

Dorota Bazuń\*

## KOBIETY I MĘŻCZYŹNI W PRZESTRZENI KLUBÓW FITNESS

Koncentracja na cielesności wiąże się z somatyzacją tożsamości<sup>1</sup>. Na pytanie o przyczyny wzrostu zainteresowania ciałem i utrzymaniem go w dobrej kondycji pojawiło się wiele odpowiedzi. Zdaniem Jeana Baudrillarda współcześnie zajęło ono „miejsce duszy w jej roli materialnej i ideologicznej”<sup>2</sup>. Zbyszko Melosik i Tomasz Szlendak podkreślają, że następuje proces przenoszenia tożsamości z wewnątrz, z duszy na powierzchnię, na ciało<sup>3</sup>. Maciej Bernasiewicz stwierdza, że poprzez ciało nie tylko doświadczamy rzeczywistości czy wyrażamy siebie i nasz światopogląd, ale także coraz częściej ono „staje się także ideałem życia”<sup>4</sup>. W kulturze współczesnej to wygląd jest uważany za „wyraz” osobowości i sposób definiowania siebie wobec innych. Janusz Mariański stwierdza, że dbałość o ciało i będąca jej elementem sprawność fizyczna nabierają znaczenia parareligijnego, bądź przybierają formy „niewidzialnej religii”<sup>5</sup>. Miejscami, w których w sposób szczególny ludzie koncentrują swoją uwagę na ciele, są kluby fitness. Czy w związku z tym można je nazywać świątyniami cielesności? Może kluby fitness to po prostu systemy eksperckie, o których pisze Anthony Giddens, w których są wyspecjalizowane urzędnicy i profesjonalnie przygotowane osoby, które zajmują się naszymi ciałami<sup>6</sup>. W świetle wyników badań można stwierdzić, że coraz więcej Polaków docenia znaczenie

---

\* **Dorota Bazuń**, dr – Uniwersytet Zielonogórski, Wydział Pedagogiki, Psychologii i Socjologii, Instytut Socjologii, e-mail: d.bazun@is.uz.zgora.pl.

<sup>1</sup> E. Wysocka, *Wschodząca dorosłość a tożsamość młodego pokolenia – współczesne zagrożenia dla kształtowania tożsamości. Analiza teoretyczna i empiryczne egzemplifikacje*, „Colloquium, Kwartalnik WNHIS” 2013, nr 1, s. 76.

<sup>2</sup> J. Baudrillard, *Spółczesność konsumpcyjna. Jego mity i struktury*, Warszawa 2006, s. 169.

<sup>3</sup> Z. Melosik, *Tożsamość, ciało i władza. Teksty kulturowe jako (kon)teksty pedagogiczne*, Poznań–Toruń 1996 s. 72; T. Szlendak, *Supermarketyzacja. Religia i obyczaje seksualne młodzieży w kulturze konsumpcyjnej*, Wrocław 2004.

<sup>4</sup> M. Bernasiewicz, *Młodzież i popkultura. Dyskursy światopoglądowe, recepcja i opór*, Katowice 2009, s. 28.

<sup>5</sup> J. Mariański, *Kryzys moralny czy transformacja wartości? Studium socjologiczne*, Lublin 2001; *idem*, *Między nadzieją i wątpliwością: sens życia w świadomości młodzieży szkolnej*, Lublin 1998, s. 37 i 249; *idem*, „Niewidzialna religia” w badaniach socjologicznych, „Studia Płockie” 2009, t. 37, s. 199. Na podobne aspekty, choć w kontekście praktyki jogi, zwraca uwagę K. Konecki, *Czy ciało może być świątynią duszy? Parareligijny wymiar duchowości hatha-jogi*, „Studia Humanistyczne AGH” 2013, t. 12/3.

