

имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 1 (35). – С. 65-68.

3. Якимов, А.М. Научно-методические аспекты тренировки бегунов на средние и длинные дистанции / А.М. Якимов // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 4. – С. 15-17.

Контактная информация : ariadha@list.ru

УДК 159.9:796.01

РОЛЬ ГЕНДЕРНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ЛИЧНОСТИ В СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ СПОРТСМЕНОВ

*Анжела Сергеевна Дамадоева, кандидат психологических наук, доцент,
Дагестанский государственный университет (ДГУ),
г. Махачкала*

Аннотация

В статье представлены данные, показывающие, что гендерные характеристики личности, оказывающие существенное влияние на показатели социальной адаптации спортсменов мужского и женского пола, затрагивая преимущественно социальный аспект психологического благополучия. Маскулинность является фактором социальной адаптированности у мужчин и дезадаптированности у женщин. Гендерная идентичность и гендерная роль в их оптимальных значениях оказывают позитивное, а гендерная стереотипизированность мышления – отрицательное влияние на социальную адаптацию спортсменов обоего пола. Специфика влияния гендерных характеристик на удовлетворенность различными аспектами жизни в некоторой степени опосредована полом спортсменов.

Ключевые слова: спорт, личность, гендер, идентичность, роль, стереотипность мышления, социальная адаптация.

ROLE OF GENDER CHARACTERISTICS OF THE PERSON IN THE SOCIAL ADAPTATIONS OF ATHLETES

*Angela Sergeevna Damadaeva, the candidate of psychological sciences, senior lecturer,
Dagestan State University,
Makhachkala*

Annotation

The article presents the data showing that the gender characteristics of the person make essential impact on indicators of social adaptation of male and female athletes, effecting mainly on social aspect of psychological welfare. Masculinity is the factor of social adaptation among men and desadaptation of women. Gender identity and gender role in their optimum values render positive and gender stereotypification thinking – negative influence on social adaptation of both sexes athletes. Specificity of influence of gender characteristics on satisfaction with various aspects of life is somewhat mediated by sex of athletes.

Keywords: sport, person, gender, identity, role, stereotype of thinking, social adaptation.

ВВЕДЕНИЕ

Одной из относительно слабой изученных в гендерной психологии спорта проблем является влияние гендерных характеристик личности спортсменов на качество их социальной адаптации (особенно – к жизни «вне спорта»).

Наиболее информативным критерием социальной адаптации личности является степень удовлетворенности индивида различными аспектами своей жизни.

ОРГАНИЗАЦИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании приняли участие 345 спортсменов (из них 183 мужчины и 162 женщины). Применялись методики: диагностики психологического пола С. Бем, авторские опросники для изучения гендерных гендерной идентичности и гендерной роли.

Гендерная стереотипность мышления оценивалась посредством анкеты, разработанной Н.С. Цикуновой. Социальная адаптация диагностировалась с помощью модифицированного в соответствии с задачами исследования теста Л.И. Вассермана «Диагностика уровня социальной фрустрированности». Влияние гендерных характеристик личности спортсменов на параметры их социальной адаптации определялось посредством установления корреляционных связей между ними.

Таблица 1

**Достоверные связи гендерных характеристик и удовлетворенности жизнью
у спортсменов мужского и женского пола**

Удовлетворенность:	Гендер	Генд. иден- тич.	Генд. роль	Генд. стереотип.
своим образованием				
положением в обществе	0,20/-0,19	0,31	0,22	-0,17
материальным положением	0,25			-0,24
жилищно-бытовыми условиями				
обстановкой в обществе				-0,18
проведением досуга				
возможностью выбора работы	/-0,20			-0,25
содержанием работы в целом		0,24	/-0,16	
условиями работы				/-0,16
возможностями карьерного роста	0,28/-0,24	0,16/-0,21		-0,17
своим образом жизни	0,24	/0,17	0,27/0,24	/-0,18
личной жизнью	0,19/ 0,25	0,25/0,28	0,21/0,25	-0,19/-0,20
возможностью выбора партнера	0,27/0,22	/0,22	0,32/0,23	
отношениями с противоп. полом	0,17	0,21/0,22	0,22/0,28	-0,22/-0,25
отношениями с друзьями		0,17		
отношениями с коллегами	/0,16			
отношениями с руководством	-0,22		0,18	
отношениями с детьми		/0,19	0,20/0,16	
отношениями с родителями	-0,18	/0,16		
отношениями с командой		0,18	0,19	
отношениями с тренером	-0,22		0,20	
отношением к себе окружающих	/0,28	0,16/0,18	0,22/0,24	/-0,26
своей внешностью	/0,24	/0,17	0,21/0,18	-0,16/ -0,21
своим характером	0,21/0,22	/0,21	0,26/0,17	-0,21/-0,22
своей жизнью в целом		0,19/0,16	0,22/0,17	
Интегральный показатель	0,21/0,16	0,16/ 0,21	0,20/ 0,22	-0,17/-0,16
	12/10	10/12	14/11	10/8

