

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

АВТОРЕФЕРАТ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ
**«ИНДИВИДУАЛЬНО – ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ
ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БОРЬБОЙ ДЗЮДО»**

студентки 4 курса 424 группы

направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура»

профиль подготовки «Физкультурно-оздоровительные технологии»

Институт физической культуры и спорта

Зиновьевой Татьяны Сергеевны

Научный руководитель
старший преподаватель

подпись, дата

Е.А Антипова

Зав. кафедрой
Доцент, к.м.н

подпись, дата

Т.А. Беспалова

Саратов 2023

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность нашего исследования связана с изучением влияния занятий спортивной борьбой дзюдо на личностное развитие, поло-ролевое поведение девушек.

Практическая значимость исследования состоит в оценке и возможности использования полученных данных для психологически грамотного построения дифференцированной методики спортивной подготовки женщин.

Объект исследования: девушки-дзюдоисты.

Цель исследования: выявление индивидуально - психологических особенностей девушек, занимающихся борьбой дзюдо.

База исследования: ГБУСО "СШОР по дзюдо "Сокол"

Для изучения я выбрала те личностные характеристики, которые рассматриваются как наиболее достоверные гендерные различия. К таким характеристикам относятся особенности психологического пола (степень маскулинности, фемининности и андрогинии), агрессивность и уровень субъективного контроля.

Целью работы является изучение психологических особенностей девушек - спортсменок, занимающихся борьбой дзюдо.

Задачи исследования:

1. Проанализировать опубликованные исследования, посвященные современным тенденциям развития женского спорта, и, прежде всего, женской борьбы дзюдо.

2. Выявить особенности поло-ролевой идентификации спортсменок – дзюдоисток, определить степень маскулинности, фемининности и андрогинии их личности.

3. Изучить уровень и качественные особенности проявления агрессии у спортсменок, занимающихся дзюдо.

4. Изучить уровень субъективного контроля спортсменов.
5. Провести сравнительный анализ психологических характеристик спортсменов – дзюдоисток и девушек, не занимающихся спортом.

Методы исследования:

1. Теоретический анализ научно-методической литературы.
2. Психологическое тестирование.
3. Методы математической статистики.

Исследование проводилось в 2 этапа.

1 этап – 21 сентябрь 2021 г. – 22 май 2022 г.;

2 этап – 23 май 2022 - 22 ноябрь 2022 г.;

Первый этап исследования был посвящен анализу научно-методической литературы, формулированию целей и задач исследования, подбору и апробации методик, определению состава испытуемых.

На втором этапе исследования проводилось диагностическое тестирование. В нём принимали участие 50 спортсменок, занимающихся борьбой дзюдо. Данная группа имела следующие характеристики:

- спортивная квалификация: первый разряд – 8 человек (16%), кандидат в мастера спорта – 19 человек (38%), мастер спорта – 23 человека (46%);
- возраст 14-30 лет, из них: 14 – 19 лет - 31 человек (62%), 20 -23 года – 10 человек (20%), 24 года и старше – 9 человек (18%);
- стаж занятий дзюдо 4-20 лет: менее 10 лет – 36 человек (72%), более 10 лет -14 человек (28%).

Таким образом, большинство спортсменок принадлежало к возрастной категории от 14 до 19 лет, имели высокую спортивную квалификацию, стаж занятий дзюдо 10 и менее лет.

Исследование проводилось на Чемпионате Приволжского Федерального Округа по дзюдо в г. Пермь, а так же на Всероссийском турнире по дзюдо в г. Саратов.

В группу девушек, не занимающихся спортом, вошли студентки Саратовского педагогического колледжа различных специальностей (30 человек) в возрасте 18 – 21 год.

Характеристики поло-ролевой идентификации спортсменок.

Характеристика	Количество человек	%%
маскулинность	15	30
явная маскулинность	14	28
сумма по маскулинности	29	58
фемининность	7	14
явная фемининность	8	16
сумма по фемининности	15	30
андрогиния	6	10

Таким образом, большинство спортсменок продемонстрировали ту или иную степень маскулинности, то есть преобладания психологических особенностей, соответствующих мужской половой роли. Реже всего диагностировалась андрогиния.

Мои результаты не совпадают с результатами некоторых современных исследований, которые показывают, что выражено преобладающим типом личности современных молодых людей, и юношей и девушек, является андрогинный тип, дающий большую гибкость в поведении и процессе социальной адаптации.

