



ОСОБЕННОСТИ САМООТНОШЕНИЯ МОЛОДЕЖИ ЗАНИМАЮЩЕЙСЯ УШУ ПО ШАОЛИНСКОЙ СИСТЕМЕ



*Рогов В.М. – соискатель
кафедры психологии
РГУФКСМиТ, Председатель
правления Центра изуче-
ния боевых искусств и
оздоровительных прак-
тик «Дамо», ученик
Настоятеля Сушаньского
Шаолиньского монастыря
Преподобного Ши Юнзина.*



*Уляева Л.Г. –
к.пс.н., доцент
кафедры психологии
ГУФКСМиТ*

Ключевые слова: гендерные, возрастные, стажевые особенности самоотношения; ушу по шаолиньской системе

Key words: gender, age, experience features of self-relationship; shaolin wushu

Резюме. В данной статье освещаются вопросы, связанные с выявлением гендерных, возрастных и стажевых особенностей самоотношения у молодежи, занимающейся восточными единоборствами (ушу) по шаолиньской системе. Анализ результатов исследований позволит в дальнейшем более эффективно способствовать психо-физическому и духовно-нравственному развитию российской молодежи.

Summary. This article covers the issues associated with identifying the gender, age and experience features of self-relation of young people studying shaolin wushu. Analyses of research results enable in the future contribute more effectively to the psychophysical and moral development of Russian youth.

Постановка проблемы.

В последние годы происходит активное взаимовлияние различных субкультур, под воздействием которых происходят заметные трансформации в формировании ценностных ориентации спортсменов. Активные процессы культурного взаимодействия отмечаются и в сфере спортивной деятельности, где развернувшийся диалог Россия-Восток усилил тенденции влияния восточной культуры в различных сферах общественных практик, в том числе, в сфере физической культуры и спорта.

Одним из проявлений такой тенденции является повышенный интерес молодежи к восточным культурам: а именно, к образу жизнедеятельности, специфике восточного менталитета, особенностям ценностных установок, правил и отношений между людьми. Чаще всего реализация такого интереса осуществляется через изучение восточных боевых искусств, которые значительно обогащают не только спортивную практику, но и внутренний мир личности спортсмена.

Достаточно длительный опыт работы авторов

в Центре изучения традиционного боевого искусства Шаолиньского монастыря даёт основания считать, что ассимиляция восточных боевых искусств в российскую культурную традицию оказывает существенное влияние не только на спортивное совершенствование мастерства, но и как вид духовной практики, оказывает большое влияние на формирование ценностных ориентации занимающихся, определяющих их жизнедеятельность и поведение.

Распространение восточных боевых искусств в российской культурной традиции - это не только вид спортивного совершенствования личности, но и разновидность духовной практики, которая оказывает большое влияние на формирование ценностных ориентации молодых россиян, базовой культуры их личности, культуры самоопределения, понимание самооценности человеческой жизни.

Цель, методы и организация исследования.

В течение ряда лет нами проводились исследования в молодёжных группах, занимающихся ушу, на предмет выявления гендерных различий по показателям самоотношения. Диагностика самоотношения

осуществлялась в период с 2006 по 2009 годы на основе методик МИС Р.С. Пантеева, «Цель-Средство-Результат» (ЦСР) и личностного опросника Кеттелла.

Результаты исследований.

Было установлено, что количество женщин, занимающихся восточными единоборствами, стало заметно больше, чем мужчин: 60-70% состава групп составляли женщины разных возрастных категорий, преимуще-

ственно молодежи. Мужчины составляли примерно 25-30%, причем все они были в возрасте от 20 до 36 лет, т.е. также относились к категории молодежи. Таким образом, выявление гендерных различий проводилось на примерно одинаковой численности молодых мужчин и женщин, занимающихся единоборствами (140 человек).