Примечания:

1) жирным шрифтом отмечены связи при $p \leq 0,01$

2) коэффициенты корреляций в женской выборке указаны после черты

Рассмотрим особенности влияния гендерных характеристик личности на социальную адаптацию **мужчин**.

Результаты корреляционного анализа свидетельствуют, что все гендерные характеристики личности, судя по количеству связей и их достоверности, оказывают достаточно серьезное влияние на социальную адаптацию спортсменов мужского пола. Наиболее существенная роль принадлежит гендерной роли, которая, в случае ее сформированности, является важным фактором адаптированности спортсменов к социальной действительности.

Гендерные характеристики личности оказывают влияние практически на все аспекты социальной адаптации спортсменов. Только несколько характеристик удовлетворенности (своим образованием, жилищно-бытовыми условиями, проведением досуга, условиями работы, отношениями с коллегами) не имеют достоверных связей с гендер-

ными показателями.

Наиболее зависимыми от гендерных характеристик критериями адаптации в мужской выборке являются удовлетворенность положением в обществе, личной жизнью, отношениями с противоположным полом (обнаружены связи со всеми 4-мя показателями), а также возможностью карьерного роста, своим характером (по 3 связи).

Судя по количеству связей, наиболее сильное влияние на социально-психологическую адаптацию спортсменов оказывает их гендерная роль, умение представить себя мужественными в глазах общественности, в несколько меньшей степени проявляется роль индекса маскулинности-феминности (с учетом биполярности этого показателя, позитивными являются высокие значения маскулинности, чем и объясняется отрицательный характер взаимосвязей). Гендерная идентичность и гендерная стереотипность мышления оказывают одинаковое (довольно существенное) по степени, но различное по характеру (идентичность – позитивное, стереотипизация – негативное) влияние на параметры социальной адаптированности мужчин, занимающихся спортом.

Интегральный показатель удовлетворенности спортсменов своей жизнью также в наибольшей степени зависит от степени маскулинности спортсменов ($p \leq 0,01$), затем – от умения позиционировать себя как представителя мужского пола перед окружающими, низкой степени стереотипности мышления в гендерных вопросах и высокой степени внутренней идентификации со своим полом ($p \leq 0,05$). Таким образом, социальная адаптация спортсменов в весьма существенной степени определяется гендерными характеристиками их личности.

Рассмотрим влияние каждой из гендерных характеристик на социальную адаптацию спортсменов мужского пола более подробно.

Маскулинный тип личности в целом является благоприятным фактором с точки зрения социальной адаптации лиц мужского пола. На 99% уровне достоверности маскулинность коррелирует с удовлетворенностью спортсменами (связи перечислены в порядке убывания значимости): возможностями карьерного роста, возможностью выбора партнера, своим материальным положением, образом жизни и характером.

Тем не менее, на данном уровне достоверности высокая маскулинность препятствует налаживанию эффективных взаимоотношений спортсменов с лицами, занимающими более высокие позиции в социальной иерархии (тренером и руководством). На 95% уровне достоверности маскулинность способствует удовлетворенности спортсменов своим положением в обществе, отношениями с родителями и личной жизнью. Следовательно, психологическая маскулинность определяет удовлетворенность спортсменов важнейшими аспектами своего социального благополучия.

Высокая степень внутренней идентификации спортсменов с мужским полом (ощущение себя мужчиной) способствует возрастанию на 99% уровне достоверности удовлетворенности: своим положением в обществе, личной жизнью, содержанием своей работы и отношениями с противоположным полом. Также на 95% уровне достоверности гендерная идентичность спортсменов связана с удовлетворенностью своей жизнью в целом, отношениями с командой, с друзьями, отношением к себе окружающих и возможностями карьерного роста. Таким образом, внутреннее отождествление спортсменами себя с мужским полом связано с таким аспектом социального благополучия, как отношения с окружающими людьми.