<sup>6</sup> A. Giddens, *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*, Warszawa 2001, s. 27.

wyglądu, zdrowia i dobrej kondycji<sup>7</sup>. Badania Głównego Urzędu Statystycznego pokazują, że to mężczyźni trochę częściej niż kobiety podejmują zarówno regularną (21,8% mężczyzn i 18,9% kobiet), jak i sporadyczną (odpowiednio 27,1% i 24,4%) aktywność fizyczną<sup>8</sup>. Różnice w proporcjach częstotliwości podejmowanej aktywności fizycznej przez kobiety i mężczyzn w wynikach Eurobarometru, GUS-u i CBOS-u nie są duże. Jednak zaznaczają się wyraźne różnice w zakresie motywacji do aktywności ruchowej. Kobiety częściej kierują się chęcią zadbania o wygląd (28% kobiet i 19% mężczyzn), dbałością o lepsze samopoczucie, poprawienie formy (51% kobiet 44% mężczyzn), są one także odrobinę częściej niż mężczyźni skłonne do aktywności fizycznej dla zdrowia (72% wobec 68%)<sup>9</sup>. Kluby fitness, siłownie i kluby sportowe, których przybywa także w Polsce, cieszą się popularnością głównie wśród osób młodych<sup>10</sup>, choć stopniowo wzrasta liczba osób w wieku 50+, które korzystają z ich oferty. Część klubów, dostrzegając potencjał „srebrnej ekonomii” w związku ze starzeniem się społeczeństwa, dostosowuje swoją ofertę dla tej grupy osób. Kwestie te są jednak tylko zasygnalizowane w tekście, ponieważ celem artykułu jest przede wszystkim ustalenie, jak wygląda „gra światów” kobiecego i męskiego w klubie fitness. Istotne w związku z tym jest odpowiedzenie na następujące pytania: Co kobiety i mężczyźni sądzą na temat swojej współobecności w klubie fitness? Czy – a jeśli tak, to jak wpływa ona na motywację do ćwiczeń? Czy różnią się społeczne światy kobiet i mężczyzn w klubie fitness? Jeśli tak, to czym? Jak kształtowana jest przestrzeń klubów pod kątem obecności kobiet i mężczyzn?

Przyjęto następujące założenia:

- Klub fitness jest swoistym światem społecznym, w którym dominującym działaniem jest podejmowanie aktywności fizycznej.
- Interakcje w klubie fitness odbywają się w sposób nieprzypadkowy, są to występy aktorów społecznych, którzy uwzględniają specyfikę miejsca i obecność innych. Cechą, którą biorą przy tym pod uwagę, jest płeć uczestników.

Podstawą empiryczną artykułu jest materiał pochodzący z wywiadów pogłębionych przeprowadzonych z klientami klubów fitness (100, w tym 60 z kobietami, 40 z mężczyznami). Były to wywiady swobodne ukierunkowane z użyciem listy poszukiwanych informacji (dyspozycji)<sup>11</sup>. Badania zostały zrealizowane w latach 2010-2014, rozmów-

<sup>7</sup> Komunikat CBOS, nr 4195, *Polak zadbany – troska o sylwetkę i własne ciało*, oprac. K. Pankowski, Warszawa 2009.

<sup>8</sup> *Uczestnictwo Polaków w sporcie i rekreacji ruchowej w 2012 r.*, GUS 2013.

<sup>9</sup> Komunikat CBOS, nr 4887, *Aktywność fizyczna Polaków*, oprac. M. Omyła-Rudzka, Warszawa 2013.

<sup>10</sup> *Sport i aktywność fizyczna*. Badanie specjalne Eurobarometru nr 334/seria badawcza 72.3 (2010), Bruksela, TNS Opinion&Social.

<sup>11</sup> K. Konecki, *Studia z metodologii badań jakościowych. Teoria ugruntowana*, Warszawa 2000, s. 170.

cy są mieszkańcami województw: lubuskiego (80 osób), wielkopolskiego (5 osób), dolnośląskiego (15 osób)<sup>12</sup>.

Materiałem uzupełniającym były obserwacje, na podstawie których przygotowano narzędzie badawcze do realizacji wywiadów telefonicznych z recepcjonistami zajmującymi się obsługą klientów w klubach fitness. Zrealizowano 30 takich wywiadów. Były to wywiady swobodne ze standaryzowaną listą poszukiwanych informacji<sup>13</sup>. Sposób doboru klubów do przeprowadzenia wywiadów telefonicznych był celowy, kryteria dotyczyły wielkości klubu (10 to małe kluby tylko dla pań, bądź tylko dla panów; 10 – średniej wielkości, 10 – duże kluby oferujące bardzo zróżnicowane usługi dla szerokiego grona odbiorców)<sup>14</sup>. Tę część badań zrealizowano w październiku 2015 roku. Celem tych wywiadów było, między innymi, uzyskanie informacji na temat strategii klubów w zakresie oferty dla kobiet i mężczyzn. Pomocna była także analiza stron internetowych klubów, do których telefonowano. Wykorzystano również dane zastane pochodzące z raportów badań dotyczących aktywności fizycznej.

