

從性別角色的觀點 看女性參與運動

陳美華

摘要

由於女性參與運動大多會面臨兩種不同的角色期望（女性化、運動員的特質），因此，從性別角色的角度來探討以上的問題，相信是個可行的方向。本文的目的即以性別角色(gender role) 的觀點來透視此現象，包括其發展、對運動的影響、社會的刻板印象及其衝突的現象，最後再提出 Weiss 等人的研究模式，作為未來研究的參考及未來努力的目標。

一、前言

相信不少體育老師與筆者有同感，上女生班的課時，總覺乖巧有餘，但活動力稍嫌不足，老師必須費盡心思，才能使她們真正動起來。在筆者的求學過程中（除了體育系），也發現許多女同學視運動為畏途。就算是女性運動員，在對自己的看法上，也不若男性運動員積極。研究顯示（陳美華，民81），男性運動員在生理、心理自我、自我行動、自我滿意上都高於女性，而且在運動自信及運動員角色扮演上，都比女性運動員有較積極的看法。由此，我們不禁想問，難道運動是一種男性專屬的活動？究竟有那些原因影響著女性的運動參與？

由於女性參與運動大多會面臨兩種不同的角色期望（女性化、運動員的特質），因此，從性別角色的角度來探討以上的問題，相信是個可行的方向。本文的目的即以性別角色(gender role) 的觀點來透視此現象，包括其發展、對運動的影響、社會

的刻板印象及其衝突的現象，最後再提出 Weiss 等人的研究模式，作為未來研究的參考及未來努力的目標。

二、性別角色的發展與性別認定

人的成長過程中，大約三歲時有了分辨男生與女生的能力，但並不是很確定，僅能以外表的訊息來判斷。比如，一個小男孩去看過一個初生嬰兒後，當他被問到寶寶是男的還是女的時，他回答說：「我不知道，他沒有穿衣服。」^(註一)到了五歲時，對適當的性別角色扮演，已有較明確的認識，也開始表現出適當的行為，比如男孩玩機器人，女孩玩洋娃娃。此時，父親通常是男孩模仿的對象，而母親則是女孩模仿的對象。雖然男孩、女孩知道自己的性別，也知道適合自己性別的行為，但他們並不一定都能接受屬於自己性別的一切。因此，過去將性別角色僵硬的分成男性化、女性化，亦受到執疑。一個人應同時擁有男、女性特質 (Bem,1974)，只是程度上有差異。依其在團體中的高低程度可分成四種類別，分別是：男性化 (masculine)、女性化 (feminine)、兩性化 (androgynous)、未分化 (undifferentiated) (見表一)。不少研究也顯示，兩性化者 (同時具有較高的男性化與女性化特質) 顯現出較好的健康適應。心理學家也大都建議，應讓小孩在性別角色扮演上，有選擇的機會，而不要加以限制。

表一 Bem 的性別認定模式

	工具性特質	情感性特質
男性化	高	低
女性化	低	高
未分化	低	低
兩性化	高	高

在個體表現出適合自己的性別角色之前，必須經過性別認定 (gender identity) 的歷程。所謂性別認定，就是對性別角色的認定，是指個體對自己性別在心理上的知覺，與生理上的性別和諧一致的歷程 (張春興，民 78)。是個體從其所屬環境中所學習而來的一種「認定」 (identity)，此認定係由我們文化中有關男、女差異的任何事物所組成的 (Oglesby,1984)。由於此歷程是一種社會化的過程，透過對楷模

(model) 的學習，深深的影響著我們外在的表現行爲，比如怎麼站，怎麼坐……，以及情緒的表達方式。甚至亦影響著我們是否參與運動、從事何種運動、投入的程度、運動楷模的選擇，以及許多相關的事宜。值得注意的是，性別認定不能與生理的性別混爲一談，一個人的性別認定可能與其生物學上的性別完全相反，比如男生卻有女性的性別認定。

因此，性別認定應該至少具備三種層面：**1.**性別認定的核心（例如：我是男／女）。**2.**性別角色認定（例如：我是男性化／女性化）。**3.**性別角色行爲，即與其性別角色認定相符合的行爲表現 (Person,1980)。第一個層面是生理上的、天生的事實，第二個層面是心理上的認定，第三個層面則是表現出的行爲。三者並不存在有必然性，除了性別核心是無法改變外，第二、三層面是經由學習而成的。因此，談到性別差異或性別角色，一定不能忽略社會因素。

傳統上男性化的刻板印象是強壯、強侵性、支配性、成就動機較高，而這些通常也被認爲是運動場上成功的要素。因此，一般人將運動視爲是一種與男性化較相關的活動，然而，這樣至少產生了以下兩個值得我們深思的問題 (Oglesby, 1984)：

