





## زن در توسعه و سیاست

### مدیریت بدن در زنان فوتبالیست

فائزه زمانیان<sup>۱</sup> | مجید وصالی ناصح<sup>۲</sup> | الهام فروزنده<sup>۳</sup>

۱. نویسنده مسئول، استادیار گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه هنر، تهران، ایران. رایانامه: [f.zamanian@art.ac.ir](mailto:f.zamanian@art.ac.ir)
۲. استادیار گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه فنی و حرفه‌ای، تهران، ایران. رایانامه: [majidvesali@alumni.ut.ac.ir](mailto:majidvesali@alumni.ut.ac.ir)
۳. دانشیار گروه روان‌شناسی، واحد نایین، دانشگاه آزاد اسلامی، نایین، ایران. رایانامه: [elham\\_for@yahoo.com](mailto:elham_for@yahoo.com)

#### اطلاعات مقاله

#### چکیده

#### نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

هدف از مطالعه حاضر بررسی نحوه مدیریت بدن توسط ورزشکاران زن فوتبال با توجه به ناسازگاری دو هویت زنانگی و ورزشکاری در متن فوتبال و خارج از آن بود. در این پژوهش از روش تحقیق کیفی تحلیل پدیدارشناختی به مصاحبه عمیق و نیمه ساختاریافته با ۸ نفر از فوتبالیست‌های زن لیگ برتر فوتبال (۱۹ تا ۲۷ سال) پرداخته شد. جمع‌آوری داده‌ها تا حد رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. کلیه مصاحبه‌ها ضبط و سپس خط به خط دست‌نویس شد. تحلیل یافته‌ها در حین گردآوری داده‌ها و بعد از آن انجام شد. برخی از شرکت‌کنندگان اظهار داشتند که زنانگی و ورزشکاری با یکدیگر سازگار هستند و در هر دو متن ورزش و خارج از آن، این دو هویت را آشکار ساختند. برخی دیگر بیان کردند که زنانگی و ورزشکاری ناسازگار هستند. سه تجربه کلی در رویارویی با این ناسازگاری توسط شرکت‌کنندگان بیان شد. ۱- آشکار کردن هویت ورزشکاری در متن ورزش و هویت زنانگی در متن خارج از ورزش ۲- برجسته کردن هویت زنانگی در هر دو متن ۳- برجسته کردن هویت ورزشکاری در هر دو متن. به طور کلی، بازیکنان فوتبال زن از طریق مدیریت بدن و ظاهر از جمله: پوشش، آرایش، دستکاری مو و بدن، لحن صدا، رفتار و وظایف نقش‌های جنسیتی؛ هویت زنانگی یا ورزشکاری خود را تقویت کرده و آن را راهبردی برای کاهش فشارهای ناشی از ناسازگاری دو هویت درک کردند. همچنین یک هم‌پوشانی بین وجود یا عدم وجود سازگاری با نوع مدیریت بدنی که توسط بازیکنان فوتبال زن به کارگرفته شده آشکار گردید.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۰/۲۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۰/۱۱/۲۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۲۸

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱/۲۵

#### کلیدواژه‌ها:

فوتبال، مدیریت بدن، هویت زنانگی، هویت ورزشکاری

استناد: نام خانوادگی، نام؛ نام خانوادگی، نام؛ و نام خانوادگی، نام (سال). عنوان مقاله. عنوان مجله، ۲ (۴)، ۲۰-۱.

DOI: <http://doi.org/00000000000000000000000000000000>



© نویسندگان.

DOI: <http://doi.org/00000000000000000000000000000000>

ناشر: انتشارات دانشگاه تهران.

## ۱. مقدمه

برگزاری لیگ‌های حرفه‌ای زنان در ورزش‌های مردانه همچون بسکتبال، فوتبال، راگی و غیره، فرصت‌ها و گردهمایی‌های جدیدی را برای رقابت ورزشی زنان خلق کرد (Bevan et al., 2021: 592; Laffey & Whigham, 2022). در ایران نیز در سال‌های اخیر، توجه زنان به ورزش‌های مردانه افزایش یافته است و امکانات و زیرساخت‌های لازم برای مشارکت آن‌ها در بسیاری از رشته‌های ورزشی با ماهیت مردانه فراهم شده است. درحالی‌که امروز ورزش حرفه‌ای و قهرمانی بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته و پیامدهای مثبتی بر مولفه‌های فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی جوامع به همراه دارد (Defrance, 2006: 37). شواهدی وجود دارد که زنان ورزشکار اغلب چالش‌ها و تنش‌های معنی‌داری را با هویت‌شان هم به عنوان ورزشکار بودن و هم زن بودن تجربه می‌کنند. بویژه اگر آن‌ها در ورزش‌هایی که بیشتر مردانه هستند شرکت کنند (Bevan et al., 2021: 593). ورزش فوتبال که در آن بر قدرت<sup>۱</sup>، برخورد بدنی<sup>۲</sup> و استقامت<sup>۳</sup> تاکید می‌شود، ورزش‌های مردانه محسوب شده و به طور سنتی از تأیید اجتماعی پائینی برای زنان برخوردار است. زیرا، رفتارهایی مانند قاطعیت، تأیید برنده شدن و ریسک‌پذیری این ورزشکاران در تضاد با زنانگی ایده‌آل است (Brewer, Van Raalte & Linder, 1993: 241).

در حالیکه نقش‌های جنسیتی زنانه در ایران تاکید بر همسرمداری، مادری، کرامت، نرم-سخنگو، رفتارهای لطیف، پوشش و ظاهر زنانه همراه با عفاف دارد (Karami & Karami, 2014). در ورزش فوتبال زنان برای جلوگیری از پیشروی بازیکنان رقیب و ایجاد فرصت گل‌زنی برای خود، اعمالی ستیزه‌جویانه و خشونت‌آمیز همچون بریدن پاس‌ها (تکل زدن) و برخورد فیزیکی با بازیکنان تیم مقابل را انجام می‌دهند. فوتبال به عنوان ورزشی که در ذات آن ریسک آسیب بالاست، شناخته می‌شود. از این‌رو، ارزش‌ها و ویژگی‌های مردانه مانند هیكل عضلانی همراه با ویژگی‌های قدرت فیزیکی، رقابتی، خشونت و سختی و حتی پوشش‌های ساده و مردانه در زنان فوتبالیست در حال تقویت شدن است. الزامات ورزش فوتبال باعث می‌شود که ورزشکاران زن رفتارهایی را انجام دهند که در تاریخ مربوط به نقش جنسیت مردان است. بنابراین، زنانی که در ورزش‌های مردانه مشارکت می‌کنند، گاهی اوقات به عنوان نابهنجار در جامعه (Hermann & Vollmeyer, 2016) و تخطی‌کننده از انتظارات اجتماعی نقش جنسیت زنانه فرض می‌شوند. از آنجایی که نقش‌های جنسیتی زنانگی در مقایسه با نقش زنان در ورزش فوتبال متفاوت و متناقض است، فرد در ایفای این نقش‌ها دچار سرگردانی شده و علاوه بر تاثیر بر وضعیت سلامت روان و بهزیستی روان‌شناختی (Chamy Karpour et al., 2014)، ممکن است پریشانی روان‌شناختی، افسردگی (Spendelow & Joubert, 2018) و تنش‌های مربوط به بدن و هیكل عضلانی را تجربه کنند. این تنش‌های ظاهری و رفتاری ممکن است پیچیدگی ادراکات و تجربیات مرتبط با بدن زنان ورزشکار را در داخل و خارج از حوزه ورزش افزایش دهد و در نتیجه بر مفهوم‌سازی آن‌ها از هویت جنسیت زنانه و هویت ورزشی تأثیر بگذارد (Brewer, Van Raalte & Linder, 1993: 238).

یکی از تنش‌های بسیار مهم برای ورزشکاران زن، چالش‌های مربوط به بدن آنان است (Defrance, 2006: 63). به نظر می‌رسد، آن‌ها علاوه بر بدن‌های عضلانی و مردانه، حالات و منش‌های مردانه ناشی از الگوهای رفتاری حاکم در فضاهای ورزشی حرفه‌ای را در خود تقویت می‌کنند. گروهی از محققین دریافتند که ورزشکاران زن مشکلات بفرنجی با بدن بزرگ و مردانه‌شان نسبت به بدن مناسب و ظریف زنانه که معمولاً ایده‌آل فرهنگ جامعه است، دارند. آن‌ها نگران این هستند که نسبت به دختران معمولی از نظر ظاهر، لباس، توجه اجتماعی و قرار ملاقات با جنس مخالف، متفاوت هستند (Bennett et al., 2017: 233). لذا، ورزشکاران زن سعی در ایجاد تغییرات ظاهری بدن خود دارند تا پذیرش اجتماعی برای بدن را به دست آورند. به بیان دیگر با بکارگیری نحوه مدیریت بدن سعی در کاهش تنش‌های مربوط به بدن ورزشکاری و هیكلی خود دارند. اسمولاک و همکاران (۲۰۰۰) اظهار داشتند که ورزشکاران زن در رشته‌های ورزشی مختلف -بویژه در سطح نخبگی- نارضایتی بدنی کمتری نسبت به هم‌تایان غیرورزشکارشان گزارش کرده‌اند (Smolak et al., 2000). به هر حال، برخی از اندیشمندان این مساله را به چالش می‌کشند و ادعا دارند که ورزشکاران با تغییر لباس، آرایش، پیچاندن روبان به مو در مسابقات و تقویت ظاهر زنانه سعی در

<sup>1</sup> Strength

<sup>2</sup> Bodily contact

<sup>3</sup> Endurance

افزایش زنانگی خود دارند. به عبارت دیگر آنها نارضایتی از ظاهر بدن عضلانی خود را درک کرده‌اند و به نحوی بدن خود را مدیریت می‌کنند که زنانگی خود را آشکار سازند (Fallon & Jome, 2017: 233; Bennett et al., 2021: 596; Bevan et al., 2021: 596). حال این سوال پیش می‌آید که زنان ورزشکاری که از شکل بدن خود در متن ورزش احساس رضایت می‌کنند، زمانی که در متن جامعه هم قرار می‌گیرند و با خانواده و دوستان غیرورزشکار خود روبه‌رو می‌شوند، احساس رضایت دارند؟ بنابراین ضرورت دارد تا نحوه مدیریت بدن با توجه به هویت ورزشکاری و زنانگی ادراک شده در ورزشکاران زن در داخل و خارج از محیط ورزش بررسی شود.

بازیکنان فوتبال نیاز به بدن‌های بزرگ و قوی دارند، به عبارت دیگر، با بدنی که امروزه برای زیبایی زنان و رفتارهای زنانه تعریف می‌شود، بسیار فاصله دارد. به همین ترتیب ویژگی‌های مردانه که در فوتبال موردنیاز است و مغایر با انتظارات رفتارهای زنانه محسوب می‌شود، در ورزشکاران زن فوتبالیست بروز پیدا می‌کند. تنش‌های رفتاری بوجود آمده ناشی از تخطی از هنجارهای اجتماعی ممکن است تعارض‌های عملکردی برای زنان فوتبالیست در خانواده و اجتماع به همراه داشته باشد و شاخص‌های هویت زنانگی و ورزشکاری آن‌ها را تحت‌تاثیر قرار می‌دهد (Brewer et al., 1993: 251). این تنش یک بینش منحصر به فرد از تجربه دو هویت ناسازگار برای بازیکنان فوتبال زن بوجود می‌آورد، که در ادبیات تحقیق هنوز جای بررسی و مطالعه دارد. بنابراین با هدف پرداختن به این شکاف پژوهشی، این مطالعه به بررسی دو سوال پرداخت. ۱- بازیکنان فوتبال زن بدن خود را در داخل و خارج از متن فوتبال چگونه ادراک می‌کنند؟ ۲- بازیکنان فوتبال زن با توجه به ناسازگاری دو هویت زنانگی و ورزشکاری چگونه بدن خود را در داخل و خارج از متن فوتبال مدیریت می‌کنند؟

## ۲. پیشینه پژوهش

پژوهش حاضر به روش پدیدارشناسی در زنان فوتبالیست انجام گرفت تا تجربه زیسته آنها در ارتباط با ناسازگاری دو هویت ورزشکاری و زنانگی، درک آن‌ها از بدن‌شان و همچنین نحوه مدیریت بدن آنها در داخل و خارج از متن ورزش شناخته و لایه‌های پنهان نگرش زنان فوتبالیست در این خصوص کاویده شود. مرور پیشینهٔ تجربی پژوهش حاکی از آن است که مطالعات مرتبط با ناسازگاری هویتی در زنان ورزشکار بویژه در ارتباط با استراتژی‌های به‌کارگرفته به جهت کاهش فشارهای ناشی از ناسازگاری دوهویت ورزشکاری و جنسیتی نسبتاً اندک بوده و همچنان نیاز به مطالعات بیشتر در این زمینه است. در ادامه مطالعات مرتبط در این حوزه همراه با پیشینه نظری پژوهش ارائه می‌گردد.