Гендерная роль (умение вести себя в соответствии с социальными ожиданиями в отношении поведения «настоящего мужчины») на 99% уровне достоверности способствует удовлетворенности спортсменов: возможностью выбора партнера, своим образом жизни, характером, отношениями с противоположным полом, своим положением в обществе, отношением к себе окружающих, своей жизнью в целом, личной жизнью и своей внешностью. На менее значимом (95%) уровне достоверности умение себя вести «по-мужски» способствует формированию у спортсменов удовлетворенности: отношениями

с детьми, тренером, командой и руководством. Следовательно, эффективная гендерная роль также способствует гармоничному «встраиванию» спортсменов мужского пола в социальную структуру.

Гендерная стереотипность мышления спортсменов оказывает негативное влияние на их социальную адаптацию. Это проявляется в том, что, чем более патриархальны взгляды мужчин, тем на 99% уровне достоверности ниже их удовлетворенность: возможностью выбора работы (в силу высоких претензий по отношению к профессиональной самореализации), материальным положением (так как традиционные стандарты предписывают мужчине быть «добытчиком»), отношениями с противоположным полом (возможно в силу того, что современные женщины воспринимают такие установки как «устаревшие») и своим характером (вероятно, в силу его несоответствия высоким стандартам «настоящего мужчины»). На 95% уровне достоверности приверженность гендерным стереотипам способствует снижению удовлетворенности спортсменов-мужчин: личной жизнью, обстановкой в обществе, своим положением в обществе, возможностями карьерного роста и своей внешностью. Следовательно, высокая гендерная стереотипность мышления спортсменов способствует ухудшению качества их адаптации, особенно – профессиональной самореализации и удовлетворенности самим собой.

Таким образом, результаты исследования влияния гендерных характеристик спортсменов мужского пола на характеристики их социальной адаптации свидетельствуют, что психологический пол с высокими значениями маскулинности способствует социальной успешности, гендерная идентичность и гендерная роль способствуют налаживанию эффективных взаимоотношений с окружающими, гендерная стереотипность мышления оказывает негативное влияние на адаптацию спортсменов, способствуя снижению многих параметров удовлетворенности жизнью, особенно в плане собственной успешности.

Следовательно, наименее успешными в социальной адаптации являются спортсмены с феминным типом личности, инвертированной (в меньшей степени – недифференцированной) гендерной идентичностью, обнаруживающие тенденцию к феминности в поведении (в меньшей степени – недифференцированная гендерная роль), а также обладатели традиционных установок на психологические особенности, обязанности и отношения мужчин и женщин. Такие категории, как показало исследование, встречаются среди спортсменов. Они относятся к своеобразной «группе риска» в плане развития нарушений социальной адаптации и должны быть в центре внимания со стороны специалистов в плане их психологической поддержки.

Поскольку, как показывает наше исследование, большинство мужчин, занимающихся спортом, характеризуются относительно высокой маскулинностью, нормальной (соответствующей полу) гендерной идентичности, маскулинной гендерной ролью и относительно невысокой гендерной стереотипностью мышления, из этого следует, что спорт выполняет социализирующую функцию по отношению к гендерным характеристикам личности лиц мужского пола.

Далее обсудим особенности влияния гендерных характеристик личности на социальную адаптацию **женщин**, занимающихся спортом.

Гендерные характеристики личности оказывают влияние на значительное количество параметров социальной адаптации спортсменок. Однако можно заметить, что около 10 характеристик удовлетворенности жизнью не зависят от них.

Наиболее зависимыми от гендерных характеристик критериями адаптации в женской выборке являются удовлетворенность личной жизнью, отношением к себе окружающих, своей внешностью и характером (обнаружены связи со всеми 4-мя показателями), а также своим образом жизни, возможностью выбора партнера, отношениями с противоположным полом и своей жизнью в целом (по 3 связи).

Гендерные характеристики личности у спортсменок оказывают значительное

влияние на их социальную адаптацию. В данном случае наиболее существенным фактором удовлетворенности жизнью является сформированная гендерная идентичность, внутреннее ощущение себя женщиной, отсутствие гендерных противоречий. Также большое значение имеет фактор гендерной роли, способности вести себя в соответствии с социальными установками и ожиданиями в отношении гендера. Менее существенное влияние на социальную адаптацию женщин оказывает их психологический пол и гендерная стереотипность мышления.

Интегральный показатель удовлетворенности женщин-спортсменок своей жизнью также в наибольшей степени зависит от степени сформированности гендерной идентичности и роли ($p \leq 0,01$), в меньшей степени от реального психологического пола и гендерной стереотипности мышления ($p \leq 0,05$).