首先，由於在我們的社會中，將運動與男性化特質視爲相同的性質，往往使我們忽略了運動中女性化特質的重要性（例如運動中謹慎、服從、靜默等特質）。這些特質甚至不被我們所承認。當運動員處在一種受盡挫折的比賽中，接受事實與服從裁判，可以減少攻擊事件的發生。此外，在許多情況下，運動員必須順從團隊在策略上所給予的角色安排，不管他是否喜歡這個角色（如籃球的助攻）。其次是，倘若傳統性別認定與運動的架構一旦被訂定，就容易使女性參與運動受到限制，甚至受到矮化，而把男性之優越認爲是必然。一旦女性在運動上有卓越的表現，就被會視爲是非常不合情理的，而要求能有一個合理的解釋。比如，一些優秀女運動員，就會被要求做性別檢查。如此一來，更使女性對運動參與裹足不前。

三、性別刻板印象及角色衝突

社會對性別角色的刻板印象 (gender stereotypes)，使大部分的人認爲運動是男性化的，是一種男子氣概的表現。因此，透過運動，男性可以得到名望及正面的社會肯定。但對女性而言，一旦與運動連接，往往就必須冒著被標記爲男性化且失去女性化的危險 (Jackson, et al., 1986)，社會也往往給予較負面的評價。

在一般人心目中，女性運動員恐怕不是一個理想的女性角色。Griffin(1973) 發現，在大學生心目中，女性運動員與女教授，比起其他的女性角色是離理想的女性形象最遠的。而對女性運動員本身來講，女運動員或女教練恐怕也不是她們最喜歡的角色。部分研究顯示，男女生都較偏愛男性教練 (Parkhouse, et al., 1986, Wein-

berg, et al., 1984, Willians, et al., 1988)。另外，Weiss 和 Barber (1991) 的調查研究發現，女性運動員對角色楷模 (role model) 的選擇，在不同的階段有不同的結果：在孩童時期，對女性非運動員角色（如母親、姊妹）的認同多於其他角色。在青少年時期，女性運動員角色則倍增。到了大學時期，則是男性運動員角色佔優勢。這些研究結果都顯示了一個很有趣的現象，就是這些刻板印象，似乎不只在於一般人，亦存在於女性運動員中。

除了角色的刻板印象，甚至運動項目也被性別刻板化了 (Gill, 1992)。正如 Metheny (1965) 所分類的，社會上所能接受的，適合女性的運動是體操、游泳、網球等，屬審美及個人項目的運動，而男性則是競爭性及團隊性的運動。Csizma 等人 (1988) 也發現女性與其所參與運動項目的性別化有很高的相關，也就是女性傾向選擇其認為女性化的運動項目。研究中也顯示，運動項目的性別化，對女性有較強烈的影響，相反的，男生對運動項目的選擇就較不受限於刻板印象。

由於對性別刻板印象的敏感性，使得女性在參與運動時，陷入了一個兩難的情境。一方面想要在運動場上有所表現，而另一方面，則又害怕因此而失去其女性的特質，這兩種不同特質的行為表現，同時被社會所期望，因而產生了性別角色衝突 (gender role conflict)。

因此，Sage 等人 (1979) 認為女性運動員所面對的衝突來自以下四個方面：

1. 社會對女性和運動員一般性的態度。
2. 與運動參與相矛盾的女性身體外表和技巧。
3. 父母親與他人期望的性別角色與運動員角色之矛盾處。
4. 刻板的女性特質與競技運動所要求的特質之衝突。

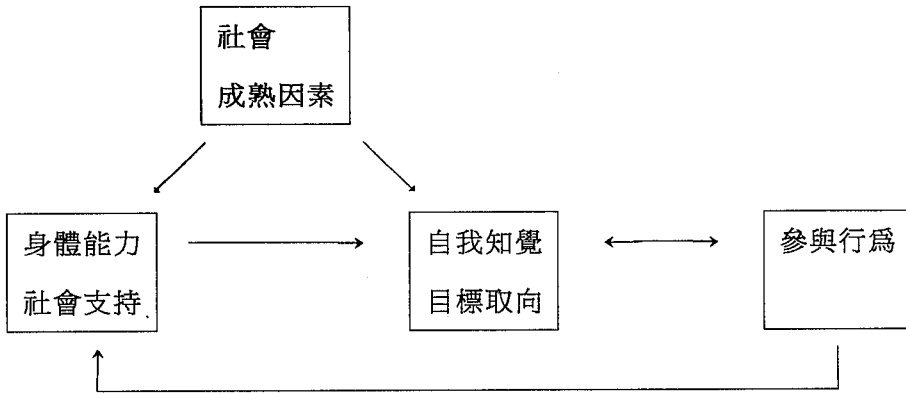
Anthuop 和 Allison (1983) 根據此理論，編製一份測驗工具，用來探討青春期中女運動員（高中校隊）角色衝突的情況。結果發現，其衝突情況並不是佔大多數。作者認為除了問卷本身的問題外，另一個原因可能是因為有高衝突的女孩，早已退出了運動團隊，而受試對象大多屬於適應良好的運動員。那麼，女性運動員退出運動與角色衝突的關係，則有待我們加以證實。另一個值得注意的問題是，即使女性運動員能適應其角色，但外來的衝突若依然存在，便會一直影響著其對運動參與適宜性的判斷 (Anthrop, et. al., 1983)。甚至亦步上退出運動生涯之路。