### ۲-۱. هویت ورزشکاری

هویت ورزشکاری به عنوان درجه‌ای تعریف می‌شود که یک فرد با نقش ورزشکار شناخته می‌شود. نقش ورزشکاری یک بعد اجتماعی مهم از خودپنداره است که تحت تاثیر تجارب، ارتباطات با دیگران و تعقیب فعالیت ورزشی قرار می‌گیرد. تحقیقات قبلی نشان داده‌اند که هر چه هویت ورزشکاری قویتر باشد، ورزش در زندگی فرد اهمیت بیشتری دارد. افراد با هویت ورزشکاری قوی، زمان بیشتری را با هم‌تیمی‌ها و مربیان‌شان می‌گذرانند که این نیز هویت ورزشکاری را بیشتر تقویت می‌کند. هویت ورزشکاری قوی اما نه انحصاری، می‌تواند فواید روان‌شناختی‌ای برای ورزشکار داشته باشد. اما، ورزشکارانی که به‌شدت تمایل به قرارگرفتن در مرکز ورزش را دارند، ممکن است مضرات فیزیکی و روان‌شناختی را نیز تجربه‌کنند. تعهد شدید<sup>۱</sup> به ورزش و تمرین بیش از حد، موقعیتی را خلق می‌کند که ورزشکار ممکن است سلامتی جسمی و روانی خود را به مخاطره بیاندازد. نقش انحصاری ورزشکاری ممکن است به شدت ارتقاء دیگر نقش‌های درون "خود" را محدود کند. نقش انحصاری ورزش در زنان، آن‌ها را چنان غرق نقش ورزشکاری کرده که ممکن است در انجام نقش‌های دیگر خود در زندگی محدود شوند

<sup>1</sup> Over- commitment

(Brewer et al., 1993: 243). به عنوان مثال مسافرت‌های پی‌درپی برای انجام مسابقات، گذراندن وقت بیشتر با هم‌تیمی‌ها و مربیان، تمرینات سنگین و خشن ورزشی، با محدودیت در انجام نقش‌های مربوط به خانواده، مادری، رفتارهای درخور دختر یا زن بودن مواجه خواهد ساخت.

## ۲-۲- هویت جنسیتی

هویت جنسیتی<sup>۱</sup>، یعنی مفهومی که شخص از خود به عنوان " مرد یا زن " دارد، در طول فرآیند رشد روانی به وجود می‌آید. فرضیه‌های قطبی شدن جنسیت<sup>۲</sup> باعث خلق نقش جنسیت انحصاری و سخت<sup>۳</sup> برای مردان و زنان شده است. بر این اساس، کلیشه‌های سنتی نقش جنسیت زنانگی از جمله ظرافت، تسلیم شدن<sup>۴</sup>، شاد<sup>۵</sup>، خجالتی<sup>۶</sup>، مهربان<sup>۷</sup>، دلسوز و همدرد<sup>۸</sup>، حساس نسبت به نیاز دیگران<sup>۹</sup>، دل‌رحم<sup>۱۰</sup> و غیره در جامعه شکل گرفته است (Bem, 1974: 155). کلیشه‌های سنتی نقش جنسیت مردانگی شامل ویژگی‌های برخورد متکی<sup>۱۱</sup>، ورزشکار<sup>۱۲</sup>، جسور<sup>۱۳</sup>، نیرومند<sup>۱۴</sup>، دارای توانمندی‌های رهبری<sup>۱۵</sup>، مشتاق به ریسک‌پذیری<sup>۱۶</sup>، پرخاشگر<sup>۱۷</sup>، اهل رقابت<sup>۱۸</sup> و غیره است. جنسیت نمود ویژگی‌های مردان و زنان در مواجهه با زندگی اجتماعی و فرهنگ از طریق اجتماعی شدن است. همچنین، یکی از اصول سازمان‌دهنده در دنیای اجتماعی است که هویت‌های ما و خودپنداشت ما را شکل می‌دهد، کنش‌های متقابل ما را ساختار بندی می‌کند. به علاوه، در نحوه نگرش افراد به خود، و شیوه‌های رفتاری و پوششی، و چگونگی مشاهده دیگران دخالت می‌کند. هویت جنسیتی، تعیین‌کننده‌ترین عامل در شکل‌دهی معیارهای مطلوبی است که مردم برای خود حفظ می‌کنند. همه جوامع از اعضای خود در خصوص رفتارها، نگرش‌ها، علائق، نقش‌ها، پوشش‌ها و ظواهر و فعالیت‌های آن‌ها انتظاراتی دارند که این انتظارات در پیرامون تفاوت‌های جنسیتی افراد با یکدیگر ارتباط می‌یابند. این انتظارات فرهنگی از مردان و زنان، تصورات قالبی (کلیشه‌ای) را تشکیل داده که شیوه عملکرد، صفات روانی، روابط اجتماعی، ظاهر جسمانی و مدیریت بدن زنان و مردان را از پیش تعیین می‌کنند. به عنوان مثال، بر این اساس زنان یاد می‌گیرند که مشارکت جو، اندامی و ظریف باشند، در حالی که مردان رقابت کردن و قدرت خواهی و زمختی را می‌آموزند. بدین ترتیب تفاوت‌های جنسیتی معمولاً با قالب‌های (کلیشه‌های) جنسیتی تقویت می‌شوند (Fivush, 2014Golombok &).

در ارتباط با هویت‌های ناهمخوان ورزشکاری و جنسیتی زنانه تحقیقاتی انجام شده است. در واقع، نقش ارزشمند هویت زنانگی، و نقش بی‌ارزش و بدنام‌ساز هویت ورزشی برای دختران و زنان، محققین را در صدد توضیح این تناقض آشکار ناشی از ناسازگاری دو هویت ورزشکاری و زنانگی برانگیخته است. برخی از محققین همچون Laffey & Whigham (2022) بیان کردند که ورزشکاران زن نقش جنسیت زنانگی و نقش ورزشکاری را به طرز متفاوتی نسبت به غیرورزشکاران زن درک می‌کنند (Laffey & Whigham, 2022). این فرض مطرح است که زنان در تقابل بین فرهنگ ورزشکاری (بویژه بدن‌های عضلانی) و فرهنگ

<sup>1</sup> Gender identity

<sup>2</sup> Gender polarization

<sup>3</sup> Rigid and mutually exclusive gender roles

<sup>4</sup> Yielding

<sup>5</sup> Cheerful

<sup>6</sup> Shy

<sup>7</sup> Affectionate

<sup>8</sup> Sympathetic

<sup>9</sup> Sensitive to the needs of others

<sup>10</sup> Compassionate

<sup>11</sup> Self-reliant

<sup>12</sup> Athletic

<sup>13</sup> Assertive

<sup>14</sup> Forceful

<sup>15</sup> Leadership abilities

<sup>16</sup> Willing to take risks

<sup>17</sup> Aggressive

<sup>18</sup> Competitive

زنانگی ایده‌آل قرار می‌گیرند. به دلیل این ناسازگاری‌ها ورزشکاران زن از ورزش کناره‌گیری می‌کنند (Bagheri, 1991; Allison, 2019; Shaw, 2019; Robertson et al., 2019; Bagheri, 2015: 57). در تحقیقات خود در ایران تحت عنوان "مفهوم‌شناسی و کارکردهای هنجار" اظهار داشت حضور هم‌زمان هنجارهای متناقض موجب شکل‌گیری هویت‌ها با گرایش‌های متعارض و از هم‌گسیخته شده‌است. به عنوان مثال حضور هم‌زمان هنجارهای زنانگی با هنجارها و الگوهای حاکم در متن ورزش می‌تواند زنان ورزشکار را دچار تعارض در نقش‌های جنسیتی کند (Bagheri, 2015:64). Oxford (2022) در مطالعه‌ای نشان داد که جامعه، نقش ورزشکاری برای دختران و زنان را چندان ارزشمند نمی‌داند و زنان ورزشکار به صورت زنانی که زنانگی ندارند تشخیص داده می‌شوند (Oxford, 2022; Robertson et al., 2019). Fallon & Jome (2007) در تحقیق خود نشان دادند که زنان ورزشکار راگی در تعارض بین هویت جنسیت زنانگی و ورزشکاری قرار دارند و تعارض نقش جنسیت را ادراک و تجربه کردند. این محققین اظهار داشتند گرچه ورزشکاران زن تعارض بین این دو هویت را درک کرده‌اند اما آن‌ها با به‌کارگیری راهبردهای مختلف سعی در کاهش فشارهای ناشی از این تعارضات هستند. Bennett et al. (2017) در مطالعه‌ای بر روی تصویر بدنی و هویت‌ها (ورزشکاری و زنانگی) در زنان بسکتبالیست بیان کردند که این ورزشکاران با هدف برجسته‌کردن هویت‌های زنانگی و یا ورزشکاری خود در صدد دستکاری و مدیریت ظاهر و بدن خود هستند. Zokaie & Seddighi (2015: 67) در مقاله‌ای تحت عنوان "زنانگی و ورزشکاری" اظهار کردند که برای تعریف مجدد زنانگی باید به تجربه زیسته زنانه رجوع کرد و اجازه داد خود آن‌ها تعریفی از آن ارائه دهند. همچنین زنانگی در متن‌های مختلف معنای مختلف می‌یابد و رنگ عوض می‌کند. تلفیق صفات متضاد ظرافت و قدرت با اهمیت بدن در ورزشکاران باعث شده است تا ورزشکاران زن معنای زنانگی را وسعت بخشند.

## ۲-۳. مدیریت بدن

بدن انسان، شاخص‌ترین تظاهر بیرونی است که در دنیای امروز مبنای پذیرش اجتماعی قرار می‌گیرد (Qobadi et al., 2019). در حالی که، در متن ورزش، بدن به دلیل اجرای خوب و دقیق مهارت‌ها از جایگاه مهمی برخوردار است. در ورزش‌های مردانه یک بدن ایده‌آل ورزشکاری باید بزرگ‌تر و قوی‌تر باشد که با استانداردهای امروزی بدن ایده‌آل برای زیبایی زنان بسیار متفاوت است (Fallon & Jome, 2007; Bevan et al., 2021: 596; Bennett et al., 2017: 234; Greenleaf & Petrie, 2011). بنابراین، یکی از تنش‌های بسیار مهم برای ورزشکاران زن، چالش‌های مربوط به بدن آنان است (Defrance, 2006). محققین اشاره می‌کنند که ورزشکاران زن با بکارگیری راهبردهای متنوعی از جمله "نحوه مدیریت بدن" توانسته‌اند بر چالش‌ها و تنش‌های مربوط به این ناسازگاری‌ها فائق آیند (Fallon & Jome, 2007; Bennett et al., 2017: 317). مدیریت بدن از مفاهیم مهم در جامعه‌شناسی بدن است که به‌ویژه در میان دختران و زنان رواج فراوانی یافته است و افراد با تغییر ظاهری بدن خود به ساخت بدن اجتماعی مبادرت می‌ورزند (Bordo, 2004).

