

УДК 378.172

ВЫЯВЛЕНИЕ ЗАИНТЕРЕСОВАННОСТИ В ЕДИНОБОРСТВАХ У ДЕВУШЕК – СТУДЕНТОК КЛАССИЧЕСКОГО ВУЗА

Чедова Т.И.

*Пермский государственный национальный исследовательский университет, Пермь,
e-mail: tania.chedova@yandex.ru*

В статье раскрываются физиологические и психологические особенности девушек-студенток, молодых женщин 18–23 лет. В статье представлена современная ситуация положения молодых женщин в российском обществе, а также приведены примеры существующей уязвимости и некоторой незащищенности женщин, затронут вопрос их безопасности в семейных отношениях. Затрагиваются вопросы о гендерных стереотипах, касающихся самореализации и самоопределения молодых женщин в России, о частой необходимости решать серьезные и ответственные жизненные задачи, принимать самостоятельные важные решения. В этой связи в статье рассматривается роль единоборств в развитии уверенности в собственных силах у девушек-студенток за счет овладения навыками самообороны и поддержания физической формы. Ставится акцент на важности значимости единоборств в формировании таких важных для современной динамичной жизни личностных качеств, как уверенность в себе, целеустремленность, самодисциплина, выдержка и решительность. Представлены результаты исследования популярности единоборств среди девушек-студенток Пермского государственного университета, изучены предпочтения студенток в видах единоборств. Выявлены мотивы и личностные потребности занятий единоборствами у девушек-студенток, регулярно посещающих тренировочные занятия по единоборствам и участвующих в соревнованиях. Получены их мнения о влиянии единоборств на сохранение женственности.

Ключевые слова: девушки-студентки, единоборства, гендерные стереотипы, формирование личностных качеств

IDENTIFICATION OF INTEREST IN MARTIAL ARTS IN FEMALE STUDENTS OF CLASSICAL UNIVERSITY

Chedova T.I.

Perm State National research university, Perm, e-mail: tania.chedova@yandex.ru

The article reveals the physiological and psychological characteristics of female students, young women 18–23 years old. The article presents the current situation of the situation of young women in Russian society, as well as examples of the existing vulnerability and some insecurity of women, and the issue of their safety in family relations. The issues of gender stereotypes concerning self-realization and self-determination of young women in Russia, the frequent need to solve serious and responsible life tasks, to make important important decisions are touched upon. In this regard, the article discusses the role of martial arts in the development of self-confidence in female students by mastering the skills of self-defense and maintaining physical fitness. Emphasis is placed on the importance of martial arts in the formation of such important personal qualities for modern dynamic life as self-confidence, dedication, self-discipline, endurance and determination. The results of the study of the popularity of martial arts among female students of Perm State University are presented, and the preferences of female students in the types of single arts are studied. Revealed the motives and personal needs of martial arts training for female students who regularly attend martial arts training classes and participate in competitions. Their opinions on the impact of martial arts on the preservation of femininity were obtained.

Keywords: female students, martial arts, gender stereotypes, the formation of personal qualities

Характерные особенности девушек-студенток 18–23 лет выражаются в возрастных и психологических изменениях. Зачастую, следствием этих изменений является личностное самоопределение и формирование собственного мировоззрения. Данный этап в жизни девушек характеризуется их социальной идентичностью, самостоятельностью и принятием жизненных решений. Этот возрастной период совпадает с множеством событий: получением образования, утверждением выбора и характера профессиональной деятельности, устройством личной жизни. Значительную часть этого периода составляют студенческие годы. Студенческая среда характеризуется ориентирами на будущую профессиональную де-

ятельность. Студенческая жизнь, несмотря на событийные активные моменты, в преобладающем своем значении характеризуется умственным видом труда, следствием которого – снижение двигательной активности. Женщины в возрасте от 20 лет часто страдают от неслаженной работы гормональной системы [1]. Все это приводит к денормализации веса в пользу повышения индекса массы тела.

К тому же в этом возрасте молодые женщины хотят чувствовать себя красивыми, уверенными и в безопасности. На сегодняшний день официальная статистика подтверждает, что насилие в отношении женщин является актуальной проблемой государства [2]. В нашем обществе эта

проблема зачастую имеет противоречивый и латентный характер. Тема насилия не обсуждается открыто и остро в средствах массовой информации.

По данным МВД России, в преступлениях, совершенных в семье, в 70% случаев от насилия страдают женщины и дети. Около 97% таких дел не доходят до суда. Около 36 тыс. женщин терпят побои от своих мужей [3].