W analizie wykorzystano ujęcia teoretyczne, które pozwalają na uporządkowanie kwestii dotyczących funkcjonowania w przestrzeni klubów fitness kobiet i mężczyzn. Pierwsza z nich to koncepcja światów społecznych. Kolejne perspektywy – dramaturgiczna<sup>15</sup>, rytuałów interakcyjnych<sup>16</sup> i zachowań w miejscach publicznych<sup>17</sup>, autorstwa Ervinga Goffmana, okazały się przydatne w zakresie analizy przebiegu interakcji między klientami klubu.

Koncepcja światów społecznych jest perspektywą, która, pomimo pewnych ograniczeń zdaje się odpowiednia do opisanego zjawiska korzystania z klubów fitness. Została ona wnikliwie przeanalizowana i opisana w literaturze przedmiotu<sup>18</sup>. Zgodnie z definicją Anselma Straussa świat społeczny to „zestaw podzielanych i wspólnych jego uczestnikom czynności lub poglądów, powiązanych ze sobą za pomocą sieci komunikacji”<sup>19</sup>. Uczestników jednoczy uprawiana przez nich podobna aktywność. Krzysztof Konecki zwraca uwagę, że tworzenie takich osobnych światów jest częste, a w każdym z nich „występuje przynajmniej jedna podstawowa działalność, występują miejsca dla tej działalności, technologia, występuje tymczasowy podział pracy itp.”<sup>20</sup>. Tak jest w przy-

<sup>12</sup> Wywiady z klientami klubów oznaczano w tekście literą K – kobieta, M – mężczyzna.

<sup>13</sup> *Ibidem*.

<sup>14</sup> Wywiady telefoniczne z recepcjonistami oznaczono literą R.

<sup>15</sup> E. Goffman, *Człowiek w teatrze życia codziennego*, Warszawa 2008.

<sup>16</sup> *Idem*, *Rytuał interakcyjny*, Warszawa 2006.

<sup>17</sup> *Idem*, *Zachowanie w miejscach publicznych*, Warszawa 2008.

<sup>18</sup> K. Konecki, *W stronę socjologii jakościowej: badanie kultur, subkultur i światów społecznych*, [w:] *Kultury, subkultury i światy społeczne w badaniach jakościowych*, red. J. Leoński, M. Fiternicka-Gorzko, Szczecin 2010; W. Marzec, *Granice (teorii) społecznych światów*, „Przegląd Socjologii Jakościowej” 2011, t. 7, nr 1 – Luty.

<sup>19</sup> A. Strauss, *A social world perspective*, „Studies in Symbolic Interaction” 1978, vol. 1, s. 172.

<sup>20</sup> K. Konecki, *W stronę socjologii...*, s. 9.

padku klubów fitness, w których, wśród wielu spełnianych funkcji, podstawową jest stwarzanie warunków do aktywności fizycznej klientów.

Kolejną perspektywą użyteczną w analizie przebiegu interakcji jest koncepcja rytuałów interakcyjnych, opracowana również przez Ervinga Goffmana<sup>21</sup>, a także elementów składowym gier, codziennych „występów”, czyli sytuacji, w których ludzie przebywają w otoczeniu innych i starają się wywrzeć określone wrażenie<sup>22</sup>. Świadomość obecności innej osoby sprawia, że jednostka modyfikuje swoje zachowanie, przywdziewa maskę i stara się odegrać swoją rolę. W ujęciu Goffmana jednostka jest więc aktorem. Autor wykorzystał także inne pojęcia charakterystyczne dla terminologii teatralnej: występ, scena, kulisy, rekwizyty, widownia, rola, maska<sup>23</sup>. Występy społeczne nie są całkowicie spontaniczne, odbywają się według określonego porządku interakcyjnego. Goffman definiuje go jako przestrzeganie określonych zasad, aby zaś interakcja przebiegała sprawnie, jednostki powinny prezentować właściwy dla danej sytuacji rodzaj zaangażowania<sup>24</sup>. Goffman rozróżnia dwa typy interakcji: niezogniskowane i zogniskowane. Te pierwsze dotyczą sytuacji, w których ludzie, przebywając w miejscach publicznych, nie komunikują się, ale obserwują siebie nawzajem, mają świadomość swojej współobecności i pod tym kątem kontrolują własne zachowania<sup>25</sup>. Tymczasem w przypadku interakcji zogniskowanych jednostki podejmują wspólną aktywność i dzielą wiele reguł (spełniają to, co Goffman nazywa wymogami sytuacyjnymi), których przestrzeganie ma na celu utrzymanie ładu interakcyjnego<sup>26</sup>. Nie oznacza to, że aktorzy społeczni są zdeterminowani przez rytuały interakcyjne, mogą bowiem wybrać spośród dostępnej palety zachowań, mogą przybierać różne maski. Wymaga to jednak kompetencji interakcyjnych, których jednostka znajdująca się w nowej sytuacji jeszcze nie ma. Na tym etapie można mówić o występowaniu interakcji niezogniskowanej, która jednak stopniowo jest przekształcana w zogniskowaną. „Nowicjusz” stopniowo nabywa kompetencji w zakresie posługiwania się rytuałami interakcyjnymi właściwymi dla nowego miejsca (np. klubu fitness).