در ارتباط با مدیریت بدن در زنان ورزشکار Bennett et al. (2017) اظهار داشتند که زنان بسکتبالیست نارضایتی از ظاهر بدن عضلانی خود را درک کرده‌اند و به نحوی بدن خود را مدیریت می‌کنند که زنانگی خود را آشکار سازند. برخی مطالعات نشان داده‌اند که زنان ورزشکار در رابطه با تصویر بدنی و سرمایه‌گذاری بر ظاهر خود تعارض را ادراک کرده‌اند. مانند اینکه آنها به قدر کافی زمان برای رسیدگی به ظاهر روزانه ندارند، با بدن بزرگ خود در چالش هستند، برای یافتن لباس که با بدن‌های ورزشکاران متناسب باشد، مشکل دارند و اشتیهای زیادی دارند (Ross & Shiness, 2008). محققین دیگر نیز دریافتند که ورزشکاران در خطر نارضایتی از بدن، رفتارهای منجر به عدم سلامتی، اختلالات خوردن به دلیل اهمیت ظاهر در رشته ورزشی خاص، لاغری زیاد برای ارتقاء عملکرد ورزش خاص و یا تحت فشار برای انطباق با زنانگی ایده‌آل هستند (Kong & Harris, 2015; Smolak et al., 2015; Wells et al., 2000: 382; Muscat & Long, 2008). نیز نشان دادند که برچسب‌ها و نظریات جامعه در مورد بدن ورزشکاران، باعث ایجاد احساس خجالت، انزوای اجتماعی، جرم، اضطراب جسمی و اجتماعی در ورزشکاران زن می‌شود.

<sup>1</sup> Athletic context

مطالعات اسمولاک و همکاران (۲۰۰۰)، ورزشکاران زن در رشته‌های ورزشی مختلف -بویژه در سطح نخبگی- نارضایتی بدنی کمتری نسبت به هم‌تایان غیرورزشکارشان گزارش کرده‌اند (Smolak et al., 2000).

## ۲-۴. فوتبال

ورزش فوتبال با ماهیت داشتن هیكل عضلانی یک ورزش مردانه شناخته می‌شود که اغلب شامل ویژگی‌های خطرناک، ریسک پذیر، خشونت‌آمیز، سرعتی، قدرتی، استقامتی و چالشی است (Bevan et al., 2021: 598). بنابراین به نظر می‌رسد، ورزش فوتبال یک فضای منحصر به فرد برای زنان در زمینه مطالعه مدیریت بدن در تضاد بین زنانگی و ورزشکاری است. بازیکنان فوتبال نیاز به بدن‌های بزرگ و قوی دارند، به عبارت دیگر، با بدنی که امروزه برای زیبایی زنان و رفتارهای زنانه تعریف می‌شود، بسیار فاصله دارد. آنها نیاز دارند در تمرین و مسابقه تکل بزنند، در مقابل حریف با قدرت بایستند و محکم به توپ ضربه بزنند. لذا، به عنوان تخطی کننده از انتظارات اجتماعی زنان مانند داشتن بدن ظریف و خوش اندام، رفتارهای تسلیم‌پذیر، لطیف، لحن نرم و حساس به نیازهای دیگران دیده می‌شوند. به همین ترتیب ویژگی‌های مردانه که در مشارکت‌های ورزشی مورد نیاز است و مغایر با انتظارات رفتارهای زنانه محسوب می‌شود، در زنان ورزشکار بروز پیدا می‌کند. تنش‌های رفتاری بوجود آمده ناشی از تخطی از هنجارهای اجتماعی ممکن است تعارض‌های عملکردی برای زنان فوتبالیست در خانواده و اجتماع به همراه داشته باشد و شاخص‌های هویت زنانگی و ورزشکاری آنها را تحت‌تاثیر قرار می‌دهد (Brewer et al., 1993). Bevan et al. (2021) نشان دادند که ورزش‌هایی که در آنها بر قدرت<sup>۱</sup>، برخورد بدنی<sup>۲</sup> و استقامت<sup>۳</sup> تاکید می‌شود، همچون فوتبال به طور سنتی از تأیید اجتماعی پائینی برای زنان برخوردار است زیرا ورزش مردانه به حساب می‌آیند (Bevan et al., 2021: 593).

## ۳. روش‌شناسی پژوهش

در این پژوهش از روش پژوهش کیفی تحلیل پدیدارشناختی استفاده شد. هدف محقق پدیدارشناس، شناخت تجارب زیسته افراد است. در این روش برای گردآوری داده‌ها لازم است به مصاحبه عمیق با افرادی پرداخته شود که به طور مستقیم پدیده مورد نظر را تجربه کرده‌اند، یعنی دارای تجربه زیسته باشند. به سبب شناخت تجربه زیسته افراد به معنا و تفسیری که افراد مورد مطالعه از پدیده دارند، دست‌یافت می‌شود. سازه‌های ورزشکاری، زنانگی و بدن در قالب تجربه زیسته زنان است و با توجه به بافت مذهبی، دینی، فرهنگی و سنتی ایران به نوعی منحصر به فرد است. همچنین، این مفاهیم را نمی‌توان با آمار و ارقام مشخص کرد و باید لایه‌های پنهان نگرش و زندگی زنان در این خصوص با استفاده از روش‌های کیفی کاویده شود تا زنان امکان شنیده شدن را بیابند (Mohammadpur, 2013) و دید کامل‌تر و دقیق‌تر از آنها بدست آید.

برای جمع‌آوری داده‌ها از روش مصاحبه عمیق و نیمه ساختاریافته با فوتبالیست‌های زن لیگ برتر فوتبال پرداخته شد. معیارهایی که برای انتخاب مشارکت‌کننده‌ها در این پژوهش مدنظر بود، عبارتند از: ورزشکاران حداقل ۱۰ ساعت در هفته در فصل مسابقات تعهد به تیم داشته باشند. همه شرکت‌کنندگان داوطلبانه و با رضایت در مطالعه شرکت کنند. به طور مستمر تا قبل از مصاحبه، ۲ فصل در مسابقات قهرمانی بازی کرده باشند. اکنون جزء فهرست بازیکنان تیم باشند. آسیب جدی که مانع از شرکت‌شان در مسابقه شود، نداشته باشند (Fallon & Jome, 2007: 315). در آزمایشات مربوط به سلامت جسمانی و هورمونی که از سوی کمیته پزشکی انجام می‌شود، شرکت و سلامت آنها مورد تأیید قرار گرفته باشد.

در ابتدا نمونه‌گیری به صورت هدفمند با افراد آشنا شروع، و پس از ظهور مفاهیم اولیه، با روش نمونه‌گیری نظری تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. پس از مصاحبه با ۸ زن ورزشکار ۱۹ تا ۲۷ سال، داده‌ها به سطحی از اشباع رسید و آغاز به تکرار

<sup>1</sup> Strength

<sup>2</sup> Bodily contact

<sup>3</sup> Endurance

شدن کرد. در چنین نقطه‌ای فرض شد که می‌توان به گردآوری داده‌ها پایان داد. با کسب اجازه از شرکت‌کنندگان، کلیه مصاحبه‌ها ضبط و سپس خط به خط دست‌نویس شد. تحلیل یافته‌ها همزمان با جمع‌آوری داده‌ها و بعد از آن انجام شد. تجربیات، عواطف، نگرش‌ها، افکار و اظهارات شرکت‌کنندگان توصیف و تفسیر شد. مصاحبه‌ها به طور میانگین ۶۰ دقیقه طول کشید و سوالات مصاحبه بر حول موضوعات زیر بود:

- ۱- ورزشکار بودن برای بازیکنان زن فوتبال چه مفهوم و معنایی دارد؟
- ۲- زنانگی برای بازیکنان زن فوتبال چه مفهوم و معنایی دارد؟
- ۳- آیا با تعقیب فوتبال تغییراتی در خود درک کرده‌اند؟
- ۴- نگرش آن‌ها نسبت به این تغییرات (اگر بوجود آمده) چیست؟
- ۵- چگونه ظاهر و بدن خود را در متن فوتبال ادراک و مدیریت می‌کنند؟
- ۶- چگونه ظاهر و بدن خود را در متن‌های خارج از فوتبال ادراک و مدیریت می‌کنند؟

#### ۴. یافته‌های پژوهش

مشخصات فردی شرکت‌کنندگان در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. مشخصات فردی شرکت‌کنندگان

| شماره شرکت‌کنندگان | سن | تحصیلات | سابقه فوتبال | وضعیت تاهل |
|--------------------|----|---------|--------------|------------|
| ۱                  | ۲۳ | دانشجو  | ۵            | مجرد       |
| ۲                  | ۱۹ | دیپلم   | ۳            | مجرد       |
| ۳                  | ۲۳ | دانشجو  | ۵            | مجرد       |
| ۴                  | ۲۲ | دانشجو  | ۵            | مجرد       |
| ۵                  | ۲۰ | دانشجو  | ۷            | مجرد       |
| ۶                  | ۱۹ | دیپلم   | ۴/۵          | مجرد       |
| ۷                  | ۲۳ | دانشجو  | ۸            | مجرد       |
| ۸                  | ۲۷ | دیپلم   | ۸            | متاهل      |

پس از تجزیه و تحلیل اطلاعات حاصل از مصاحبه نوشته شده شرکت‌کنندگان و کدگذاری مفاهیم، نتایج در دو حیطه اصلی ۱- مفهوم بدن از منظر ورزشکاران زن فوتبال و ۲- مدیریت بدن در داخل و خارج از فوتبال طبقه‌بندی و در جدول ۲ و ۳ آورده شدند.

#### ۴-۱. مفهوم بدن از منظر ورزشکاران زن فوتبال

در جدول ۲ مهم‌ترین مقوله‌های مرتبط با درک بازیکنان فوتبال زن نسبت به بدن خود در داخل و خارج از متن فوتبال خلاصه‌بندی شد.