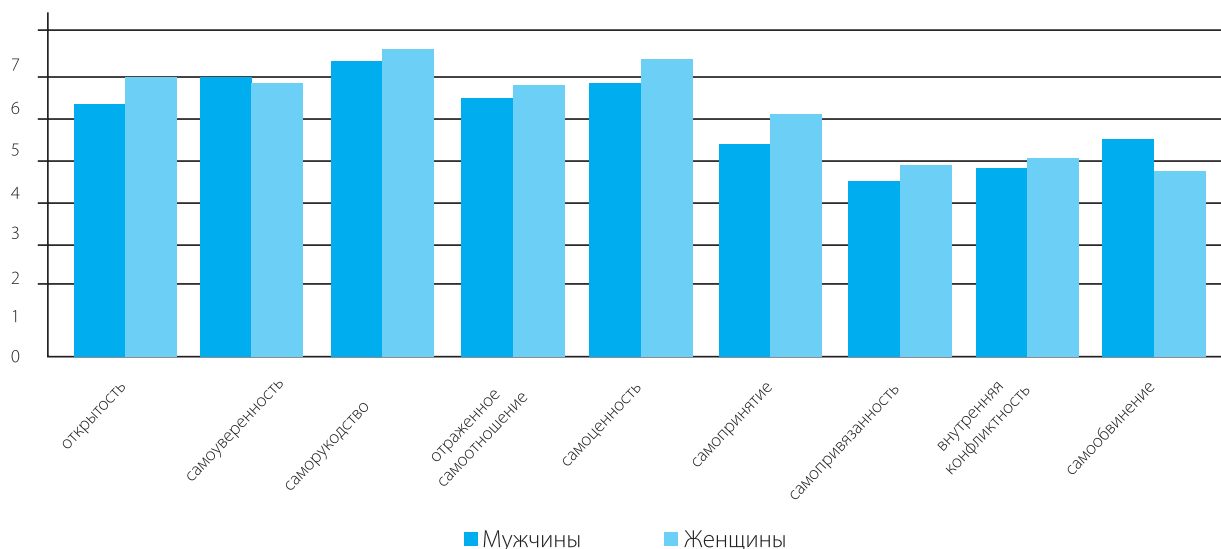


Рис. 1. Гендерные различия, выявленные по методике Р.С.Пантеева

Визуальный анализ результатов, полученных по методике Р.С.Пантеева (МИС), позволяет дать следующую их интерпретацию:

1. наблюдаются заметные различия по показателям (критерий Манна-Уитни): **открытость** ($p = 0,003$), **самопринятие** ($p = 0,024$), **самообвинение** ($p = 0,043$);
2. уровень **открытости** у женщин, занимающихся единоборствами значимо выше, чем у мужчин, также занимающихся единоборствами;

3. уровень **самопринятия** у женщин, занимающихся единоборствами, выше, чем у мужчин, занимающихся теми же единоборствами;
4. уровень **самообвинения** у женщин, занимающихся единоборствами, ниже, чем у мужчин, занимающихся теми же единоборствами.

Вывод: Самоотношение у женщин, занимающихся единоборствами, более позитивное, чем у мужчин.