В обществе большинства стран исторически женщину воспринимают как хранительницу домашнего очага, продолжательницу рода, как «слабый пол», основными задачами которой являются воспитание детей и организация быта. Эти роли по своей сути прекрасные. Однако современная ситуация в мире, касающаяся «незащищенности» женского пола и значительно изменившихся ролевых ориентиров среди мужчин и женщин, заставляет менять свое отношение к восприятию женщины как «слабого пола».

Уже в студенческой среде среди девушек и юношей ярко прослеживается гендерная асимметрия в представлении образа идеального мужчины и идеальной женщины. Юноши обычно склонны создавать образ идеальной женщины, которая включает как раз традиционный или стереотипный набор качеств и черт характера (верность, доброта, забота о детях, ухоженность и т.д.).

У современных девушек отношение к образу идеальных мужчины и женщины отличается от представления юношей и имеет скорее эгалитарный характер. Эгалитарность характеризуется половым равенством, то есть возможностью в равных мерах (как для мужчин, так и женщин) самореализовываться во всех сферах жизни. Для современных девушек важно получить достойное образование, иметь в будущем высокооплачиваемую работу, не зависеть от родителей и от мужа.

Интересным в этом ракурсе становится исследование выявления гендерных представлений современной студенческой молодежи, в котором авторы затронули серьезный вопрос гендерной асимметрии в представлении образа мужчины и женщины у юношей-студентов и девушек-студенток. Проанализировали гендерные представления студенческой молодежи на семейно-брачную, политическую и трудовую сферы, взгляды на которые у девушек-студенток и юношей-студентов также были неоднозначными [4].

В современных реалиях существующего гендерного неравенства женщины вынуждены быть сильными как в моральном плане, так и физическом. Сейчас все больше лидирующих постов занимают женщины, значительно увеличилось количество женщин-

автомобилистов, многие женщины ведут серьезный бизнес, при этом зачастую как-то успевая заниматься домом и воспитанием детей, а также следить за собой и своим телом, посещая различные тренировки.

На сегодня высокую популярность среди девушек и женщин, помимо различных направлений фитнеса, набирают занятия различными видами единоборств. Однако по вопросам, касающимся увлечения девушек и женщина боевыми искусствами, также существуют в обществе множественные гендерные стереотипы (как среди мужчин, так и среди женщин). Предположение о том, что единоборства помогают женщинам чувствовать себя увереннее за счет овладения определенными навыками самообороны, имеет место быть.

В современном мире девушки и молодые женщины все чаще отдают предпочтение карате и боксу, нежели йоге и танцам. Что побуждает их выбирать «неженские» виды спорта и что вызывает их интерес к боевым искусствам? На самом деле существует огромное разнообразие причин, по которым девушки решаются начать заниматься единоборствами, будь это кикбоксинг, дзюдо или фехтование. Мотивов для занятий может быть много. Для кого-то это возможность приобрести навыки самообороны, а для кого-то это активное времяпровождение. Кому-то необходима внутренняя уверенность в собственных способностях, а кому-то нужно «выбросить» накопившуюся за день агрессию и отрицательные эмоции. Кто-то из девушек желает улучшить свою физическую форму, а кто-то идет намеренно в мужской коллектив тренироваться, чтобы научиться «не бояться» мужчин. Несмотря на мотивы, любой вид единоборств как вид спорта формирует в первую очередь личностные качества: уверенность в себе, целеустремленность, самодисциплину, выдержку, решительность, а также немаловажное для единоборцев качество – ответственность за здоровье партнера (противника).

Так как популярность единоборств среди девушек и женщин на сегодняшний день велика, мы решили проанализировать, как ситуация обстоит в Пермском государственном университете. В Пермском государственном университете занятия по физической культуре реализуются в рамках учебной дисциплины «Прикладная физическая культура», которая представлена в форме практических занятий по различным видам спорта. Статус Национального исследовательского позволяет университету предлагать студентам выбирать по собственному желанию вид спорта или вид

фитнес-направления в качестве практической физической культуры. Среди имеющихся видов спорта на базе университета присутствуют такие единоборства, как самбо и кикбоксинг. Помимо студентов-юношей, в секциях по этим видам единоборств занимаются и студентки-девушки.

Целью нашего исследования стало изучение заинтересованности единоборствами у девушек – студенток Пермского государственного университета.

Были поставлены следующие задачи: изучить информационные источники по проблеме единоборств среди девушек и женщин; выявить отношение девушек – студенток Пермского государственного университета 18–23 лет к единоборствам.

Материалы и методы исследования

Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования: анализ информационных ресурсов по теме исследования; теоретическое обобщение результатов исследования; анкетирование. Выбор данных методов обусловлен их достаточностью для решения поставленных исследовательских задач.