Рассмотрим влияние каждой из гендерных характеристик на социальную адаптацию спортсменок более подробно.

Феминность, как психологический пол, является существенным фактором социальной адаптации женщин-спортсменок. Однако его влияние имеет довольно противоречивый характер. На 99% уровне достоверности психологическая женственность способствует повышению у спортсменок удовлетворенности: отношением к себе окружающих, своей личной жизнью, внешностью, характером и возможностью выбора партнера. В то же время, на этом же уровне значимости, феминность отрицательно связана с удовлетворенностью возможностями карьерного роста, что значит, что наибольшие перспективы в плане социальных достижений видят спортсменки с маскулинным типом личности. На 95% уровне достоверности феминность положительно связана с удовлетворенностью женщин, занимающихся спортом, отношениями с коллегами и отрицательно – с удовлетворенностью возможностью выбора работы и своим положением в обществе. Следовательно, маскулинные спортсменки имеют приоритет в профессионально-статусной самореализации по сравнению с феминными.

Так как положительные связи феминности с характеристиками социальной адаптации спортсменок преобладают над отрицательными, в целом можно счесть, что она оказывает позитивное влияние на степень их адаптированности к жизни. Однако следует отметить, что феминность у спортсменок способствует повышению удовлетворенности личной самореализацией и снижению – профессиональной.

Также следует отметить, что, как показало наше исследование, выборка спортсменок характеризуется довольно высокой психологической маскулинностью (особенно – представительницы «мужских» видов спорта). Следовательно, в их случае многие из параметров социальной адаптации являются существенно сниженными и свидетельствуют об определенном психологическом и социальном неблагополучии.

Гендерная идентичность женщин, занимающихся профессиональным спортом, в случае ее сформированности (так называемая «нормальная» идентичность), влияет на значительное число параметров удовлетворенности жизнью. На 99% уровне достоверности обладательницы нормальной гендерной идентичности испытывают более высокую удовлетворенность личной жизнью, возможностью выбора партнера, отношениями с противоположным полом и своим характером. В то же время, спортсменки с высокой степенью внутреннего отождествления себя с женским полом, испытывают неудовлетворенность возможностями карьерного роста. На 95% уровне достоверности высокая гендерная идентичность способствует повышению удовлетворенности: отношением к себе окружающих, отношениями с детьми, своим образом жизни, своей внешностью и отношениями с родителями.

Следует отметить, что гендерная идентичность оказывает влияние на параметры удовлетворенности женщин различными аспектами социального взаимодействия (оценку отношений с ними).

Таким образом, гендерная идентичность является фактором, оказывающим пози-

тивное влияние на социальную адаптацию спортсменок. Однако, как показало наше исследование, среди них довольно большое число лиц с недифференцированной и даже нарушенной гендерной идентичностью. Полученные связи свидетельствуют, что большая часть женщин в силу своей приверженности спорту, является социально дезадаптированной. Это обстоятельство требует особого внимания со стороны специалистов.

Гендерная роль оказывает существенное позитивное влияние на социальную адаптацию женщин-спортсменок. На 99% уровне достоверности поведение по отношению к представителям противоположного пола, соответствующее традиционным гендерным установкам, способствует высокой удовлетворенности женщин: отношениями с противоположным полом, своим образом жизни, личной жизнью, отношением к себе окружающих и возможностью выбора партнера. На 95% уровне достоверности гендерная роль связана с удовлетворенностью спортсменок: своей внешностью, характером, своей жизнью в целом и отношениями с детьми. Обнаружена только одна отрицательная связь, которая означает, что женщины с феминной гендерной ролью менее удовлетворены содержанием своей работы, чем женщины с инвертированным (маскулинным) поведением. Однако, учитывая характер спортивной деятельности, эта связь является довольно закономерной – женственные спортсменки менее позитивно воспринимают спорт, чем маскулинные. Следует отметить, что гендерная роль оказывает влияние на удовлетворенность женщин теми аспектами жизни, которые связаны с отношениями с окружающими и самими собой.

Гендерная стереотипность мышления является негативным фактором социальной адаптации женщин-спортсменок. На 99% уровне достоверности женщины с традиционными установками в отношении гендерных вопросов испытывают меньшую удовлетворенность: отношением к себе окружающих, отношениями с противоположным полом, своим характером и внешностью. На 95% уровне достоверности высокая гендерная стереотипизированность мышления связана с неудовлетворенностью спортсменок: личной жизнью, своим образом жизни и условиями работы. Таким образом, приверженность гендерным стереотипам оказывает дезадаптирующее влияние на самовосприятие, жизнь и деятельность спортсменок, которые переживают своеобразный внутренний конфликт, несовместимость с занятиями спортом.