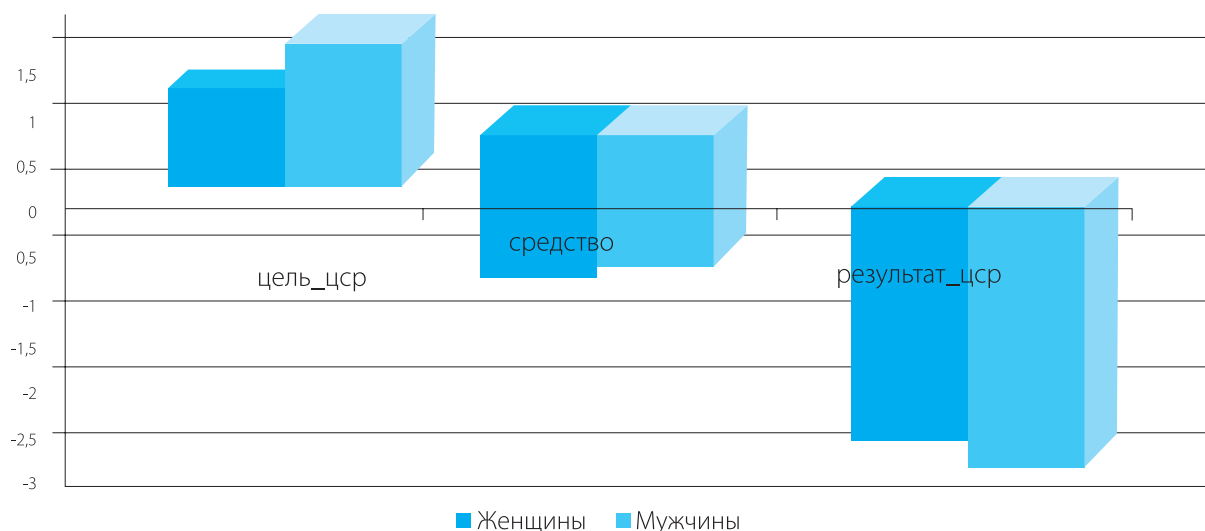


Рис 2. Гендерные различия, выявленные по методике «Цель-Средства-Результат»

Визуальный анализ результатов, полученных по методике ЦСР, позволяют установить, что значимые различия гендерного характера обнаружены не были, хотя можно отметить, что все показатели находятся в среднем диапазоне, который в данной методике считается наиболее приемлемым.

Визуальный анализ результатов, полученных по методике Кеттелла (см. график №3), позволил отметить выявленные различия по фактору М (**мечтательность**) по критерию Манна-Уитни ($p = 0,023$). Эти различия можно интерпретировать следующим

образом: женщины, занимающиеся единоборствами, значимо более склонны к проявлению мечтательности, нежели мужчины, занимающиеся теми же видами спорта. Фактор М представляет собой характеристику, связанную с углубленностью человека в себя, интересом и склонностью к занятиям наукой, развитым воображением. В данном случае мужчины предстают более практичными, реалистичными, склонными большей степени верить в фактам, нежели воображению и абстрактным представлениям.

