

ΑΥΤΟΑΜΥΝΑ: ΚΛΕΙΔΙ ΣΤΗΝ ΓΥΝΑΙΚΕΙΑ ΧΕΙΡΑΦΕΤΗΣΗ

Υβόννη Χαραχούσου

Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης - Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

Περίληψη

Η παρούσα εργασία διερευνά την αυτοάμυνα και τα οφέλη της σε γυναίκες που ασχολούνται μ' αυτήν είτε σε επίπεδο πρωταθλητισμού είτε σε επίπεδο αναψυχής. Τα οφέλη που παρέχει η αυτοάμυνα είναι τόσο φυσιολογικά όσο και ψυχολογικο-κοινωνικά. Η αυτοάμυνα στις γυναίκες δίνει τα εφόδια για την προστασία του εαυτού τους απέναντι στην σεξουαλική παρενόχληση, την επίθεση και το βιασμό. Πιο συγκεκριμένα, η αυτοάμυνα δίνει σεβασμό και παρέχει το απαιτούμενο θάρρος – αλλά και τη δύναμη – στις γυναίκες, ώστε να αντιμετωπίσουν την τρωτή τους, λόγω κοινωνικοποίησης, ύπαρξη. Η αυτοάμυνα βοηθά και τις αθλήτριες στον οργανωμένο αθλητισμό να αντιμετωπίσουν την σεξουαλική παρενόχληση και να επιβάλλουν με θάρρος και αποφασιστικότητα την δική τους θέση στη σχέση αθλήτριας-προπονητή, αθλητών και άλλων παραγόντων. Τέλος, επισημαίνονται οι δυνατότητες που παρέχει η αυτοάμυνα ως μέσον μιας εκ νέου κοινωνικοποίησης ιδίως των νέων γυναικών με στόχο την μελλοντική χειραφέτησή τους.

Λέξεις-κλειδιά: αυτοάμυνα, γυναίκες, αθλήτριες, σεξουαλική παρενόχληση, χειραφέτηση.

Αλληλογραφία

Υβόννη Χαραχούσου, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού, 69100, Κομοτηνή
e-mail: harakabi@otenet.gr

SELF-DEFENSE: THE KEY FOR WOMAN'S EMANCIPATION

Yvonne Harahousou

Democritos University of Thrace, Department of D.E. and Sports Sciences

Abstract

The present study explores the self-defense and its benefits in women who are involved in it either on a competitive or a recreational level. The benefits are of physiological as well as psychological and sociological nature. Especially for women, self-defense can provide the means to protect themselves against sexual harassment, attack, and rape. More specifically, self-defense provides respect and re-adjust women's courage and strength in order to face the vulnerability attached to them through their socialization. Self-defense can also help female athletes to defend themselves against sexual harassment and to establish with courage and decisiveness their own will in the athlete-coach relationship as well as in the athlete's relationship with other athletes and sports officials. Finally, self-defense provides possibilities for a new socialization process especially for younger women that will eventually lead to their emancipation are discussed.

Key-words: self-defense, women, female athletes, sexual harassment, emancipation

Correspondence

Yvonne Harahousou, Democritos University of Thrace, Department of Sports Sciences, 69100 Komotini, Greece
e-mail: harakabi@otenet.gr