Таблица 2 Характеристики и уровень проявления агрессии у спортсменок

Характеристика	Уровень	количество человек	%
физическая агрессия	Низкий	7	14
	Средний	20	40
	Высокий	23	46
вербальная агрессия	Низкий	5	10
	Средний	20	40
	Высокий	25	50
Характеристика	Уровень	количество испытуемых	%
косвенная агрессия	Низкий	11	22
	Средний	21	42
	Высокий	18	36
Негативизм	Низкий	14	28
	средний	9	18
	высокий	27	54
Раздражительность	низкий	11	22
	средний	27	54
	высокий	12	24
Подозрительность	низкий	13	26
	средний	12	24
	высокий	25	50
Обида	низкий	10	20
	средний	29	58
	высокий	11	22
чувство вины	низкий	10	20
	средний	22	44
	высокий	18	36

Таким образом, в целом, девушки чаще демонстрируют средний и высокий уровень агрессии. Эти уровни преобладают по физической, вербальной и косвенной агрессии. Большая часть спортсменок показала высокий уровень негативизма. Чаще отмечается также высокий уровень подозрительности. В то же время связанные с агрессией чувства раздражительности, обиды, вины чаще представлены на среднем уровне.

Каждая личность должна обладать определенной степенью агрессивности. Отсутствие ее приводит к пассивности, конформности и т.д.

Различия в агрессивном поведении являются наиболее достоверными гендерными различиями, которые частично объясняются половыми ролями, поощряющими проявления агрессии у мужчин, в то время как агрессивность у женщин не приветствуется. Для большинства женских ролей агрессивность неуместна и скорее рождает чувство вины и тревоги из-за своей несовместимости с направленностью женской роли на нежность и заботу о других (Ш. Берн, 2001).

Э. Игли и В. Стэффэн выдвинули гипотезу о том, что самоуверенность и напористость часто рассматривают как синонимы агрессии. Поощрение женской напористости, широко распространившееся в обществе в последние годы, предполагает включение в женскую половую роль агрессии как выражении настойчивости и напористости. В исследовании В.М. Погольши также показано, что наиболее влиятельными в межличностном общении оказываются женщины, у которых выражены такие маскулинные черты, как агрессивность (напористость), самообладание и сила воли (В.Н. Куницына, 2002).

Кроме того, инструментальная агрессия давно признана спортивно важным качеством. Спортсмены высокого класса имеют уровень агрессии достоверно более высокий, чем спортсмены более низкой квалификации (Н.Б. Стамбулова, 1999, Е.П. Ильин, 2002).

Достаточно невысокий уровень связанных с агрессией чувств раздражительности, обиды, вины свидетельствует, по-видимому, о том, что у

спортсменок выражена инструментальная агрессия, которая является средством достижения неагрессивных целей, в то время как мотивационная агрессия напрямую реализует присущие личности деструктивные тенденции.

Таблица 3

Характеристики и уровень субъективного контроля спортсменок

Характеристика	уровень	количество человек	%
интернальность общая	низкий	8	16
	средний	36	72
	высокий	6	12
интернальность в области достижений	низкий	8	16
	средний	23	46
	высокий	19	38
интернальность в области неудач	низкий	11	22
	средний	29	58
	высокий	10	20
интернальность в области семейных отношений	низкий	8	16
	средний	30	60
	высокий	12	24
интернальность в области межличностных отношений	низкий	3	6
	средний	29	58
	высокий	18	36
интернальность в области здоровья	низкий	5	10
	средний	28	56
	высокий	17	34

Таким образом, спортсменки, в основном, демонстрируют средний уровень общей интернальности. Такие же характеристики имеют большинство

людей, по мнению автора теории субъективного локус-контроля Дж. Роттера (Л. Хьелл, Д. Зиглер, 1998).

В области достижений увеличивается процент высокого уровня интернальности, то есть многие девушки считают, что успех в их жизни является результатом их собственного труда, видят пути и средства достижения целей, не боятся проявлять свои способности, не боятся добиваться успеха. Они способны с успехом достигать своих целей в будущем, возможно, имеют высокий уровень мотивации достижений.

В области неудач эта тенденция выражена слабее, то есть девушки причину неудач чаще, чем достижений видят во внешних влияниях, ответственность за подобные события приписывают другим людям или считают их результатом невезения. Такое поведение имеет, видимо, защитный характер.

В области межличностных отношений и здоровья также преобладают средний и высокий уровни интернальности. Интернальность в межличностных отношениях связана с уверенностью в общении, высоким уровнем личностного влияния (В.Н. Куницына, 2002). В области здоровья интернальность означает ответственность за свое здоровье, понимание зависимости здоровья от собственных действий, образа жизни, понимание путей сохранения здоровья. Это согласуется с литературными данными о большей интернальности женщин в области здоровья (Е.П.Ильин, 2002).