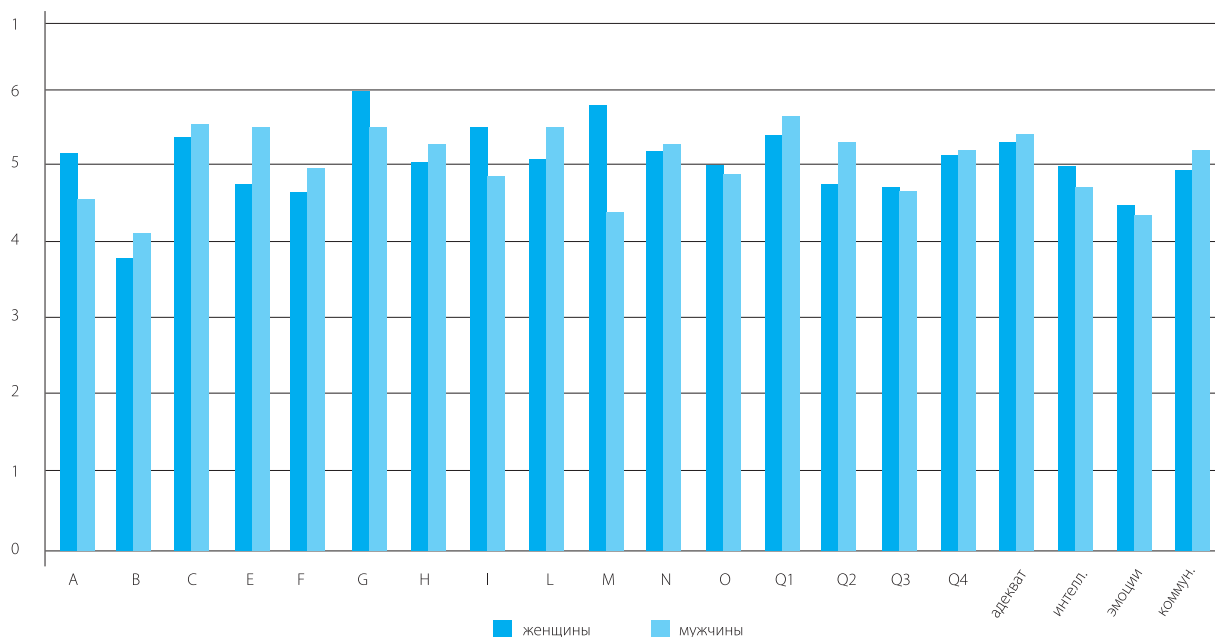


Рис 3. Гендерные различия, выявленные по 16-факторному опроснику Кеттелла

По остальным факторам сводная выборка по этому периоду (2006-2009 гг.) значимо не различается.

Аналогичным образом были исследованы возрастные особенности занимающихся ушу. При исследовании возрастных различий по методике Р.С.Пантилеева (МИС) значимых связей выявить не удалось.

Анализ результатов исследования по методике ЦСР (с учётом произведённого расчета корреляции Спирмена) показал, наличие значимых связей параметров самоотношения с возрастом по показателям «**средство**» ($r = -0,259, \alpha < 0,05$) и «**результат**» ($r = 0,278, \alpha < 0,05$).

Данные взаимосвязи можно интерпретировать следующим образом: чем выше возраст занимающихся единоборствами, тем меньшим количеством способов обладает человек (по его оценке), чаще встречаются трудности в выборе имеющихся средств для достижения поставленных целей. Поведение у таких занимающихся - менее спонтанное, возможно, это обусловлено дефицитом (реальным или кажущимся)

средств для самовыражения. По мере взросления занимающихся ушу, их оценка достигнутых ими результатов становится более сдержанной, в ряде случаев она находится на грани недооценки.

Анализ результатов исследования по методике Кеттелла (с учётом произведённого расчета корреляции Спирмена) показал наличие значимых взаимосвязей возраста занимающихся с факторами A ($r = -0,274, \alpha < 0,05$), C ($r = -0,25, \alpha < 0,05$), E ($r = -0,263, \alpha < 0,05$), F ($r = -0,28, \alpha < 0,05$), H ($r = -0,235, \alpha < 0,05$), I ($r = -0,277, \alpha < 0,05$), M ($r = -0,232, \alpha < 0,05$), Q2 ($r = 0,278, \alpha < 0,05$), эмоционально-волевые особенности ($r = -0,282, \alpha < 0,05$).

Полученные взаимосвязи можно интерпретировать описать следующим образом: чем выше возраст занимающиеся в центре, тем более закрытыми в плане опыта они являются. Они более замкнуты, менее эмоционально стабильны, более податливы и подвержены мнению других людей, более озабочены и задумчивы, более застенчивы и более тверды. Занимающиеся, отнесённые к данной категории готовы проявить себя самостоятельными, незави-

симыми, и возможно даже циничными реалистами, практиками. Они характеризуются меньшей склонностью к проявлению чувств.

Помимо выявления гендерных и возрастных отличий, нами сделана попытка оценки динамики самоотношения молодых людей, занимающихся ушу

с точки зрения *продолжительности* их занятий этим видом единоборств (мы обозначили этот показатель как «стаж занятий»). Мы рассмотрели две примерно одинаковые по составу группы занимающейся молодёжи со стажем занятий: а) 0 до 3 лет, б) 4 и более лет.