Исследование проходило с января по март 2018 г. на базе Пермского государственного национального исследовательского университета. В исследовании (анонимном анкетировании) приняли участие 123 девушек-студенток 1–3 курсов.

Результаты исследования и их обсуждение

Результаты анкетирования показали интересные, но неоднозначные результаты. Так на вопрос «Есть ли у Вас знакомые женского пола, которые занимаются боевыми искусствами?» 80% респондентов ответили утвердительно, 20% ответили «нет».

На вопрос «Как Вы думаете, стоит ли женщине заниматься единоборствами?» всего 10,56% ответили «нет, это не женское дело»; 28,4% респондентов считают, что стоит заниматься только для приобретения навыков самообороны. Большинство 60,97% выбрали ответ «да, если ей это нравится».

На вопрос «Хотели бы Вы заниматься (или занимаетесь) каким-либо видом единоборств?», 96 человек (78,04%) опрошиваемых отметили ответ «да», 27 человек (21,95%) ответили – «нет» (рис. 1). Из этих результатов видно, что основным и главным мотивом у девушек-студенток является желание и заинтересованность испытать что-то новое. Тем более студенческий возраст характеризуется желанием изучать что-то новое, пробовать, экспериментировать, развиваться.

ХОТЕЛИ БЫ ВЫ ЗАНИМАТЬСЯ (ИЛИ ЗАНИМАЕТЕСЬ) КАКИМ-ЛИБО ВИДОМ ЕДИНОБОРСТВ?

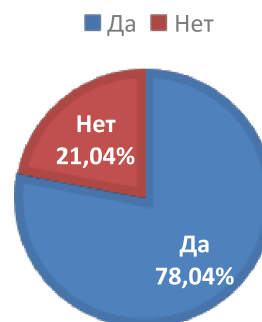


Рис. 1. Вопрос «Хотели бы Вы заниматься (или занимаетесь) каким-либо видом единоборств?»

Ниже в статье будут представлены результаты большинства студенток (96 человек), которые проявили интерес к единоборствам.

Причем на вопрос «Каким видом единоборств вы бы хотели заниматься?» 41,6% опрошиваемых выбрали такие виды единоборств, как дзюдо, самбо, каратэ, джиу-джитсу, айкидо, ушу; 46,87% отметили бокс, кикбоксинг, тайский бокс; фехтованием хотели бы заниматься 11,45%. Заметим, что с незначительным преимуществом выбор студенток пал на такие виды единоборств, как бокс, кикбоксинг и тайский бокс. Это виды спорта, которые достаточно «агрессивны» и подразумевают нанесение ударов в голову. Причин, почему у студенток присутствует стремление к физической агрессии, несколько. Глубокими мотивами такого выбора могут быть определенные внутренние психологические проблемы или потребности. Вероятно это определенная форма сублимации, своеобразной психологической защиты, желая свою внутреннюю агрессию перевести в нужное русло, придать ей определенную форму. Хорошо, когда какие-то внутренние противоречия и отрицательные переживания находят выход в реализации какой-нибудь полезной деятельности. В данном случае помимо контактной работы с партнером, в единоборствах присутствует достаточно серьезная физическая подготовка, направленная на развитие у занимающихся физических качеств и функциональных резервов организма.

Причины, по которым респонденты хотели бы заниматься (или уже занимаются) боевыми искусствами, отражены на рис. 2. Большинство респондентов (44,7%) посчитало, что необходимо заниматься единоборствами для овладения навыками само-

обороны. Что подтверждает предположение о важности для девушек ощущения уверенности и чувства безопасности в обществе. В данном случае регулярные тренировочные занятия повлияют на формирование таких важных личностных качеств, как целеустремленность, сила воли, выдержка, решительность. Здесь важен грамотный подход тренера, который сформирует и чувство ответственности за здоровье партнера (противника). Сформированные качества и навыки самообороны дадут свои результаты. Девушки будут чувствовать себя увереннее.

ПО КАКОЙ ПРИЧИНЕ ВЫ ЗАНИМАЕТЕСЬ (ИЛИ ХОТЕЛИ БЫ ЗАНИМАТЬСЯ) ЕДИНОБОРСТВАМИ?

- Для самообороны
- Ради красивой фигуры
- Чтобы снять стресс
- Так как популярно
- Ради новых знакомств

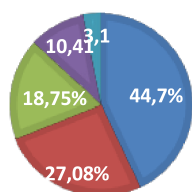


Рис. 2. Вопрос «По какой причине вы занимаетесь (или хотели бы заниматься) единоборствами?»