جدول ۲. درک (معنای ذهنی) بازیکنان فوتبال زن نسبت به بدن خود در داخل و خارج از متن فوتبال

| درک زنان فوتبالیست از بدن در داخل و خارج از متن فوتبال |                       |   |
|--|-----------------------|---|
| مقوله اصلی   | مقوله فرعی            | کد/ مفهوم   |
| بدن عضلانی   | هنجارهای فرهنگی جامعه | دریافت بازخورد هیكلی از جامعه   |
|  |                       | تقویت زنانگی جهت پذیرش اجتماعی  |
|  |                       | ارائه ساختار هویت جنسیت و صفات زنانه (مادری، همسری، خانه داری، پرورش دهنده، |



|  |  |         |
|--|--|---------|
|  |  | دلسوزی) |
| هنجارهای ورزشی (فوتبال)                  | هیكل عضلانی دختر ورزشکار   |         |
|  | احساس رضایت از بدن ورزشکاری  |         |
|  | لزوم درک بدن متفاوت زن ورزشکار از سوی جامعه                              |         |
|  | زنانگی کمتر دختران ورزشکار نسبت به غیر ورزشکار                           |         |
|  | توجه ورزشکار به بدنش   |         |
|  | تقویت مردانگی جهت موفقیت در فوتبال                                       |         |
|  | استفاده از هورمون‌های مردانه   |         |
| نگرش متفاوت نسبت به زنانگی (زنانگی مدرن) | تغییر نقش‌های جنسیتی   |         |
|  | عدم پذیرش نقش‌های جنسیت سنتی   |         |
|  | مدرن شدن نقش‌های جنسیتی  |         |
| مدل‌های نقش                              | مردان به عنوان الگوهای فوتبال  |         |
|  | تیپ مردونه طبق الگوهای ورزشی   |         |
|  | احساس بازی بهتر طبق ظاهر الگوی ورزشی                                     |         |
| رسانه                                    | پذیرش الگوهای مردانه به دلیل پخش فوتبال مردان از رسانه ملی               |         |
|  | بدن ایده آل زن ورزشکار در رسانه  |         |
|  | بدن ایده آل زن در رسانه‌های اجتماعی                                      |         |
| دیگران مهم                               | نظرات مربی، دوستان و خانواده، شریک عاطفی، اساتید نسبت به بدن فرد ورزشکار |         |

در این پژوهش معنای ذهنی و ادراک زنان فوتبالیست از بدن در قالب مقوله "بدن عضلانی" بدست آمد. همه بازیکنان فوتبال زن معتقدند که بدن یک فوتبالیست به جهت موفقیت در اجرای مهارت‌ها باید عضلانی و قوی باشد. سطح شایستگی ورزشکار در اجرای مهارت‌های حرکتی خاص در هر ورزش وابسته به وضعیت ترکیب بدنی و تناسب بدن است. از این‌رو، بدن برای ورزشکاران از اهمیت بالایی برخوردار است و همه ورزش‌ها ایجاب می‌کند که ورزشکاران سطوح استاندارد از ترکیب بدن را حفظ کنند. افزایش توده بدون چربی بدن به ارتقاء قدرت و توان عضلانی کمک می‌کند. قدرت و توان عضلانی به سبب عضلات مربوط می‌شود. بنابراین، افزایش در سبب عضلات، ورزشکار را قادر می‌سازد تا نیرو و توان بیشتری که لازمه موفقیت در فوتبال است را تولید کند.

شماره ۵ به بدن ایده‌آل ورزشکار اشاره دارد: "قوی هیكل بودن، قد بلند بودن، گام‌های بلندتر دلیل موفقیت در فوتباله که افراد دو جنسه اینطورین. برا همین در فوتبال ازشون استفاده می‌شه. من فوتبالم برام خیلی مهمتره برای اینکه عضلانی تر بشم وزنه زیاد میزنم. البته من خیلی لاغر و دخترونه هستم و در ورزش منو مسخره میکنند. من از بدنم راضیم به جز لاغر بودنم". در همین راستا شماره ۱ می‌گوید: "یه ورزشکار توجه زیاد به بدنش داره. من بدن عضلانی ترجیح میدم تا ظریف و لاغر دخترونه". همچنین، درک زنان فوتبالیست از بدن در این پژوهش در ارتباط با زیرمقوله‌های هنجارهای فرهنگی جامعه، هنجارهای فوتبال، زنانگی مدرن، مدل‌های نقش، رسانه و دیگران مهم می‌باشد.

اظهارات همه شرکت‌کنندگان نشان داد که از ویژگی‌های تکلیفی، رفتاری، ظاهری و بدنی زنانه، به عبارتی دیگر از "هنجارهای فرهنگی و سنتی زنانگی در جامعه" آگاهی دارند. به عنوان مثال، شرکت‌کننده شماره ۱ اذعان داشت که: "...ویژگی‌های زنانه در حس لطافت، عاطفی بودن و حساس بودن زن. زن ظرافت در رفتارش باید داشته باشه. به خودش، آرایش و لباسش برسه".

شماره ۱ از هنجارهای فرهنگی زن ایده‌آل آگاه است و توصیفاتش از زن با برخی ویژگی‌های زنانگی که بهم توصیف می‌کند، همخوان است (Bem, 1974: 160). تاکید بر این ایده‌آل‌های فرهنگی سنتی زنانگی در اظهارات بقیه شرکت‌کنندگان مشاهده شد. شماره ۷: "زن ایده‌آل مرد اینه که در خونه بشینه و کار خونه انجام بده. به زندگی، تیپ و قیافه خودش برسه ولی جلف نباشه".

شماره ۵ به برخی از "هنجارهای فوتبال" اشاره میکند: "با فوتبال میل ورزشکاران حرفه ای به ازدواج کم میشه، چون بعضی هورمون ها در بدن ترشح میشه. "تیپ داداش ها" اینطورین. میگن کلا دختر نیستن. برجستگی های زنانه شونو با کش می بدن و پنهون می کنن و میگن عادت ماهیانه نداریم. اسم پسرone برای خودشون انتخاب می کنن. با مردا هم زبون میشن. هورمون مردانه استفاده می کنند تا قدرتشون بیشتر بشه. صداشون خشن تر بشه. صورتشون پرمو بشه. که البته این تاثیرات منفی فوتباله به نظرم".

شماره ۵ در توصیف افراد تیپ داداش که بقیه شرکت کننده ها نیز به آن اشاراتی داشتند، اظهار می کند که با تعقیب فوتبال چگونه معیارها به سمت مردانگی تغییر می کند تا جایی که برخی زنانگی خود را انکار کرده و با مصرف هورمون، مردانگی (به عنوان مثال ظاهر، بدن عضله ای، عملکرد ورزشی و قدرتمندی) خود را تقویت می کنند. در این راستا، Bastug و همکاران (2019) اذعان می کند که ظاهر و عملکرد ورزشی برای ورزشکاران از اهمیت بالایی برخوردار است و با توجه به مدل های نقش عضلانی که انتخاب می کنند استفاده از هورمون بین آن ها رایج است (Bastug et al., 2019).

شماره ۳ در ارتباط با "زنانگی مدرن" اشاره به این دارد که ایده آل های زنانگی در حال تغییر هست و این نوع پوشش زنان ورزشکار باید توسط جامعه درک شود.

شماره ۳: "رفتارهای زنانه الان در ایران مثل کار در محیط بیرون دارن مدرن می شن. ولی کلا هنوز رفتارهای زنانه مثل بچه داری و خانه داریه. جامعه دختری که لباس ورزشی می پوشه مسخره میکنن. مردم هیکل عضله ای دختر ورزشکار را نمیتونن درک کنن". شماره ۲ و ۸ به این هنجارهای فرهنگی زنانگی انتقاد می کنند. شماره ۲ می گوید: "ویژگی زنانه در ناتوانی در انجام کار نیست. به نظر من البته بعضی از ویژگی های زنانه مثل رنجیدن، سریع گریه کردن، لوس بودن زن مسخره هست. مهم با عرضه و مستقل بودن یه زنه". شماره ۸: "رفتار زنانه مانند شال انداختن و آرایش کردن و ظرافت داشتن و لاغر بودن. اینکه بچه داری و خانه داری کنه. اعتقاد به قانونی شدن این رفتار فقط برای زنان ندارم. اعتقاد به زن بودن در رفتار زنانه خودم دارم".

همچنین ورزشکاران زن درک کرده اند که نسبت به دختران غیرورزشکار زنانگی کمتری دارند. شماره ۴ بیان کرد: "چون واقعا حس می کنم دخترone نیستم. یه دختر عادی خیلی ظریف تر از منه. چون درگیر ورزشیم دیگه وقت این چیزا رو نداریم". شرکت کنندگان در صحبت های خود به تاثیر "مدل نقش و الگوهای ورزشی" بر ادراک بدن زنان ورزشکار اشاره کردند. در این راستا همچنین شماره ۶ و ۸ بیان می کنند:

شماره ۶: "بدن ورزشکار باید عضلانی و هیکلی باشه و البته وقتی تیپ مردونه میزنم مثل الگوهای ورزشکاری که دارم احساس می کنم بازیم بهتر میشه. مثلا موهامو مدل اونا کوتاه می کنم یا صداموخشن می کنم".

شماره ۸: "خب طبیعیه که ما از الگوهای ورزشیمون که اغلب مردا هستن تقلید کنیم. مثلا پوششمون مرداور باشه. سایز بدن مرد و زن متفاوته. بدن زن ظریفتر از مرده. برای همین نباید شلخته بیوشه ولی اسپرت و ورزشی تر باشه. بدنشو با تمرینات سخت و خشن آماده نگه داره".

ادراک زنان از بدن ایده آل ورزشکاری تحت تاثیر "مدل های نقش در رسانه" - که اغلب مردان فوتبالیست هستند - نیز قرار می گیرد. به عنوان مثال، شماره ۳ اذعان می کند: "بدن یه فوتبالیست باید بالاخره پسرone باشه تا موفقیتش در فوتبال بیشتر بشه. الگوهای فوتبالی بیشتر مردان هستن که در تلویزیون نشون میده. به خاطر همین ظاهر و بدن فوتبالیستای زن مردونه هست. معمولا افراد قلدر به فوتبال راه پیدا میکنن چون موفق تر هستند. برای همین دخترا معمولا رفتارهای پسرone دارن مثلا موهاشونو پسرone کوتاه می کنن".

از صحبت های شرکت کنندگان در خصوص بدن های شان برمی آید که اغلب زنان ورزشکار هرچند از بدن های ورزشی خود راضی هستند، نگران سایز بزرگ بدن های شان نیز هستند و تمایل به تغییر در سایز بدن در جهت حفظ و تقویت زنانگی خود دارند. زیرا، از طرف دیگر "مدل های زنانگی در رسانه" شامل لاغری، ظرافت و زیبایی است. این نتایج هم راستا با مطالعات (Wells et al. (2015)؛ Kong & Harris (2015)؛ Smolak et al. (2000) است که نشان دادند ورزشکاران زن تحت فشار برای

انطباق بدن‌های هیكلی خود با زنانگی ایده‌آل هستند. شماره ۲ می‌گوید: "ولی سعی میکنم بدنسازی بالاتنه کمتر انجام بدم تا بدشکل و زیاد هیكلی نشه. گاهی هم بدنسازی بالاتنه حذف میکنم چون نگرانم که مردونه نشه. ولی کلا از بدنم راضیم".

زیر مقوله دیگر در این پژوهش تحت عنوان "دیگران مهم" بود. بازخوردهایی که از طرف مربی، خانواده، دوستان، هم‌تیمی‌ها، شریک عاطفی و دیگر افراد مهم در زندگی نسبت به ظاهر و بدن دریافت می‌شود بر درک ورزشکاران زن نسبت به بدن‌شان موثر است.

شماره ۶ در این راستا بیان می‌کند: "در مجالس و بین دوستان خیلی سعی میکنم دخترانه رفتار کنم و لباس‌هایی بپوشم تا شونه‌های پهن و بزرگم به چشم نیاد. به خاطر نگرانی مامانم که کارهای دخترانه نمیکنم... دارم رو ظرافت دخترانه کار میکنم. البته موهامو به خاطر فوتبال کوتاه می‌کنم".

شماره ۳ می‌گوید: خیلی قبل‌ها، نسبت به بد بودن این رفتارها توسط مربی‌م آگاه شدم. سعی میکنم رفتارمو کنترل کنم از رفتارهای پسرانه دوری کنم.

در ادامه شرکت‌کنندگان به تغییراتی که با تعقیب فوتبال در خود یا هم‌تیمی‌های‌شان ادراک کرده بودند صحبت کردند. براساس صحبت‌های شرکت‌کنندگان این تحقیق، زنان فوتبالیست با ادامه فوتبال "ناسازگاری نقش‌های جنسیتی" را درک کرده بودند یا در برخی از هم‌تیمی‌های‌شان مشاهده نموده بودند.

شماره ۶ اظهار میکند: "...بقیه والا چی بگم نمیدونم واقعا هم‌تیمی‌هام دقیقا چطوری فکر میکنن... هممون فکر میکنیم رفتار خیلی مردونه ای داریم در کل. که با فوتبال هم بیشتر شده... کلا تو فوتبال افراد قلدر و مردونه موفق هستند... دخترای نازک نارنجی و خیلی دخترانه موفق نیستن و فوتبالو ترک میکنن. حتی از اینکه در بیرون پسرانه به نظر بیان، نگران میشن و کلا از فوتبال میان بیرون".