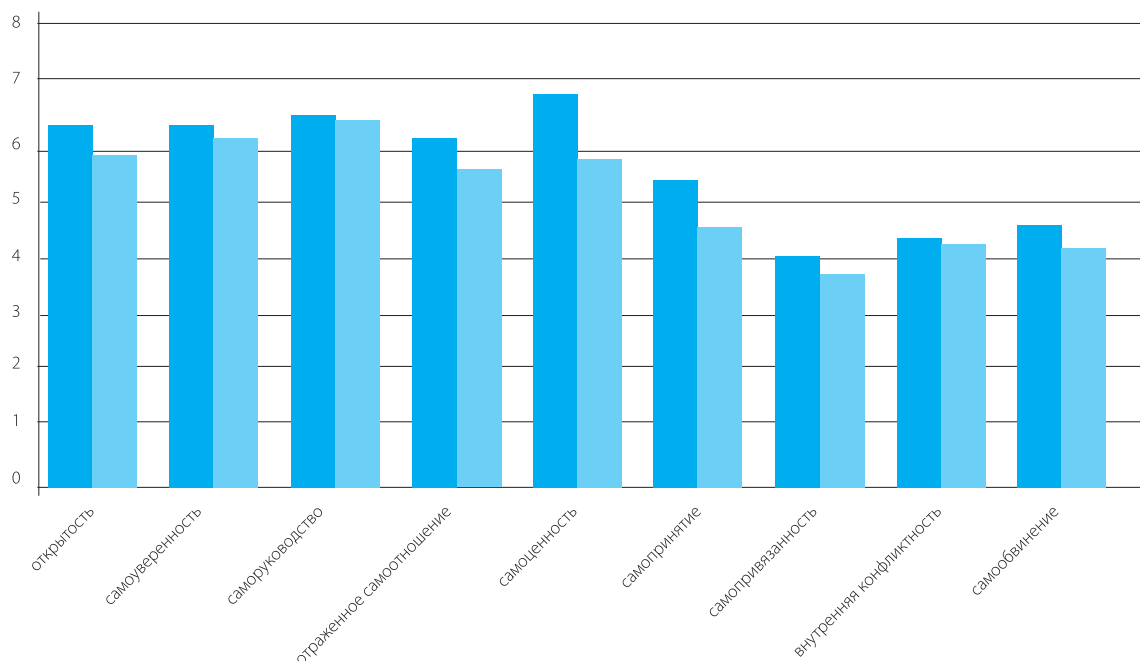


Рис 4. Различия в самоотношении, выявленные по стажу занятий

По критерию Манна-Уитни есть значимые различия по показателям «самоценность» ($p = 0,001$) и «самопринятие» ($p = 0,004$), которые можно интерпретировать следующим образом: в процессе систематических длительных занятий ушу происходит снижение уровня самоценности и самопринятия у занимающихся. В зависимости от пола занимающегося могут происходить различные изменения в самоотношении (метод: двухфакторный ANOVA). В данном случае различия отражаются в показателях «саморуководство» ($p = 0,047$) и «самопривязанность» ($p = 0,023$). Например, с увеличением стажа занятий у женщин снижается уровень саморуководства и самопривязанности, в то время как у мужчин происходит обратный процесс: показатели соответствующих уровней растут.

Методика «ЦСР» значимых различий не выявила.

Применение опросника Р.Кеттелла (16 PF) при использовании t-критерия, показал наличие значимых различий по факторам: А ($t = 3,07$, $p = 0,003$), С ($t = 2,74$, $p = 0,008$), Е ($t = 2,41$, $p = 0,019$), G ($t = 3,03$, $p = 0,003$), Н ($t = 3,18$, $p = 0,002$), Q1 ($t = 2,28$, $p = 0,026$), Q3 ($t = 3,14$, $p = 0,002$), интеллектуальные ($t = 2,85$, $p = 0,006$), коммуникативные ($t = 3,55$, $p = 0,001$) и эмоционально-волевые особенности личности ($t =$

$2,81$, $p = 0,006$).