Результаты исследования влияния гендерных характеристик спортсменок женского пола на характеристики их социальной адаптации свидетельствуют, что социальной успешности способствуют высокие значения гендерной идентичности и роли. Психологический пол оказывает неоднозначное влияние на адаптацию. Феминность связана с высокой личной, а маскулинность – профессиональной самореализацией. Гендерная стереотипизированность мышления является негативным фактором, способствуя социальной дезадаптированности спортсменок.

Наименее успешными в социальном плане могут считаться спортсменки с инвертированной (в меньшей степени – недифференцированной) гендерной идентичностью, обнаруживающие тенденцию к маскулинности в поведении по отношению к представителям противоположного пола, разделяющие традиционные («патриархальные») гендерные стереотипы. Спортсменки с феминным типом личности менее успешны в профессиональном (следовательно, и спортивном), отношении. А представительницы маскулинного типа испытывают большие трудности в личной жизни и налаживании эффективных взаимоотношений с окружающими. Как показало наше исследование, среди спортсменок присутствует значительная часть лиц с перечисленными характеристиками, которые нуждаются в профессиональной психологической помощи.

Женщины, занимающиеся спортом, характеризуются повышенной маскулинностью, значительное их число тяготеет к недифференцированной и даже инвертированной гендерной идентичности, недифференцированной и маскулинной роли, из чего следует, что спорт обладает некоторым негативным эффектом, способствующим социальной де-

адаптации спортсменов. Во всяком случае, его влияние на адаптацию довольно противоречиво.

В заключение обсудим **специфику влияния** гендерных характеристик личности на различные параметры социальной адаптации в мужской и женской выборке лиц, занимающихся спортивной деятельностью.

Общими тенденциями, не зависящими от пола спортсменов, являются: высокая степень влияния гендерных характеристик личности на характеристики социально-психологической адаптации (удовлетворенности разными аспектами жизни); гендерные характеристики оказывают преимущественное влияние на показатели социального благополучия, отражают качество взаимоотношений с другими людьми (особенно – с противоположным полом) и отношения к самому себе; гендерная идентичность и гендерная роль оказывают позитивное влияние на социальную адаптацию спортсменов, а гендерная стереотипизированность мышления – отрицательное; наиболее зависимыми от гендерных характеристик параметрами социальной адаптации являются удовлетворенность личной жизнью и взаимоотношениями с противоположным полом.

К числу специфичных тенденций можно отнести следующие моменты: в мужской выборке интегральный показатель удовлетворенности жизнью определяется в большей степени гендерной ролью и психологической маскулинностью, а в женской – гендерной идентичностью и умением себя позиционировать как представителя своего пола; у спортсменов от гендерных характеристик наиболее сильно зависит (кроме удовлетворенности личной жизнью и взаимоотношениями с противоположным полом) удовлетворенность положением в обществе, а у спортсменок – отношением к себе со стороны окружающих, своей внешностью и характером.

В целом, проведенное исследование подтвердило одну из гипотез, которая заключалась в том, что гендерные характеристики личности оказывают существенное влияние на процесс социальной адаптации спортсменов.

С учетом ранее выявленных тенденций относительно выраженности гендерных характеристик у спортсменов, концепция, согласно которой спорт, маскулинизируя личность женщин, способен оказывать двойственное, но по большей части негативное влияние на качество их социальной адаптации, подтвердилась.

Следовательно, категория женщин-спортсменок (особенно занимающихся маскулинными видами спорта) нуждается в психологической помощи в адаптации к обычной жизни «вне спорта», в которой маскулинные модели поведения являются барьером для достижения многих личностно значимых целей (особенно это касается сферы отношений с противоположным полом). Необходима разработка программ по демаскулинизации личности спортсменок.

Контактная информация: angelasagidova@mail.ru

УДК 811.111:004

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ АНГЛИЙСКОМУ ЯЗЫКУ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

*Мария Вячеславовна Евстигнеева, старший преподаватель,
Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург,
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

В статье рассматривается применение информационных технологий в профессиональном спортивном образовании. Представлен комплексный подход к использованию информационных технологий на занятиях по английскому языку в вузах физической культуры. В результате прове-