Таблица 4 Средние величины (M), среднее квадратическое отклонение ($\pm \sigma$), стандартная ошибка средней арифметической (m) диагностируемых показателей в выборках спортсменок и студенток педагогического колледжа.

Показатели t – критерия Стьюдента и достоверность различий.

Характеристики	спортсменки			студентки колледжа			t St	достоверность различий
	M	$\pm \sigma$	m	M	$\pm \sigma$	M		
маскулинность	14,36	3,31	0,47	11,39	3,36	0,6	3,91	достоверны p < 0,001

фемининность	13,94	3,1	0,44	14,29	3,54	0,64	-0,46	не достоверны
индекс IS	-2,06	9,5	1,35	6,77	13,9	2,51	-3,09	достоверны p < 0,05
Физическая агрессия	65,56	24,44	3,46	76,29	21,43	3,85	-2,01	достоверны p < 0,05
Вербальная агрессия	65,68	19,96	2,82	69,74	21,06	3,78	0,87	не достоверны
косвенная агрессия	61,02	18,69	2,64	70,03	18,59	3,34	-2,11	достоверны p < 0,05
Негативизм	66,8	27,09	3,86	71,61	21,77	3,91	-0,83	не достоверны
Раздражительность	52,02	20,75	2,94	56,61	17,57	3,16	-1,02	не достоверны
подозрительность	55,44	24,23	3,43	70,26	18,34	3,29	-2,92	достоверны p < 0,05
обида	50,12	26,09	3,69	61,77	24,62	4,42	-1,99	достоверны p < 0,05
вина	60,28	22,25	3,15	72,03	20,44	3,67	-2,38	достоверны p < 0,05
Индекс агрессивности	6,14	1,53	0,22	6,89	1,67	0,3	-2,09	достоверны p < 0,05
Индекс враждебности	4,51	1,62	0,23	5,3	1,05	0,19	-2,66	достоверны p < 0,05
интернальность общая	5,18	1,65	0,23	4,03	1,92	0,35	2,85	достоверны p < 0,05
Интернальность в обл. достижений	5,52	2,22	0,31	5,29	1,47	0,26	0,56	не достоверны
интернальность в обл. неудач	5,08	1,7	0,24	5,13	1,6	0,29	0,13	не достоверны
Характеристики	Спортсменки			студентки колледжа			t _{st}	достоверность различий
	M	± σ	M	M	± σ	M		
интернальность в семейн. отношениях	5,16	1,77	0,25	4,90	1,49	0,27	0,67	не достоверны
интернальность в межличн. отношениях	5,84	1,83	0,26	5,39	2,04	0,37	1,03	не достоверны

интернальность обл. здоровья	в	5,58	1,92	0,27	5,19	1,92	0,35	0,88	не достоверны
---------------------------------	---	------	------	------	------	------	------	------	------------------

Наиболее существенные различия обнаружены по такой характеристике как маскулинность. Девушки – спортсменки, занимающиеся борьбой дзюдо, имеют значительно более высокие показатели маскулинности как особенности поло-ролевой идентификации, чем девушки, не занимающиеся спортом. Интерпретация факта высокой маскулинности девушек - спортсменок приведена в разделе 3.1, посвященном анализу результатов девушек - дзюдоисток, полученных по методике С.Бем.

Несколько неожиданными, на первый взгляд, кажутся обнаруженные достоверные различия по физической и косвенной агрессии. Более высокую агрессивность продемонстрировали девушки, не занимающиеся спортом. Они с большей вероятностью готовы проявлять в своем поведении различные виды агрессии.

В психологии существует четыре теории, касающиеся причин проявления агрессивности: теория инстинкта, теория разочарования (фрустрации), теория социального научения и комбинированная теория.

Принимая во внимание фрустрационную теорию агрессии (Дж.Доллард, Л.Берковитц) можно проинтерпретировать данный факт следующим образом. Занятия спортом, тем более борьбой придают девушкам – спортсменкам большую уверенность в себе, дают чувство защищенности, снижают уровень тревожности, формируют волевые характеристики. Это позволяет спокойней реагировать на угрозы, справляться с трудностями, не прибегая к физической и косвенной агрессии как способам решения проблем и конфликтов.