این ناسازگاری‌های نقش‌های جنسیتی با توجه به اظهارات بازیکنان زن فوتبال شامل مفاهیم "ظاهری- بدنی"، "عاطفی- هیجانی" و "ادراکی- تجربی" است. که در این تحقیق مضمون "ظاهر و بدن" مدنظر بود. ولی با توجه به اینکه بازیکنان در مورد تغییرات دیگر نیز صحبت کردند، اظهارات برخی از آنها در ادامه آورده شد. به عنوان مثال، شماره ۳ نگرانی شدید خود نسبت به "ظاهر و بدنش" با تعقیب فوتبال را بیان می‌کند: "با ادامه فوتبال نگران از دست دادن ظرافت زنونه هستم. بدنم هیكلی شده. همیشه موهاموبلند میکنم، لاک میزنم و سعی میکنم هم در محیط ورزش و هم خارج از اون لباس و تیپ دخترانه داشته باشم". شماره ۳ در ادامه در ارتباط با ناسازگاری جنسیتی "عاطفی- هیجانی" از نگرانی خود در ارتباط با ایجاد عواطف و احساسات مردانه با تعقیب بیشتر فوتبال می‌گوید: "اغلب دخترای فوتبالیست با ادامه فوتبال علاقه به پسر شدن دارن. با ورود به ورزش، قلدری و خشن بودن افزایش پیدا میکنه. زنانگی با فوتبال کم میشه. خودم هم از پسرانه بودن خودم احساس نگرانی می‌کنم".

شماره ۴ نیز بیان می‌کند: "با فوتبال روحیه خشن فرد تشدید می‌شه. من تمرینات خیلی خشن رو کمتر انجام میدم چون باعث میشه روحیهم خشن و مردونه بشه".

در ارتباط با ناسازگاری "ادراکی- تجربی" شماره ۵ می‌گوید: "با ادامه ورزش تجربیات زیاد در زندگی کسب میشه. تفریح سالمه. از زندگی لذت میبره. دائم در مسافرت و دوستان زیاد در شهرهای مختلف پیدا میکنه و با فرهنگها آشنا میشه. ولی از طرف دیگر دوری از خانواده آزاردهنده است".

#### ۴-۲. مدیریت بدن در داخل و خارج از متن فوتبال

با توجه به سوال اصلی دیگر این پژوهش محقق به دنبال این بود که با توجه به مفهوم "بدن عضلانی" که بازیکنان زن فوتبال نسبت به بدن خود ادراک کرده‌اند چگونه بدن خود را در داخل و خارج از فوتبال مدیریت می‌کنند. آیا این ادراک از بدن ورزشکاری با هویت زنانگی آنها سازگار است؟ در پاسخ به این سوال پژوهش، دو مقوله اصلی "ناسازگاری هویت‌ها" و "سازگاری هویت‌ها" به دست آمد. همچنین با توجه به نحوه ادراک شرکت‌کنندگان نسبت به هماهنگ بودن یا ناسازگار بودن این هویت‌ها

نحوه مدیریت بدن‌شان در داخل و خارج از متن فوتبال متفاوت بود. مفاهیم و مقوله‌های به‌دست آمده در جدول ۳ خلاصه‌بندی شد.

جدول ۳. نحوه مدیریت بدن با توجه به ادراک هویت ورزشکاری و زنانگی در داخل و خارج از متن فوتبال

| مدیریت بدن با توجه به ادراک هویت ورزشکاری و زنانگی در داخل و خارج از متن فوتبال |  |   |
|---|--|---|
| مقوله اصلی  | مقوله فرعی                                     | کد/ مفهوم   |
| ناسازگاری هویتها  | مدیریت بدن مردانه در داخل و خارج از متن فوتبال | تیپ داداشی (مثل بستن کمربند پسرانه، تیفوسی کردن موها، پوشیدن لباس و کفش پسرانه، استفاده از هورمون مردانه جهت خشن شدن صدا و پر مو شدن صورت و غیره) |
|   |  | انجام وظایف مردانه (مانند بردن زباله به بیرون از خوابگاه ورزشکاران، حفاظت از دختران ورزشکار و غیره)   |
|   |  | اسم پسرانه  |
|   |  | تقویت ویژگی‌های شخصیتی مردانه (پرخاشگری، لجاجت، استقلال، جسارت، ریسک‌پذیری، نیرومند، ورزشکار و غیره)  |
|   |  | انکار زنانگی (مانند پنهان کردن برجستگی‌های زنانه، انکار عادت ماهیانه و غیره)  |
|   | مدیریت بدن زنانه در داخل و خارج از متن فوتبال  | تیپ دخترانه (مانند آرایش صورت، بلند کردن موها، پوشش دخترانه عرف جامعه و غیره)   |
|   |  | تلاش آگاهانه برای "زنانه جلوه دادن" در متن فوتبال و خارج از آن  |
|   |  | کنترل هویت جنسیتی مردانه در محیط فوتبال   |
|   |  | تقویت بیش از حد زنانگی (مانند بلند کردن موها، لاک زدن، مانیکور ناخن، زیورآلات زنانه، طرز راه رفتن و غیره)   |
|   |  | نگرانی بابت از دست دادن زنانگی  |
| مدیریت بدن مردانه در فوتبال و زنانه در خارج از فوتبال                           | تیپ نامتمایز (هم آمیخته)                       |   |
|   | ظاهر مردانه در فوتبال و محیط‌های ورزشی         |   |
|   | ظاهر زنانه در اجتماع و محیط‌های غیرورزشی       |   |
|   | ارزش‌های متغیر                                 |   |
| سازگاری هویت‌ها   | مدیریت بدن زنانگی ورزشی                        | درک هویت ورزشکاری و زنانگی به صورت سازگار   |
|   |  | عدم حساسیت نسبت به زنانگی   |
|   |  | ارائه هویت زنانگی و ورزشکاری در محیط‌های ورزشی و اجتماعی  |
|   |  | تقویت ویژگی‌های زنانه (صبورتر، شادتر و با ملاحظه‌تر شدن و غیره) و مردانه (مستقل‌تر و نیرومندتر شدن و غیره)  |

در حالیکه همه ورزشکاران زن هنجارهای ایده‌آل زنانگی را می‌دانستند، شماره‌های ۱، ۳، ۴، ۶ و ۷ درک کرده بودند که ایده‌آل‌های فوتبال با ایده‌آل‌های زنانگی ناسازگار هستند و با تعقیب فوتبال ویژگی‌های مردانه در ورزشکاران زن تقویت می‌شود. در مقابل، شماره ۲، ۵ و ۸ زنانگی و ورزشکاری خودشان را سازگار تجربه و ادراک کرده بودند و تیپ ظاهری "زنانگی ورزشی" را خلق کرده بودند.

با توجه به اظهارات شرکت‌کنندگانی که ناسازگاری بین هویت زنانگی و ورزشکاری را درک کرده بودند، به سه شکل بدن خود را آرایش و مدیریت می‌کنند که عبارتند از: ۱- مدیریت بدن مردانه در داخل و خارج از متن فوتبال (تیپ داداش)، ۲- مدیریت بدن زنانه در داخل و خارج از فوتبال (تیپ دخترانه)، ۳- مدیریت بدن مردانه در فوتبال و زنانه در خارج از فوتبال (تیپ هم‌آمیخته).

به جز شماره ۱ که در هر دو متن داخل و خارج از ورزش ظاهر و بدن خود را مردانه مدیریت و دستکاری می‌کند، همه شرکت‌کنندگان تلاش می‌کنند که زنانگی خود را در خارج از ورزش حفظ کنند. ظاهر و رفتار شماره ۱ همان گونه بود که شرکت‌کنندگان، این افراد را به اصطلاح "تیپ داداش" توصیف کردند.

شماره ۱ خودش می‌گوید: "...تو فوتبال، میگن "تیپ داداش‌ها". ... مثل کمربند بستن پسرانه، تیپوسی کردن موها. پوشیدن لباس و کفش پسرانه، از وظایف دخترانه مثل آشپزی خوشم نیامد. ولی زباله‌ها رو می‌برم بیرون".

او برای فائق آمدن بر ناسازگاری حاصل از دو هویت و نگرانی نسبت به ایجاد احساسات و عواطف پسرانه‌اش در فوتبال به تحقیق و تفحص پرداخته بود. که به نظر می‌رسد یکی از راهبردهای رویارویی با پریشانی حاصل از این ناسازگاری باشد. او به طور کلی سعی کرده بود زنانگی خود را انکار کند و حتی اسم پسرانه برای خود انتخاب کرده بود.

"من همه جا اسپرت و ورزشی تیپ میزنم. تاثیر روحیه ی فوتبالی، احساس مرد بودن به فرد دست می‌ده، ازدواج نمی‌کنه و حتی بعضیا تغییر جنسیت میدن. تحقیق هم کردم این تو ورزشکارا طبیعیه. احساس نیاز به ازدواج و میل به پسر در ورزشکارا کاهش پیدا میکنه به خاطر هورموناشون".

در مقابل شماره ۱، شرکت‌کننده شماره ۳ که ناسازگاری هویت‌ها را تجربه کرده بود، در متن ورزش و خارج از آن بدن و ظاهر خود را به شکل زنانه تقویت و مدیریت می‌کرد که به اصطلاح فوتبالیست‌های زن "خیلی دختر" یا "تیپ دخترانه" بود. شماره ۳ می‌گوید: "من سعی میکنم ظرافت دخترانه‌مو در فوتبال و بیرون از فوتبال حفظ کنم و رفتارهای پسرانه‌مو کاهش بدم. احساس میکنم به خاطر هیکل درشتم در انجام رفتارهای دخترانه ظریف موفق نیستم. از پوشش ورزشی و کتانی در برابر دوستان ظریف دانشگاهیم احساس خجالت میکنم. به عنوان دختر ورزشکار (ظاهر اسپرت و بدن هیکلی) درک نمیشیم. از رفتارهای پسرانه در ورزش با دیدن دخترای پسرنمای افراطی حالم بد میشه. از هیکلم در مقابل دوستای ظریفم احساس ناراحتی میکنم. هم‌تیمی‌هام به من گیر میدن که چرا پسرانه نیستم و به زنانگی من، ناخنام، موهام، آرایشم گیر میدن. میگن دخترانه ای، موها بلند، برجستگی‌های زنانهت بزرگه. دوست ندارم در هر محیطی منو به عنوان ورزشکار بشناسن".

شماره ۳ تلاش آگاهانه‌ای را برای "زنانه جلوه دادن" در محیط فوتبال و خارج از آن توصیف کرد. او از خشن و قدرتی بودن فوتبال به عنوان محدودیتی در توانایی او برای نشان دادن ظاهر زنانه‌اش صحبت کرد. همچنین، با وجود اعتراضات هم‌تیمی‌هایش تلاش می‌کند در محیط فوتبال زنانگی‌اش را با آرایش کردن مو، صورت و مانیکیور ناخن بیش از حد تقویت کند. برخی دیگر از ورزشکاران زن که ناسازگاری هویت‌ها را ادراک و تجربه کرده بودند، بدن و ظاهر خود را در محیط‌های ورزشی به صورت تیپ پسرانه و خارج از آن به شکل تیپ دخترانه مدیریت می‌کنند. که به این دسته مفهوم هم‌آمیخته یا نامتمایز داده شد. این گروه به شدت تعارض را احساس کرده بودند و دچار سرگردانی در ارزش‌ها شده بودند. از نظر Bem (1974) افراد با سنخیت نامتمایز نه دارای یکپارچگی و نه اثبات وجود هستند. بسیار زیاد تحت تاثیر محیط، جو و دوستان قرار می‌گیرند. لذا، منطقی به نظر می‌رسد که در انتخاب معیارها نیز دچار سرگردانی و مشکل باشند؛ و بنابراین تعارض در انتخاب معیارها را تجربه خواهند کرد. شماره ۴ بیان می‌کند که چگونه بدن خود را در محیط‌های غیرورزشی از طریق "آرایش ظاهر و رفتار" مدیریت می‌کند.