Przyjęta w analizie perspektywa uwzględnia znaczenie obecności innych ćwiczących w klubie osób oraz to jaki ma to wpływ na kształt podejmowanych praktyk. W tym wypadku celem nie było jednak zarysowanie pełnego kolorytu tych interakcji, a skoncentrowanie się przede wszystkim na tych, które dotyczą współobecności kobiet i mężczyzn w tej samej przestrzeni podczas aktywności fizycznej. Znaczna część materiału empirycznego pochodzi z wypowiedzi osób korzystających z klubów, w których

<sup>21</sup> E. Goffman, *Rytuał interakcyjny...*; *idem*, *Zachowanie w miejscach...*, Warszawa 2008.

<sup>22</sup> *Idem*, *Człowiek w teatrze...*

<sup>23</sup> *Ibidem*.

<sup>24</sup> *Idem*, *Zachowanie w miejscach...*, s. 73-74.

<sup>25</sup> *Ibidem*, s. 39-42.

<sup>26</sup> *Ibidem*, s. 264.

ćwiczą zarówno kobiety, jak i mężczyźni. Jednak interesującym wydało się również to, dlaczego czasem osoby decydują się na ćwiczenia w klubach, które są przeznaczone tylko dla pań bądź tylko dla panów. Wykorzystano także wywiady z osobami, które ćwiczą w takich właśnie miejscach.

### **Co kobiety i mężczyźni sądzą na temat swojej współobecności w klubie fitness?**

Analiza wypowiedzi klientów klubów pozwala na wyróżnienie kilku sposobów podchodzenia do współobecności obu płci w klubie.

Pierwszym z nich jest *unikanie osób innej płci* i w związku z tym wybieranie, o ile to możliwe, klubów przeznaczonych tylko dla kobiet bądź tylko dla mężczyzn. Decyzje o unikaniu wynikają z poczucia skrępowania w obecności osób innej płci:

*Ja się krępuję ćwiczyć przy facetach. Po prostu się wstydzę swej nadwagi, słabej kondycji. Przychodzę tu, bo czuję się bardziej swobodnie wśród kobiet (K22)<sup>27</sup>.*

Jedna z rozmówczyń stwierdziła, że wstydliwość to czasem tylko pretekst do tego, by przestać przychodzić do klubu:

*Mnie się takie niemile sytuacje nie zdarzały, ale koleżanki się skarżyły, że faceci się gapią. Może mniej wrażliwa jestem niż one. Ale prawda jest taka, że one przyszły kilka razy i przestały ćwiczyć, może ten wstyd przed facetami był takim pretekstem (K43).*

Znaczenie ma także preferowanie atmosfery panującej w takich klubach. Niektórzy rozmówcy wybór klubu tylko dla pań bądź tylko dla panów uzasadniali tym, że w gronie osób tej samej płci łatwiej im podejmować aktywność o optymalnej dla nich intensywności.

