортивних спеціалізацій, і 8 (35,00%) – дівчата «фемінних» спортивних спеціалізацій; ці результати свідчать про завищену самооцінку та некритичне ставлення особистості до власних можливостей (див. табл. 4).

Нереалістично високий рівень домагань може підтверджувати особистісну незрілість, невміння правильно оцінити результати своєї діяльності, порівнювати себе з іншими.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Таким чином, зазначені теоретичні положення визначають актуальність, наукову й практичну значимість фундаментального дослідження гендерної психології особистості спортсмена. У концептуальному плані актуальним є розроблення психологічної концепції гендерного розвитку спортсмена, а також гендерно-орієнтованого підходу до його психологічного супроводу. Маскулінність, тобто типово чоловічі, риси (домінантність, упевненість у собі, схильність відстоювати свої погляди, самостійність, прагнення до лідерства, дух суперництва) спостерігались у 15 (58,00%) дівчат із групи «маскулінних» спортивних спеціалізацій. 6 (23,00%) спортсменкам із групи «маскулінних» спортивних спеціалізацій групи та 4 (17,00%) спортсменкам групи «фемінних» спортивних спеціалізацій притаманна андрогінність особистості, тобто взаємодоповнюваність маскулінних і фемінних рис. Чітко виражена психологічна фемінність мала місце лише в 4 (17,50%) спортсменок групи «фемінних» спортивних спеціалізацій. Носіїв чітко вираженої психологічної маскулінності в обстежуваній групі спортсменок не виявлено. Спортсменки групи «фемінних» спортивних спеціалізацій ( $13,65 \pm 0,64$ ), схильні до ризику значно менше, ніж спортсменки з групи «маскулінних» спортивних спеціалізацій ( $16,4 \pm 1,5$ ). У групі дівчат «маскулінних» спортивних спеціалізацій провідними є духовно-моральні орієнтири (саморозвиток, збереження власної індивідуальності та духовне задоволення). У групі дівчат «фемінних» спортивних спеціалізацій провідними є духовно-моральні

(саморозвиток, збереження власної індивідуальності) та егоїстично-престижні (високе матеріальне становище) орієнтири.

Високий рівень домагань спостерігався в 10 (40,00%) спортсменок, з них 6 (23%) – дівчата «маскулінних» спортивних спеціалізацій, і 4 (17,00%) – дівчата «фемінних» спортивних спеціалізацій. У 13 (53,00%) випробовуваних мав місце помірний рівень домагань, з них 7 (27,00%) – дівчата «маскулінних» спортивних спеціалізацій, і 6 (26,00%) – дівчата «фемінних» спортивних спеціалізацій. Низький рівень домагань мав місце в 9 (37,00%) спортсменок, з них 4 (15,00%) – дівчата «маскулінних» спортивних спеціалізацій, і 8 (35,00%) – дівчата «фемінних» спортивних спеціалізацій; він свідчить про крайнє неблагополуччя в розвитку особистості, а дівчата з такою самооцінкою становлять «групу ризику».

Перспективи дослідження полягають у вивченні психологічних чинників забезпечення гендерної ідентифікації в спортсменок на різних етапах спортивної підготовки.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Бабушкин Г.Д. Психология спорта / Г.Д. Бабушкин, Р.Н. Смоленцева. – Омск : СибГУФК, 2007. – 270 с.
2. Бендас Т.В. Гендерная психология : [учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед., обуч. по направл. и спец. психологии] / Т.В. Бендас. – СПб. : Питер, 2007. – 431 с.
3. Бендас Т.В. Проблемы гендерной психологии лидерства: новый этап развития / Т.В. Бендас, Е.Б. Петрушихина // RSUH/RGGU BULLETIN. – 2015. – № 1. – С. 135–142.
4. Введение в гендерные исследования : [учеб. пособие для студ. вузов] / [И.В. Костикова и др.] ; под общ. ред. И.В. Костиковой. – М. : Аспект Пресс, 2005. – 235 с.
5. Гаибов Ф.Ф. Спортивная ориентация и отбор в гимнастических дисциплинах : автореф. дисс. ... канд. пед. наук / Ф.Ф. Гаибов ; НГУ им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2014. – 25 с.
6. Гант О.С. Влияние ситуации экстремальной спортивной деятельности на самооценку спортсменов / О.С. Гант // Образование как фактор формирования инновационного человеческого потенциала : матер. XVIII регион. науч.-практ. конф. учителей (г. Харьков, 14 апреля 2012 г.). – Х., 2012. – С. 64–69.
7. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2010. – 352 с.
8. Клещина И.С. Гендерная социализация : [учеб. пособие] / И.С. Клещина. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 1998. – 92 с.
9. Попова Л.В. Гендерные аспекты самореализации личности : [учеб. пособие по спецкурсу] / Л.В. Попова. – М., 1996. – 48 с.
10. Психологическое обеспечение спортивной деятельности : [монография] / под общ. ред. Г.Д. Бабушкина. – Омск : СибГУФК, 2006. – 380 с.
11. Пуни А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте / А.Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1989. – 88 с.
12. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика взрослых / под общ. ред. Д.Я. Райгородского. – Самара : ИД «Бахрам-М», 2009. – 2009. – 704 с.