四、未來之研究方向

女性的運動參與所涉及的層面是非常複雜的，必須全盤性的考量。Hall (1988) 曾批判運動心理學家只侷限在男性化、女性化的研究，是不對的，應考慮普遍存在的社會影響。Dorothy Harris 可說是此研究領域中的領導者 (Weiss, 1992)，她也認

為應以一種整合性 (integrated) 的運動科學觀點，來看運動行為與表現，包括社會化歷程、心理特質及生物的變項。

Weiss 和 Glem(1992)根據此觀點提出一個運動參與行為的模式圖，亦能適用於女性運動參與的研究上。(如圖一)



圖一 運動參與行為的交互作用模式圖(摘自 Quest,1992,p149)

圖中成熟因素包括生理及認知上的成熟，我們在研究性別差異時較少注意到生理上的成熟因素，事實上，它是一個重要的因素。身體能力指的是運動技能，社會支持則包括父母、教師、同儕、教練等重要他人。自我知覺指的是個人對自己在能力、表現上的知覺。目標取向又分為工作－目標取向、自我－目標取向，前者著重在技術的精進、與自己作比較，而後者則著重在與他人比較，將競賽結果作為自己能力的判斷。參與行為包括運動項目的選擇、投入程度以及持續的時間。

從圖一我們可看出，運動參與行為與自我知覺、目標向度是交互作用的關係，自我知覺、目標取向影響了活動的選擇、投入情況，而這些運動經驗也會影響個人能力的知覺與目標取向。參與行為也直接影響身體能力與社會支持，後者又直接影響自我知覺與目標取向。社會與成熟這兩個潛在因素也直接影響技術水準、社會支持以及自我知覺、目標向度。由於要考慮各種相關的變項，因此，在方法上宜使用多重方法學 (multiple methodologies) 來聯接這些概念。無疑的，此模式提供了一個未來可行的研究方向。

五、結語

性別差異一直是人類長久以來所感到興趣的話題，而各種研究也顯示男女之間的確存在了一些差異。有些差異是天生的，有些則是後天造成的。在運動上，性別刻板印象，除了造成女性的角色衝突外，也會因為過分強調其男性化特質，而使男

性背負著男性化的負擔（陳俊民，民81），造成心理上的壓力。因此，爲了消除這種性別刻板印象，在教學或是運動訓練上，應該多多鼓勵女性運動員，並給予和男性相等的追求成功的機會。相同的，也要容許男性有機會表現其溫柔的一面。在研究上，若能兼顧男女受試者，作整體性的考量，相信更能使真實的現象表現出來。

註釋

註一：摘自「孩子的真心話」，巴巴拉·泰勒原著，桂冠出版民國79年，頁79。

參考文獻

張春興：張氏心理學辭典，頁277，民國78年。

陳俊民：運動員與非運動員之性別角色對成就動機及生活適應之影響，師大體研所碩士論文，民國81年。

陳美華：運動員的自我概念探討，師大體研所碩士論文，民國81年。

胡海國：發展心理學，桂冠心理學叢書，七版，民國74年。

Anthrop, J. & Allison, M. T. Role conflict and the high school female athlete. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 54, 2: 104-111, 1983.

Bem, S. L. The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 81: 506-520, 1974.

Csizma, K. A., Wittig, A. F & Schurr, K. T. Sport stereotypes and gender. *Journal of Sport and Exercise*, 10: 62-74, 1988.

Die, A. H. & Holt, V. R. Perception of the <typical> female, male, female athlete and male athlete. *International Journal of Sport Psychology*, 20: 135-146, 1989.

Gill, D. L. Gender and achievement cognition., *Advance in Sport Psychology*, 143-160, 1992.

Hall, M. A. The discourse of gender and sport: From femininity to feminism. *Sociology of Sport Journal*, 5: 330-340, 1988.

Jackson, S. A. & Marsh, H. W., Athletic or antisocial? the female sport experience. *Journal of Sport Psychology*, 8: 198-211, 1986.

Oglesby, C. A. Gender identity and sport. *Psychological Foundations of Sport*, 387-399, 1984.

Person, E. S. Sexuality as the mainstay of identity: Psychoanalytic perspectives.

Women, sex and sexuality. Chicago: University of Chicago Press.

- Parkhouse, B. L. & Williams, J. M. Differential effects of sex and status on evaluation of coaching ability. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 57: 53-59, 1986.
- Salge, G. H. & Loudermilk, S. The female athlete and role conflict. *The Research Quarterly*, 50, 1: 88-96, 1979.
- Weinberg, R. S., Reveles, M. & Jackson, A. Attitudes of male and female athletes toward male and female coaches. *Journal of Psychology*, 6: 448-453, 1984.
- Williams, J. M. & Parkhouse, B. L. Social learning theory as a foundation for examining sex bias in evaluation of coaches. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10: 322-333, 1988.
- Weiss, R. M. & Glenn, S. D., Psychological development and females' sport participation: an interactional perspective. *Quest*, 44: 138-157, 1992.

(本文作者為國立彰化師大教師)