*W takim klubie dla wszystkich to można najwyżej kondycję ćwiczyć, trening siłowy już trudniej, bo to jakieś takie niezręczne, by tak stękać jak tam te kobiety. [...] W moim klubie nie ma kobiet i mi to bardzo odpowiada (M71).*

Obecność w klubie jest, w świetle koncepcji Goffmana, rodzajem występu, w czasie którego niektórzy aktorzy mają większą skłonność do zwracania uwagi na innych, mogą też odpowiednio dramatyzować bądź idealizować swoje działania (wykonywanie ćwiczeń). Niektóre osoby zwracały też uwagę na to, że w miejscach, gdzie są i kobiety i mężczyźni, trudniej zachowywać się swobodnie, zachodzi bowiem więcej różnego rodzaju gier między płciami:

*Jak są kobiety to się mężczyźni bardziej popisują. Może i ja też [śmiech]. To wybrałem klub tylko dla mężczyzn (M57).*

<sup>27</sup> Oznaczenia wywiadów: K – kobieta, M – mężczyzna.

Kolejna strategia jest bardziej umiarkowana, ma charakter *mieszany*. Są kobiety i mężczyźni, którzy preferują określony tryb ćwiczeń i treningów i mają przekonanie, że zajęcia ogólnodostępne są dla nich mniej pod tym względem odpowiednie. Niektóre mniejsze kluby na podstawie obserwacji częstotliwości pojawiania się określonych klientów wprowadziły podział na godziny ćwiczeń dla obu płci. Rozwiązania takie występują rzadko, dotyczą przede wszystkim takich klubów, które dysponują małą powierzchnią bądź mają tylko jedną szatnię (R29).

*To jest siłownia „przy szkole” więc przed południem to tu są zajęcia wf. [...] Na początku byli to głównie mężczyźni, ale potem jak dokupili bieżnię i trochę takiego bardziej fitnessowego sprzętu, to zaczęły pojawiać się kobiety, jest ich mniej, ale są i mam wrażenie, że coraz więcej się pojawia. Są też takie dwie godziny, że one zrzucają się na instruktorkę i ona im tam pokazuje, jak ćwiczyć na tych urządzeniach. Wówczas ten klub jest zamknięty dla osób i mnie to się nie bardzo podoba, bo nie mogę przyjść, kiedy mi pasuje (M44).*

Częstotliwość pojawiania się osób określonej płci jest, także jak widać na podstawie powyższej wypowiedzi, pochodną wyposażenia w klubie. Więcej sprzętu do ćwiczeń siłowych mają kluby o charakterze klasycznej siłowni i w nich pojawiają się głównie mężczyźni. Wyposażenie w bieżnię, orbitreki, steppery jako sprzęt dominujący sprawia, że pojawia się tam więcej kobiet.

Niektórzy badani preferowali w klubach ogólnodostępnych zajęcia, w których uczestniczą tylko panie bądź tylko panowie. Najczęściej w takich sytuacjach polega to na przyłączaniu się do określonych grup bądź na wybieraniu jakiegoś typu urządzeń do ćwiczeń, na przykład mężczyźni częściej wybierają urządzenia pozwalające wzmocnić siłę mięśni i wytrzymałość, kobiety preferują treningi „kardio”<sup>28</sup>, ułatwiające poprawę kondycji i redukcję wagi. Co ciekawe, na podstawie wywiadu telefonicznego z osobami obsługującymi klientów można stwierdzić, że w wielu klubach podział na obecność tylko kobiet bądź tylko mężczyzn na określonych ćwiczeniach ma charakter zwyczajowy, nie ma bowiem takich ograniczeń w regulaminach. Jak to ujęła jedna z recepcjonistek:

*Panowie jakoś się nie pojawiają na aerobiku, czy innych tego typu zajęciach. Nikt im tego nie zabrania. Nie wiem także, czy kobiety z takich grup byłyby przeciwko ich udziałowi, nigdy ich o to nie pytałśmy, bo po co skoro faceci się tam nie pojawiają (R1).*

Wśród osób, które wzięły udział w badaniu, pojawiły się także takie, które nie miały żadnych przeciwwskazań w związku z współwystępowaniem obu płci w przestrzeni klubu. Za jedyny element niezbędny zapewniający intymność uznawano oddzielną szatnię. Jednak nawet wtedy, kiedy jej nie było, można było sobie z tym poradzić:

---

<sup>28</sup> Ćwiczenia polegające na utrzymywaniu umiarkowanej intensywności przez stosunkowo długi czas. Kontrolni tętna służą pulsometry.