Согласно теории инстинкта (З. Фрейд, К.Лоренц), людям присущ врождённый инстинкт агрессивности. Этот инстинкт может проявиться либо непосредственно через нападение на другое живое существо, либо через катарсис, когда агрессивность проявляется посредством социально допустимых

средств, таких как спорт, например. Таким образом, согласно этой теории, спорт и физическая культура играют чрезвычайно важную роль в обществе, давая людям возможность проявить свои агрессивные инстинкты с помощью социально допустимых средств. Спортивная борьба, предполагающая агрессивное противостояние на татами в рамках определенных правил, позволяет, по-видимому, в полной мере реализовать врожденные агрессивные тенденции.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Баринов, Д.Н. Возрастные и гендерные аспекты социальной тревожности / Д.Н.Баринов // Психология и современное общество: взаимодействие как путь взаиморазвития: материалы 3 Международной научно-практической конференции. – Санкт – Петербург: СПбИУиП, 2008. – ч.1, 272с. – С.21 - 22.

2. Бендас, Т.В. Гендерная психология / Т.В. Бендас. - СПб.: Питер, 2007.- 431с.
3. Бёрн, Ш. Гендерная психология / Ш. Бёрн . – СПб.: Прайм - Еврознак, 2001.-320с.
4. Большая энциклопедия психологических тестов.- М.: Изд-во Эксмо, 2006.- 416с.
5. Бурлачук, Л.Ф. Словарь – справочник по психодиагностике / Л.Ф. Бурлачук 3-е изд. – СПб.: Питер, 2008 – 688 с.
6. Гасанова, З.А. Женщины в изначально мужских видах спорта / З.А. Гасанова // Теория и практика физической культуры. – 1997. - №7.- С. 18-22.
7. Еремеева, В.Д. Мальчики и девочки – два разных мира / В.Д. Еремеева, Т.П. Хрирман. - М.:ЛИНКА-ПРЕСС, 1998. - 184 с.
8. Замиев, М. Женщина в единоборствах / М. Замиев // Культура тела.-2003. -№11 - С.100-106.
9. Извеков, В.В. Система управления подготовкой женщин в спортивной борьбе: автореферат. / В. В. Извеков. - М. - 2001-46с.
- 10.Ильин, Е.П. Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2002. - 544с.
- 11.Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2008.- 512с.
- 12.Карамов, С. Женщина в боевых искусствах / С. Карамов // Боевое искусство планеты. - 2005 -.№3 - С.6-7.
- 13.Крайг, Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб.: Питер, 2001.- 992с.
- 14.Куницына, В.Н. Межличностное общение. Учебник для вузов / В.Н.Куницына, Н.В.Казаринова, В.М. Погольша. – СПб.: Питер, 2002. – 544с.
- 15.Леутова, Ю.О. Гендерные стереотипы в юношеском возрасте и особенности полоролевой идентификации на разных возрастных этапах / Ю.О.Леутова // Психология и современное общество: взаимодействие как

- путь взаиморазвития: материалы 3 Международной научно-практической конференции. – Санкт – Петербург: СПбИУиП, 2008. – ч.1, 272с. – С.252 - 255.
16. Лубышева, Л.И. Женщина и спорт: социальный аспект / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2000.- №6.-С.- 13-17.
17. Нартова – Бочавер, С.К. Дифференциальная психология: Учебное пособие/С.К. Нартова-Бочавер.- 2-е изд., испр.-М.:Флинта, Московский психолого-социальный институт, 2006.-280 с .
18. Попов, А. Слабый пол выбирает ковёр/ Попов А.// Советский спорт.- 2002.- 10 апреля. - С.28.
19. Сиротин ,О.А. Психолого-педагогические основы индивидуализации спортивной подготовки дзюдоистов / О.А. Сиротин: автореферат. - М.- 1996 - 49с.
20. Соболева, Т.С. О проблемах женского спорта / Т.С. Соболева // Теория и практика физической культуры. – 1999. - №6. – С. 56-63.
21. Стамбулова, Н.Б. Психология спортивной карьеры / Н.Б. Стамбулова. - СПб.: Центр карьеры, 1999. – 180-194с.
22. Староста, В. Обосновано ли деление видов спорта на мужские и женские / В. Староста // Теория и практика физической культуры. – 1999. - №8. - С.55-58.
23. Тараканов, Б.И. Педагогические аспекты подготовки женщин, занимающихся спортивной борьбой / Б.И. Тараканов // Теория и практика физической культуры. - 1999. - №6.- С. 12-15.
24. Уэйнберг, Р.С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р.С. Уэйнберг, Д. Гоулд. - Киев, олимпийская литература, 2001. - 346с.
25. Фурманов, И.А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция / И.А. Фурманов. - СПб.: Речь, 2007. – 480с.
26. Хекхаузен, Х. Психология мотивации достижения / Х. Хекхаузен. – СПб.: Речь, 2001. – 240 с.

27. Шапарь, В.Б. Новейший психологический словарь / В.Б.Шапарь, В.Е. Россоха, О.В. Шапарь; под общ. ред. В.Б. Шапаря. – Изд. 3-е – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 806с. – (Словари).