В целом проведенные исследования показали, что более опытные единоборцы характеризуются большей замкнутостью и закрытостью опыту, они менее эмоционально устойчивы и более податливые, а также меньше придерживаются каких-либо моральных норм. Эта группа участников исследования характеризуется также большей застенчивостью и робостью, менее радикальны в своих действиях, но и менее дисциплинированы, не склоняются к самоконтролю. В целом, в этой группе наблюдаются более низкие показатели по интеллектуальным, коммуникативным и эмоционально-волевым показателям личности.

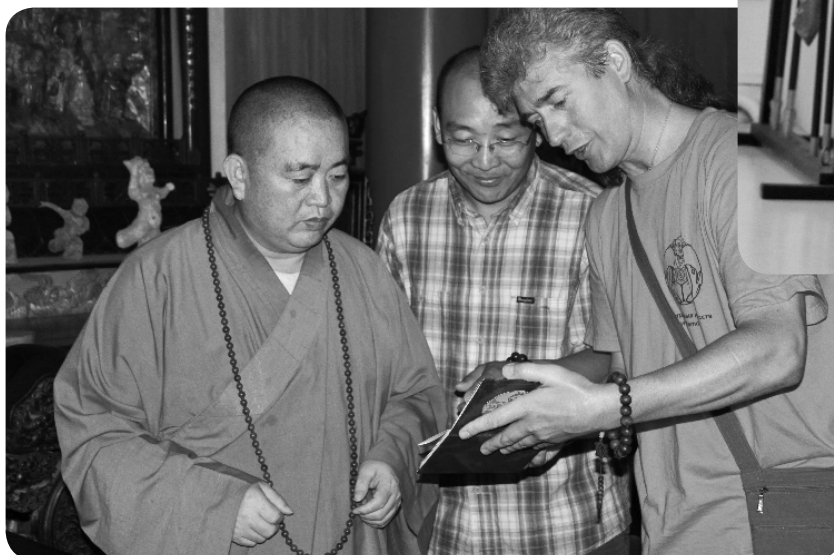
Следует отметить, что данные результаты похожи на результаты возрастных различий, поэтому мы провели анализ связи стажа и особенностей личности с учетом возрастных различий. При этом условии значимые различия были обнаружены по факторам С, G, H, Q1, Q3, а также итоговые показатели по всем сферам (интеллектуальная, коммуникативная, эмоционально-волевая).

Таким образом, можно отметить, что сам по себе стаж связан с различиями именно в плане саморегуляции (эмоциональная устойчивость, норматив-



ность, самоконтроль – эти показатели снижены), а также социальных контактов и поведения (характерны робость и консерватизм). Фактически нами установлен факт влияния практик единоборств на личностные характеристики молодёжи. Так, с ростом стажа занятий различными видами единоборств у занимающихся изменяются мотивы занятий и система ценностей. Снижается значимость таких ценностей, как самоутверждение за счёт других, спортивный результат, и увеличивается значимость этических ценностей, ценностей красоты, знаний, принятия других людей. Мнение многих экспертов таково, что агрессия, имеющая место

на начальных этапах практики единоборств, связана с такими ценностями, как спортивный результат, победа на соревнованиях, непримиримость к недостаткам, стремление самоутвердиться за счёт других людей. По мере увеличения стажа занятий (5 лет и более) уровень агрессии снижается, т.к. происходят изменения в системе ценностей практикующих те или иные виды единоборств. Со стажем занятий акцент мотивации у молодёжи, занимающееся ушу, смещается на ценности физического и духовного совершенствования, возрастает уверенность в себе, расширяется кругозор, увеличиваются знания о восточной культуре.



Литература:

1. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: ВЛАДОС, 2001. – Книга 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 640 с.
2. Пантеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. – М.: МГУ, 1991. – 110 с.
3. Рогов В.М. Воспитательная и физкультурно-оздоровительная программа «Содружество воинских духовных традиций». – М.: Изд-во Центра психофизического совершенствования «Единение», 2008, - 62 с