شماره ۴: "یعنی نمیدونم شاید اینا (هم‌تیمی‌های فوتبالیست) بیرون از فوتبال منو ببینن، نمیدونم میخوان چه نظری درمورد من بدن. فقط کار به ظاهر ندارم، کلا، مثلا مدل حرف زدنم یا مثلا خوشونتم که کمتره، مظلوم تر میشم یه خرده. بچه ی خوبی میشم. خب مثلا به خودمون میرسیم، بالاخره تقریبا فرق داره با اینجا (محیط فوتبال). ته تهش میدونی یه خرده این ظرافتا رو دارم ولی فک کنم تا این حد نیست که در نظر اونا (افراد بیرون از محیط فوتبال) من دخترانه باشم".

اشاره شماره ۴ به "بچه خوب شدن در خارج از فوتبال" نشان می‌دهد که او از توانایی خود در خصوص مدیریت ظاهر و رفتارهای زنانه در خارج از فوتبال تا حدی رضایت شخصی دارد. اما اشاره وی به "نظر اونا" حاکی از آن است که اگر چه ساختار زنانگی او تا حدی توسط تعاملات اجتماعی‌اش با اطرافیان شکل گرفته است ولی هنوز با ایده‌آل‌های زنانگی از نظر جامعه فاصله دارد. شماره ۶ و ۷ نیز اشاره به تلاش‌شان برای مدیریت ظاهر زنانه در اجتماع و مدیریت ظاهر مردانه در فوتبال دارند.

شماره ۶: "خب من بالاتنه‌م بزرگ و مردونه هست. برا همین در مجالس و بین دوستان خیلی سعی میکنم دخترونه رفتار کنم تا شونه‌های پهن و بزرگم به چشم نیاد...موهامو به خاطر فوتبال کوتاه می‌کنم. وقتی حریف منو با موهای کوتاه و رفتارهای پسرونه میبینم بیشتر ازم حساب میبره. میگن ظاهر مردونه‌س مثل دوجنسه‌ها هستم و قدرتم هم خیلی بالاتره. اما الان بیشتر به خاطر موفقیتیم اینطوری "تیپ داداش" میزنم.

شماره ۷: "من از قضاوت مردم در مورد زن بودنم نگران میشم. چون محیط فوتبال مردونه هست و می‌طلبه که ظاهر و تیپت و کارهات مردونه باشه. خب منم اینجا (محیط فوتبال) مردونه رفتار میکنم. در واقع یه جورایی هم‌رنگشون میشم که مسخره نکنن. جامعه‌مون یا کلا اطرافیان همچین چیزی (منظور ظاهر پسرانه) را مثلا بد میدونن. واسه همین بیرون خیلی سعی میکنم رفتار مردونه‌مو کم کنم و حواسم به کارام باشه. حتی تو مهمونیا آرایش هم میکنم".

پیش از این، شماره‌های ۲، ۵ و ۸ سازگاری هویت ورزشی و هویت زنانگی خود را در یک اصطلاح "زنانگی ورزشی" که با شرکت آن‌ها در ورزش سازگار بود، نشان دادند.

شماره ۲ در این خصوص بیان می‌کند: "...خب من با فوتبال صبورتر، با فکرتر و مستقل‌تر شدم. سخت‌کوشی منو دوستان تحسین می‌کنن که مدیون فوتبالم. و در ادامه نسبت به تغییرات ظاهری، ادراکی و عاطفی با تعقیب فوتبال توضیح داد که: "من تا حالا خیلی به زنانگی حساس نشدم. فکر نمی‌کنم تا حالا آرزو کرده باشم که کاش زنونه‌تر بودم و به ظاهر حساس شده باشم. الان زنانگی داره مدرن‌تر میشه. تو ایران هم الان زنا دارن در خیلی از شغل‌های مردونه کار می‌کنن. ورزشکار بودن و زنانگی خودمو دوست دارم. من همیشه از بچگی آرزو داشتم فوتبالیست خوبی بشم. ولی خب در فوتبال اگه بخوای موفق باشی باید مردانه باشی. هیکل عضلانی داشته باشی. تو فوتبال بالاخره یه درصدی مردونه می‌شی... خب اینطوریه. چیز بدی هم نیست... اگه یکی بگه من پسرانه هستم که برام مهم باشه، توجیحش میکنم".

شماره ۵: "دخترای ورزشکار باید به عنوان ورزشکار شناخته بشن نه به عنوان پسر. آرزوی هر زن ورزشکار درک شدن به عنوان یک ورزشکار است و اینکه در وظایف زنانه مانند بقیه زن‌ها نیستن و این که پسر نیستن. به خاطر اینکه فوتبالم بهتر بشه از سمت مربی‌م و هم‌تیمی‌هام تشویق میشم که عضلانی‌تر بشم. در کل، از تیپ دخترونه و ورزشکاری خودم به جز لاغری‌م راضی‌م".

شماره ۸ با رضایت از ظاهر و بدنش به عنوان زن ورزشکار بیان می‌کند: "مردم باید درک کنن که زن ورزشکار اینطوریه و زنانگی‌ش نسبت به بقیه دخترا کمتره. وقتی مردم با طرز برخورد خوب من برخورد میکنن، ارزش واقعی منو درک میکنن. از اینکه هویت ورزشکاریم آشکار بشه، لذت میبرم. از مشهور بودن و شناخته شدن در جامعه خوشم میاد. اینکه به عنوان تیم ملی توسط مردم هم استانی شناخته بشم و مورد توجه هم استانی‌هام قرار بگیرم. به عنوان ورزشکار ملی که در تلویزیون مصاحبه کردم، هم‌استانی‌هام خیلی بهم توجه کردن. بدنم رو دوست دارم و البته یه کم چربی اضافه دارم که نگرانم و میخوام آبشون کنم. از عضلانی بودنم خوشم میاد".

علی‌رغم این ترکیب هویتی، شماره ۲ با اشاره به "توجیه دیگران مهم" و شماره ۵ با اشاره به "عدم رضایت از لاغری خودش" به ترتیب برای "انطباق با زنانگی ایده‌آل" و "انطباق با ورزشکاری ایده‌آل" فشار از سوی جامعه و متن فوتبال را احساس کرده بودند. هم‌راستا با مطالعات (Bennett et al., 2017; Greenleaf & Petrie, 2013)، از آنجایی که ورزشکاران بر اساس ظاهر بدن مورد قضاوت قرار می‌گیرند، همه ورزشکاران با هدف برجسته‌کردن هویت‌های زنانگی و ورزشکاری خود (چه سازگار و چه ناسازگار) ظاهر و بدن خود را دستکاری و مدیریت می‌کنند.

هر سه بازیکن شماره ۲، ۵ و ۸ جنبه‌های هویت زنانگی و ورزشکاری را به گونه‌ای در هم ادغام کرده‌اند که "زنانگی ورزشی" را خلق کرده‌اند که با هویت زنانگی آن‌ها و مشارکت در فوتبال سازگار است.

هدف از این مطالعه درک بهتر از نگرش ورزشکاران زن نسبت به بدن خود با توجه به هویت (زنانگی و ورزشکاری) و مدیریت آن در متن فوتبال و خارج از آن بود. یافته‌ها ارتباط بین نحوه مدیریت بدن و ادراک هویت‌ها در شرکت‌کنندگان را نشان داد. پنج نفر از بازیکنان فوتبال دریافته بودند که هویت ورزشکاری و زنانگی به طور کامل جدا از یکدیگر هستند؛ که سه نفر از آن‌ها در متن فوتبال، هویت ورزشکاری و در جامعه، هویت زنانگی خود را از طریق نحوه مدیریت بدن عینیت بخشیده بودند. دو نفر دیگر بیان داشتند زنانگی ندارند؛ یکی از این دو نفر در هر دو متن هویت زنانگی و دیگری هویت ورزشکاری خود را ارائه کرده بودند. به طور کلی، در این گروه -که هویت‌ها را ناسازگار تجربه کرده بودند- سه نوع تجربه کلی توسط شرکت‌کنندگان شامل ۱- هویت‌های ناسازگار با مدیریت بدن ورزشکاری (مردانه)، ۲- هویت ناسازگار با مدیریت بدن زنانه و ۳- هویت ناسازگار با مدیریت بدن مردانه در متن فوتبال و مدیریت بدن زنانه در متن اجتماع آشکار شد. در مقابل این پنج نفر، سه فوتبالیست دیگر، هویت ورزشکاری و زنانگی خود را سازگار با یکدیگر درک کرده بودند و در محیط‌های ورزشی و اجتماعی، هر دو هویت را ارائه داده بودند. در این گروه یک نوع تجربه به عنوان ادراک هویت‌های سازگار با مدیریت بدن "زنانگی ورزشی" در هر دو متن فوتبال و خارج از آن نمایان شد. به نظر می‌رسد نقش‌های جنسیتی هم از این چهار تجربه ادراک شده توسط ورزشکاران زن در مطالعه حاضر حمایت می‌کند. Bem (1974) افراد را براساس نقش جنسیتی به ۴ دسته (زنانه، مردانه، نامتمايز و آندروژنی) تقسیم می‌کند (Bem, 1974: 157). در این مطالعه، ورزشکارانی که هویت ورزشی و زنانگی را هماهنگ ادراک کرده بودند با ویژگی‌های توصیف شده آندروژنی از نظر هم‌راستا هستند. بقیه ورزشکاران زن که ناسازگاری دو هویت را تجربه کرده بودند؛ در تقسیم‌بندی‌های دیگر هم قرار می‌گیرند. به عنوان مثال، ورزشکارانی که در هر دو کانتکس فقط مردانگی و یا زنانگی را به نمایش می‌گذارند، به ترتیب با ویژگی‌های نقش جنسیت مردانه یا زنانه هم نزدیک هستند. ورزشکارانی که در متن اجتماع، زنانگی و در متن فوتبال، مردانگی را ارائه می‌کنند، به نظر می‌رسد با نقش جنسیت نامتمايز هم‌خوان هستند.

شرکت‌کنندگان تحقیق به طور عمده بدن خود را با استفاده از لباس، آرایش، انواع زیورآلات، رفتار، لحن صدا و طرز بیان، استفاده از داروهای هورمونی و غیره هم در متن ورزش و هم غیرورزش دستکاری و مدیریت می‌کنند تا در ورزش، مردانه‌تر و در خارج از آن، زنانه‌تر به نظر آیند. این نوع مدیریت تحت تاثیر بازخوردهایی بود که از سوی جامعه، گروه فوتبالیست‌ها، شریک عاطفی، خانواده، دیگران مهم، مدل ورزشی، مربی و رسانه دریافت می‌کردند. با این شیوه‌های مدیریتی بدن که در پژوهش حاضر به دست آمد، به نظر می‌رسد زنان فوتبالیست سعی در کاهش فشار ناشی از ناسازگاری درک شده بین بدن ورزشکاری خود و بدن زنانه که ایده‌آل فرهنگی است، داشتند. پیش از این محققین در مطالعات خود اظهار داشتند که ورزشکاران با تغییر لباس، آرایش، پیچاندن روبان به مو و نوع مدیریت بدن سعی در کاهش تعارضات بوجودآمده دارند (Bennett et al., 2017: 234; Bevan et al., 2021: 596; Fallon & Jome, 2007).