Интересно, что также значительное количество опрошенных студенток (27,08%) выбрали вариант ответа – «ради красивой фигуры». Вероятнее всего, это связано с возрастом опрошенных студенток. Для девушек 18–23 лет особо важно выглядеть привлекательными в глазах противоположного пола, так как именно в этом возрасте девушки особенно часто задумываются о вопросах взаимоотношений и семьи. Регулярные тренировочные занятия единоборствами позволяют укрепить все группы мышц, нормализовать вес и развить гибкость суставов и связок. Поскольку все виды единоборств – это ситуативные виды спорта, то они подразумевают развитие таких важных в обычной жизни качеств, как ловкость и координация.

Благодаря тренировкам 18,75% респондентов хотят снять стресс. Современный интенсивный темп студенческой жизни характеризуется постоянным интеллектуальным психическим перенапряжением. Единоборства в данном случае выступают некоторой «разрядкой», позволяющей снять умственное перенапряжение и накопленные отрицательные эмоции. Причем

формой снятия напряжения является как и само событие (тренировка), так и непосредственно те упражнения, которые применяются тренерами в процессе учебно-тренировочных занятий.

Ответ «Так как популярно» выбрали 10,41% респондентов. Неудивительно, что фактор популярности единоборств среди девушек-студенток также имеет место. В последнее время единоборства очень популярны и престижны в обществе. Ими увлекаются люди всех возрастов, от дошкольников до пожилых людей, и разного социального статуса, от безработных до политиков. Таким образом, здесь на первый план выходит желание быть приобщенными к чему-то актуальному, известному, популярному.

Для 3,1% опрошенных студенток главной причиной, по которой они занимаются (или хотели бы заниматься), является желание познакомиться с новыми людьми. Не исключено, что под ответом «ради новых знакомств» подразумевалось желание девушек-студенток познакомиться с противоположным полом. Ведь тренировочные занятия по различным видам спорта – это отличное место, где можно познакомиться с молодыми людьми, следящими за своим физическим состоянием.

При изучении информационной составляющей нашей темы студенткам был предложен вопрос «Смотрите ли вы соревнования по женским единоборствам?». Ответы были следующими: 77,08% респондентов выбрали ответ «нет», ответ «да» выбрали 22,91% опрошенных студенток. Полученные ответы дают возможность констатировать тот факт, что большинство студенток увлекается единоборствами без какого-либо всестороннего подхода, без фанатизма, а по своим личным мотивам.

На вопрос «Влияют ли единоборства на женственность девушки (женщины)?» 44,79% респондентов ответили что «Все зависит от отношения девушки (женщины) к единоборствам», 39,58% выбрали ответ «Не влияют на женственность», 15,62% студенток отметили ответ «Влияют. Девушка (женщина) становится менее женственной». Тем не менее, несмотря на наличие ответа, касающегося снижения женственности у девушек (женщин), положительное мнение студенток по поводу заинтересованности занятиями остается на прежнем уровне.

Заключение

Изучив популярность и заинтересованность единоборствами среди девушек-сту-

денток, хочется обратить внимание на то, что желающих заниматься единоборствами достаточно много. Основными мотивами заниматься различными видами единоборств среди девушек-студенток являются желание овладеть навыками обороны, чувствовать себя увереннее, поддерживать свое тело в прекрасной спортивной форме, заниматься популярными в обществе видами спорта. Как отмечает ряд авторов, занимающихся социальными вопросами физической культуры и спорта, единоборства и боевые искусства – это спорт, а занятия спортом, независимо от его направленности, воспитывают в спортсменках такие черты личности, как уверенность, дисциплинированность, ответственность, упорство, которые обогащают их жизненный опыт, не деформируют выражение и ощущение своей женственности, что служит дополнительным аргументом в пользу

осознания и преодоления в обществе гендерных стереотипов [5].

Список литературы

1. Хорошилова И.А., Гранитов В.М., Разгуляева С.З. Гендерные особенности hcv-инфекции // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 5 [Электронный ресурс]. URL: <https://www.science-education.ru/ru/article/view?id=25440> (дата обращения: 17.11.2018).
2. Национальная стратегия действий в интересах женщин на 2017–2022 годы от 8 марта 2017 [Электронный ресурс]. URL: <http://government.ru/docs/26698> (дата обращения: 17.11.2018).
3. Хилажаева Г.Ф. Насилие в семье как социальная проблема современного общества // Социологические исследования. 2015. № 8. С. 61–65.
4. Ковтун Г.С., Куперман А.А. Гендерные представления современной студенческой молодежи (На материале г. Владивостока) // Женщина в российском обществе. 2017. № 1 (82). С. 53–63.
5. Лубышева Л.И., Бадртдинова А.А. Особенности гендерной социализации женщин, занимающихся традиционно мужскими видами спорта // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. № 5. С. 2–5.