در بخشی از مصاحبه که مربوط به تغییرات بوجودآمده در ورزشکاران زن با تعقیب فوتبال بود، شرکت‌کنندگان اظهار داشتند که خودشان یا برخی از فوتبالیست‌های زن با ادامه فوتبال، هویت ورزشکاری‌شان را "پنهان" می‌کنند تا زنانگی‌شان آشکار شود و مورد حمایت جامعه قرار گیرند. برخی دیگر هویت زنانگی‌شان را "انکار" کرده و حمایت گروه فوتبال را به دست می‌آورند. گروهی هم که نتوانند خود را با هنجارهای حاکم در محیط فوتبال سازگار کنند و حمایت گروه فوتبال را به دست آورند، به طور کلی از ورزش "کناره‌گیری" کرده و حمایت جامعه را دریافت می‌کنند. در حمایت از این یافته‌های پژوهشی می‌توان به "راهبردهای روبه‌رو شدن با داغ اجتماعی" گافمن و نظریه "حمایت اجتماعی" بندورا اشاره کرد. در واقع، شکل و سبک بدن مشخصه بازنمایی خویش است. در این متن بدن هیكلی و ورزشکاری یک زن به معنی فقدان زنانگی است. بنابراین به عنوان یک "داغ اجتماعی" عمل می‌کند (Petersen, 2007). در این پژوهش شرکت‌کنندگان اظهار داشتند که لاغر، ظریف و خوش‌اندام بودن یک ارزش اجتماعی برای زنان و هیكل‌مند، بالاتنه بزرگ و عضلانی و چاقی یک داغ محسوب می‌شود. Gaffman (1963: 32) معتقد است که افراد برای پنهان کردن "داغ" راهبردهای مختلفی مانند "پنهان کردن"، "انکار کردن" و "کناره‌گیری" در پیش می‌گیرند (Zokaie & Seddighi, 2015). در پژوهشی دیگر نقش حمایت اجتماعی در خروج و ادامه

<sup>1</sup> stigma

مشارکت ورزشی دختران در ورزش‌های مردانه مهم دانسته شده‌است و شرکت‌کنندگانی که از ورزش‌های مردانه خارج شده‌بودند، حمایت اجتماعی کمتری از سوی هم‌تیمی‌ها دریافت کرده‌بودند (Abadi & Gill, 2020). در این خصوص شماره ۶ بیان می‌کند: "برخی از دخترهای نازک نارنجی در محیط مردونه فوتبال دوام نمی‌آورند و از ورزش کناره‌گیری می‌کنند. چون بچه‌های فوتبالی به زنونه بودنشون گیر میدن. بعضیا هم به خاطر نداشتن رفتارهای پسرانه احساس عقب افتادگی بهشون دست میده. سعی میکنن با محیط فوتبال هم‌رنگ بشن تا در تیم مسخره نشن".

یکی از سوال‌های مطرح شده در این مطالعه این بود که: زنان ورزشکاری که از شکل بدن خود در متن ورزش احساس رضایت می‌کنند، زمانی که در متن جامعه هم قرار می‌گیرند و با خانواده و دوستان غیرورزشکار خود روبه‌رو می‌شوند، احساس رضایت دارند؟ در پاسخ کلی باید اشاره داشت که هرچند زنان ورزشکار در این مطالعه به دلیل انطباق بدن خود با هنجارهای بدن ورزشی ایده آل، ممکن است رضایت عملکرد ورزشی از بدن خود را تجربه کرده باشند، اما با برخی از اعضای بدن خود بویژه بالاتنه نارضایتی عملکرد زنانه را ادراک کرده بودند. این نتیجه همخوان با نتایج (Bennett et al., 2017: 242; George, 2018; Krane et al., 2004) بود که دریافتند همه شرکت‌کنندگان رضایت و غرور بدنی بویژه به دلیل جنبه عملکرد آن در ورزش را تجربه می‌کنند. مشابه با مطالعات قبلی (Bennett et al., 2017)؛ Krane و همکاران (2004) "پارادوکس در ورزشکاران زن" کشف شد. پارادوکس در این مطالعه حاصل از درک ناسازگاری هنجارهای فوتبال (ورزشکاری) و هنجارهای زنانگی در زنان فوتبالیست هم‌راستا با نتایج (Bennett et al., 2017) و (Ross & Shinew, 2008) علی‌رغم ادراک متفاوت شرکت‌کنندگان از هویت‌های ورزشکاری و زنانگی، اغلب آن‌ها احساس رضایت کامل از بدن را زمانی تجربه کرده بودند که شکل بدن‌شان به ایده‌آل‌های زنانگی مانند لاغری، ظرافت و زنانه نزدیک‌تر شده بود. تنها یک نفر از شرکت‌کننده‌ها احساس خجالت از بدن زنانه داشت و زنانگی خود را انکار می‌کرد. یک نفر هم از لاغری زیاد به دلیل محدودیت در عملکرد ورزشی‌اش تحت فشار بود. زیرا انتظارات جامعه از بدن‌های ایده‌آل زنانه، همچنان بر ظرافت، خوش‌اندami و لاغری است؛ و قدرتمندی ورزشی برای زنان منفی است. درواقع، عضلات و ماهیچه‌های بزرگ نماد قدرت مردانگی است (Zokaie & Seddighi, 2015: 79). که جامعه برای زنان نمی‌پسندد. همانطور که کش‌مور اشاره می‌کند، زنان ورزشکار باید قوی و موفق باشند بدون آن‌که نشانه‌هایی از مردانگی را با خود به همراه داشته باشند (Cashmore, 2003: 49). همه ورزشکاران در این مطالعه برای غلبه بر این "پارادوکس"، بدن خود را از طریق نمایش رفتارهای نقش جنسیتی، پوشش، آرایش صورت و بدن، انتخاب نوع تمرینات ورزشی و نحوه بدن‌سازی و غیره در هر دو متن ورزش و خارج از آن مدیریت می‌کردند.

در این مطالعه، شرکت‌کنندگان شماره‌های ۲، ۵ و ۸ هویت‌های ورزشی و زنانگی خود را هماهنگ و ترکیبی می‌دانستند. آن‌ها ویژگی‌های مرتبط با شرکت‌شان در فوتبال مانند صبوری، سخت‌کوشی، اعتماد به نفس، قوی و باعرضه‌بودن را در زنانگی خود گنجانده بودند. این یافته همخوان با "دفاعی دیگر" (Schwalbe et al., 2000: 425) است و می‌تواند یکی از راه‌هایی باشد که این شرکت‌کنندگان تنش بین هویت ورزشکاری و زنانگی را هدایت می‌کنند. راهبردهای ایجاد سازگاری قبلا در تحقیقات دیگر نیز تایید شده است (Lunde & Gattario, 2017; Reis et al., 2022). شماره ۲، ۵ و ۸ نسبت به برخی هنجارهای ایده‌آل زنانه که جامعه تعیین کرده است، بی‌اهمیت بودند. آن‌ها همچنین ادعا می‌کنند که هنجارهای فرهنگی زنانه باید تغییر کند و به روز شود. Zokaie & Seddighi (2015: 89) تجربه زیسته زنان ورزشکار در خصوص زنانگی را بررسی نمودند آن‌ها اظهار کردند که زنانگی در متن‌های مختلف معنای مختلف می‌یابد و رنگ عوض می‌کند. بنابراین برای تعریف مجدد هنجارهای زنانگی باید به تجربه زیسته زنان ورزشکاران زن رجوع کرد و اجازه داد خود آن‌ها تعریفی از آن ارائه دهند. همچنین این یافته‌ها توسط نظریه آندروژنی ب‌م حمایت می‌شود. در این مطالعه، ورزشکارانی که هویت ورزشی و زنانگی را هماهنگ ادراک کرده بودند با ویژگی‌های توصیف شده آندروژنی از نظر ب‌م - مانند اینکه افراد آندروژنی از محدودیت استانداردهای مناسب جنسیتی رها می‌باشند - هم‌سو است.

<sup>1</sup> Defensive othering



همچنین، شرکت‌کنندگان رسانه، مدل‌های نقش، دوستان و متن‌ها را منابع مهم برای اطلاعات مربوط به بدن و موثر بر مدیریت بدن گزارش کردند. محققین دیگر نیز اظهار داشتند که تجارب و ادراک مربوط به بدن تحت تاثیر رسانه، مدل‌های نقش (Adá Lameiras & Rodríguez-Castro, 2021; Bennett et al., 2017: 243; Bevan et al., 2021: 592; LaVoi et al., 2019) 81: Zokaie & Seddighi, 2015) و متن (Bagheri, 2015: 55) قرار می‌گیرد. به علاوه، همه شرکت‌کنندگان در خصوص بازخوردهای مرتبط با بدن که از سمت مربیان، دوستان و خانواده دریافت می‌کنند، بحث کردند. در حالیکه بازخورد مربیان، هم‌تیمی‌ها و محیط فوتبال تاکید بر بدن عضلانی در جهت عملکرد ورزشی بهتر بود؛ خانواده و دوستان غیرورزشی درخواست تغییر بدن به سمت زنانگی بیشتر داشتند؛ که یک منبع مهم استرس برای این ورزشکاران به جهت کاهش وزن و افزایش ظرافت زنانه بود. مطالعات قبلی اذعان داشتند که ورزشکاران زن در خطر نارضایتی از بدن و اختلال خوردن به دلیل فشار برای انطباق با زنانگی ایده‌آل هستند (Sundgot-Borgen & Torstveit, 2010). همخوان با مطالعه Bennett et al. (2017) یکی از منابع استرس زنان بسکتبالیست، درخواست مربیان برای کاهش وزن به جهت انطباق با زنانگی و عملکرد بهتر ورزشی بود (Bennett et al., 2017: 244). همچنین این بازخوردها زمانی که از طرف مربیان اعمال می‌شد رفتارهای معطوف به سلامتی و ادراک بدنی ورزشکاران زن را بیشتر تحت تاثیر قرار می‌داد (Bennett et al., 2017; Kong & Harris, 2015). به هر حال، شرکت‌کنندگان در این مطالعه اظهار داشتند، بیشتر مربیان فوتبال به دلیل ایجاد حس هیمنه در حریف و عملکرد ورزشی بهتر در فوتبال، درخواست عضلانی‌تر و مردانه‌وارتر بودن داشتند. بدون در نظر گرفتن مزایای قدرت عضلانی، مشابه با مطالعات قبلی (Bennett et al., 2018; George, 2018) شرکت‌کنندگان احساس منفی خود را در ارتباط با دید جامعه نسبت به ورزشکاران زن به مثابه زنی که از سطح طبیعی بدن زنانه تجاوز کرده، بیان کردند. آنها همچنین بدن عضلانی و هیپکی خود را برای جامعه منفی ارزیابی کردند و آرزو داشتند روزی به عنوان یک زن ورزشکار در جامعه درک شوند.

## ۶. نتیجه‌گیری

به طور کلی، مطالعه حاضر نشان داد که درک ورزشکاران زن از هویت ورزشکاری و زنانگی به صورت "سازگار" یا "ناسازگار" بر درک آنها از بدن‌شان تاثیر گذاشته و نحوه مدیریت بدن را در داخل و خارج از متن فوتبال شکل می‌دهد. آن‌ها از مکانیزمی مانند نحوه مدیریت بدن برای کنار آمدن یا کاهش تنش‌های ناشی از ناسازگاری بین این دو هویت کمک می‌گیرند. تحلیل اطلاعات در این پژوهش، یک هم‌پوشانی بین وجود یا عدم وجود سازگاری با نوع مدیریت بدنی که توسط بازیکنان فوتبال زن به کارگرفته شده را نیز آشکار ساخت. به طوریکه نوع مدیریت بدنی که بازیکنان فوتبال زن انتخاب می‌کنند راهبردی برای کاهش فشار ناشی از ناسازگاری آن دو هویت است. به کارگیری این راهبرد فارغ از مثبت یا منفی بودن آن راهی برای کاهش تعارضات و ناسازگاری هویتی بوجود آمده است.

به منظور مواجهه با این تعارض و کاهش ناسازگاری‌های موجود و در راستای مدیریت مناسب بدن در ورزشکاران زن، می‌بایست از مدل‌های نقش مناسب به عنوان الگوی مؤثر بهره برد. به عنوان مثال، با توجه به اظهارات شرکت‌کنندگان، از ورزشکاران زنی به عنوان مدل نقش استفاده شود که هویت ورزشکاری و زنانگی را به صورت هماهنگ درک کرده‌اند و یک نوع "زنانگی ورزشی" را خلق کرده‌اند که در مدیریت بدن خود دچار تنش و اضطراب نیستند. بدیهی است راهبردهای متعدد و مؤثر زیادی برای کاهش تعارضات و ناسازگاری‌های جنسیتی وجود دارد که در مطالعات آتی می‌توان آن‌ها را شناسایی و مورد بررسی قرار داد. شناخت راهبردها از آن جهت اهمیت دارد که به ورزشکاران زن کمک می‌کند تا بدون کناره‌گیری از فوتبال بر ناسازگاری‌های هویتی بوجود آمده فائق آیند و ورزش حرفه‌ای خود را دنبال کنند.

بنا به تجربه زیسته شرکت‌کنندگان، بازخوردهایی که از سمت مربیان، خانواده، شریک عاطفی و دیگران مهم نسبت به بدن و رفتارهای‌شان دریافت می‌شود بر نحوه مدیریت بدن و مواجهه با تعارضات هویتی و نقشی آنان اثرگذار است. اگر بازخوردهای دریافت شده از طرف افرادی که برشمردیم براساس درک اهمیت عضلانی بودن بدن ورزشکاران زن باشد می‌تواند فشارهای

مضاعف بر ورزشکاران زن نسبت به بدن‌شان را کاهش دهد. از این رو مواجهه با ناسازگاری و مدیریت تعارضات در ورزشکاران زن تعدیل می‌گردد.

## ۷. پیشنهادها

این مطالعه، اطلاعات مفیدی را در اختیار دست‌اندرکاران، متخصصین ورزش، مشاوران و روان‌شناسان ورزش می‌گذارد تا از فشار روانی ناشی از این ناسازگاری‌ها برای ورزشکاران نخبه زن آگاه شوند و به بقای بیشتر آنها در ورزش حرفه‌ای کمک نمایند. یافته‌های این تحقیق می‌تواند به عنوان پایه‌ای برای تحقیقات آینده بر روی تجربه‌های مربوط به هویت و بدن در میان ورزشکاران زن شرکت‌کننده در ورزش‌های مردانه باشد. مدیریت بدن و هویت، سازه‌های پویایی هستند و مطالعات بعدی امکان تجزیه و تحلیل تغییرات در این سازه‌ها و چگونگی ادراک شرکت‌کنندگان در طول زمان را فراهم خواهد کرد. همچنین باید راهبردهای مناسب جهت حفظ زنان در ورزش‌های مردانه و جلوگیری از عقیده‌های اشتباه در مورد ورزشکاران نخبه زن بررسی شود تا استرس مخرب مربوط به بدن را برای ورزشکاران زن محدود کند. راهکارهای مناسب برای مواجهه با این ناسازگاری‌ها توسط متخصصین در حوزه ورزش، جامعه‌شناسی و روان‌شناسی بررسی شود؛ تا به‌عنوان سرفصل‌های آموزشی مناسب برای افزایش آگاهی بخشی ورزشکاران به جهت تعدیل و فائق آمدن بر ناسازگاری هویت‌ها و کاهش بروز آسیب‌های روانی و اجتماعی ناشی از آن تدوین گردد.

## ۸. تعارض منافع

این مقاله فاقد هرگونه تعارض منافع است.

## References

- Abadi, E., & Gill, D. L. (2020). The role of socializing agents on dropout and continuing participation of adolescent girls in masculine-typed sports. *International Journal of Kinesiology in Higher Education*, 4(3), 77-90. DOI:10.1080/24711616.2019.1656118
- Adá Lameiras, A., & Rodríguez-Castro, Y. (2021). The presence of female athletes and non-athletes on sports media Twitter. *Feminist Media Studies*, 21(6), 941-958. DOI:10.1080/14680777.2020.1732439.
- Allison, M. T. (1991). Role conflict and the female athlete: Preoccupations with little grounding. *Journal of applied sport psychology*, 3(1), 49-60. <https://doi.org/10.1080/10413209108406434>
- Bagheri, F. (2015). Conceptual Study and Norm Functions. *Islamic Perspective on Educational Science*, 2(3), 51-69. (in persian) <https://www.sid.ir/paper/257807/en>
- Bastug, G., Yilmaz, T., Bingol, E., & Gunel, I. (2019). Investigation of Appearance Anxiety and the Gender Role in Women's Sports Except for Social Gender Norms. *Asian Journal of Education and Training*, 5(4), 526-530 . DOI:10.20448/journal.522.2019.54.526.530
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of consulting and clinical psychology*, 42(2), 155-162. <https://doi.org/10.1037/h0036215>
- Bennett, E. V., Scarlett, L., Hurd Clarke, L., & Crocker, P. R. (2017). Negotiating (athletic) femininity: The body and identity in elite female basketball players. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 9(2), 233-246. DOI:10.1080/2159676X.2016.1246470
- Bevan, N., Drummond, C., Aberly, L., Elliott, S., Pennesi, J.-L., Prichard, I., Lewis, L. K., & Drummond, M. (2021). More opportunities, same challenges: adolescent girls in sports that are traditionally constructed as masculine. *Sport, education and society*, 26(6), 592-605. DOI:10.1080/13573322.2020.1768525
- Bordo, S. (2004). *Unbearable weight: Feminism, Western culture, and the body*. Univ of California Press.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International journal of sport psychology*, 24, 237-254.
- Cashmore, E. (۲۰۰۳). *Sports culture: an AZ guide*. Routledge.
- ChamyKarpour M., Pourshahbaz A., Dolatshahi B., Moshtagh N. (2012). Psychometric Properties of the Persian Version of The Gender Role Conflict Scale (GRCS). *Knowledge & Research in Applied Psychology*. Vol 13. No 1 (continuous No. 47)- spring. (in persian). <https://sid.ir/paper/470351/fa>

- Fallon, M. A., & Jome, L. M. (2007). An exploration of gender-role expectations and conflict among women rugby players. *Psychology of Women Quarterly*, 31(3), 311-321. DOI:10.1111/j.1471-6402.2007.00374.x
- George, M. (2018). Making Sense of Muscle: The Body Experiences of Collegiate Women Athletes. In *Sport, Power, and Society* (pp. 347-363). Routledge .
- Golombok S., Fivush R. (2014). *Gender Development*. Translated by Shahraray M. fourth edition. Tehran: goqnoos. (in persian)
- Greenleaf, C., & Petrie, T. A. (2013). Studying the Athletic Body. In E. A. Roper (Ed.), *Gender Relations in Sport* (pp. 119-140). SensePublishers. [https://doi.org/10.1007/978-94-6209-455-0\\_7](https://doi.org/10.1007/978-94-6209-455-0_7) .
- Karami M., Karami F. (2014). Survey on Conflict between Family and Social Roles of Women and Providing Appropriate Pattern for Family Life of Employed Women. *Women and Family's Socio-Cultural Council Quarterly*. 16 (64). 7-46. (in persian) . [https://www.jwss.ir/article\\_12014.html](https://www.jwss.ir/article_12014.html).
- Kong, P., & Harris, L. M. (2015). The sporting body: body image and eating disorder symptomatology among female athletes from leanness focused and nonleanness focused sports. *The Journal of psychology*, 149(2), 141-160. DOI:10.1080/00223980.2013.846291
- Krane, V., Choi, P. Y., Baird, S. M., Aimar, C. M., & Kauer, K. J. (2004). Living the paradox: Female athletes negotiate femininity and muscularity. *Sex roles*, 50, 315-329 <https://doi.org/10.1023/B:SERS.0000018888.48437.4f>.
- Defrance, J. (2006). Sociologie du sport. Translated by Nikgozar A. first edition. Tehran: Totia. (in persian).
- Laffey, A., & Whigham, S. (2022). Gender Politics in British University Sport. *The Routledge Handbook of Gender Politics in Sport and Physical Activity*.
- LaVoi, N. M., Baeth, A., & Calhoun, A. S. (2019). Sociological perspectives of women in sport. In *Routledge handbook of the business of women's sport* (pp. 36-46). Routledge.
- Lunde, C., & Gattario, K. H. (2017). Performance or appearance? Young female sport participants' body negotiations. *Body image*, 21, 81-89. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.03.001>
- Mohammadpur, A. (2013). Qualitative Research Method Counter Method 2. *Jaameeshenasan pub*, 67-68. (in persian)
- Muscat, A. C., & Long, B. C. (2008). Critical comments about body shape and weight: Disordered eating of female athletes and sport participants. *Journal of applied sport psychology*, 20(1), 1-24. <https://doi.org/10.1080/10413200701784833>
- Oxford, S. (2022). 'You look like a machito!': a decolonial analysis of the social in/exclusion of female participants in a Colombian sport for development and peace organization. In R. H. Hebe Schailleé, Lieve Bradt (Ed.), *The Potential of Community Sport for Social Inclusion* (Vol. 1). Routledge.
- Petersen, A. (2007). *The body in question: A socio-cultural approach*. Routledge.
- Qobadi H., Kaldi A., Mahdavi S. M. (2018). A Sociological Explanation of Body Management and its Relationship with Social and Cultural Factors. *The Women and Families Cultural-Educational Journal*. 13 (45). 75-95. (in persian). [https://cwfs.ihu.ac.ir/article\\_204433\\_en.html](https://cwfs.ihu.ac.ir/article_204433_en.html)
- Reis, N. A., Kowalski, K. C., Mosewich, A. D., & Ferguson, L. J. (2022). 'That's how I am dealing with it—that is dealing with it': exploring men athletes' self-compassion through the lens of masculinity. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 14(2), 245-267. DOI: 10.1123/jsep.2019-0061
- Robertson, J., Storr, R., Bakos, A., & O'Brien, D. (2019). "My ideal is where it is just Jane the cricketer, rather than Jane the gay cricketer": An institutional perspective of lesbian inclusion in Australian cricket. *Journal of Sport Management*, 33(5), 393-405. DOI:10.1123/jsm.2018-0371
- Ross, S. R., & Shinew, K. J. (2008). Perspectives of women college athletes on sport and gender. *Sex roles*, 58, 407-420. DOI:10.1007/s11199-007-9275-4
- Schwalbe, M., Holden, D., Schrock, D., Godwin, S., Thompson, S., & Wolkomir, M. (2000). Generic processes in the reproduction of inequality: An interactionist analysis. *Social forces*, 79(2), 419-452. <https://doi.org/10.2307/2675505>
- Shaw, S. (2019). The chaos of inclusion? Examining anti-homophobia policy development in New Zealand sport. *Sport management review*, 22(2), 247-262. DOI:10.1016/j.smr.2018.04.001
- Smolak, L., Murnen, S. K., & Ruble, A. E. (2000). Female athletes and eating problems: A meta-analysis. *International journal of eating disorders*, 27, 371-381. DOI: 10.1002/(sici)1098-108x(200005)27:4<371::aid-eat1>3.0.co;2-y
- Sundgot-Borgen, J., & Torstveit, M. (2010). Aspects of disordered eating continuum in elite high-intensity sports. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 20, 112-121. DOI:10.1111/j.1600-0838.2010.01190.x
- Wells, E. K., Chin, A. D., Tacke, J. A., & Bunn, J. A. (2015). Risk of disordered eating among division I female college athletes. *International journal of exercise science*, 8(3), 256. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27293502/>

Zokaie, M.S. Seddighi, S. (2015). Femininity and sports. *Quarterly Journal of Women's Studies Sociological and Psychological*, 13 (2), 67-92. (in Persian). <https://doi.org/10.22051/jwsps.2015.2050>

آماده انتشار