*albo przyjeżdżam od razu w stroju sportowym, albo informuję chłopaków, że idę się przebrać. Zamykam się od wewnątrz i już. Idzie się dogadać (K18).*

Część z tych osób przyznawała jednak, że takie otwarte podejście do osób innej płci wymagało trochę oswojenia się z tą sytuacją:

*Chodzę do różnych miejsc ćwiczyć, w najbliższej siłowni to dominują faceci, może raz widziałem jedną dziewczynę. Jak chodzę do klubu po stronie niemieckiej, to tam jest inaczej, tam jest dużo zróżnicowania. Przychodzą i faceci, i kobiety, i osoby młode, i starsze. Bardziej mi się to podoba, choć na początku byłem zdziwiony, potem się oswoiłem (M42).*

Goffman w analizie rytuałów interakcyjnych rozróżnił kilka podstawowych technik dotyczących zachowania w kontakcie z innymi<sup>29</sup>. Zwrócił uwagę na to, że część interakcji to w istocie porządki rytualne, które mają charakter przystosowawczy. Są wśród nich reguły o charakterze symetrycznym, gdzie obie strony interakcji mają podobne prawa; w przypadku reguł asymetrycznych zasady są różne. Czy w odniesieniu do klubów fitness można mówić o symetryczności reguł dotyczących kobiet i mężczyzn? W świetle wypowiedzi rozmówców w większości wypadków tak jest. Z jednej strony na przykład nie obowiązuje zasada ustępowania miejsca w kolejce do jakiegoś urządzenia tylko z tego powodu, że osoba oczekująca jest kobietą bądź mężczyzną. Jednak z drugiej strony są takie okoliczności, w których uczestnicy nie czują się w pełni swobodnie, np. kiedy w klubie zdominowanym przez ćwiczących panów kobieta czuje się zakłopotana, idąc z nimi do sauny, następnym razem unika więc takich sytuacji (K5).

Goffman zwraca uwagę na technikę „uniku”<sup>30</sup>, która jest rodzajem „taktownej ślepoty”. Takie zachowanie wiąże się z próbą zapewnienia innym komfortu poprzez dyskretne zachowanie. W praktyce ta zasada dyskrecji sprowadza się do udawania, że się nie patrzy lub że robi się to przypadkiem. Ostentacyjne zwracanie uwagi na to, co robią inni podczas ćwiczeń, określane mianem „gapienia się”, przeszkadzało głównie paniom, które zarzucały to ćwiczącym w tym samym miejscu panom. Niektóre z nich z tego powodu zdecydowały się na zmianę klubu, na taki, w którym nie ma ćwiczących mężczyzn lub taki, w którym ustawienie sprzętu zapewnia większe poczucie intymności. Panowie dla odmiany wskazywali na to, że obecność kobiet w przestrzeni klubu fitness prowokuje niektórych z nich do „popisywania się” i choć działa to w pewien sposób motywująco, to jednak nie oceniali tego jako najlepszy na dłuższą metę sposób na postęp w ćwiczeniach.

Najczęściej stosowaną techniką jest po prostu patrzenie „kątem oka”, „rzucanie dyskretnych spojrzeń”. Zarówno panie, jak i panowie przyznawali, że najintensywniejsze obserwacje „mimochodem” prowadzili, kiedy zaczynali ćwiczenia. Regularnie

<sup>29</sup> E. Goffman, *Rytuał interakcyjny...*, s. 43.

<sup>30</sup> *Ibidem*, s. 15-18.

i dłużej ćwiczący wyrażali dużo mniejsze zainteresowanie obecnością innych. Można powiedzieć, że byli bardziej zainteresowani wykonywaniem swoich ćwiczeń niż tym, co robią inni. Ale nawet w przypadku osób długo ćwiczących pojawiały się takie sytuacje, że interesowali się bardziej tym, co robią inni. Obiektami chwilowej uwagi stają się nowe osoby, którym uczestnicy mniejszych, kameralnych klubów przyglądają się z zaciekawieniem. Duże kluby charakteryzują się większą anonimowością, ale także w takich miejscach zwracano uwagę na to, że obecność innych wpływa na samopoczucie i przebieg wykonywanych ćwiczeń.

Jakie sposoby wykorzystywali ćwiczący, aby usankcjonować swoje patrzenie na innych? Jeden z panów wyjawiał, że on radzi sobie z tym w taki sposób, że pyta wprost ćwiczące panie o to, czy może popatrzeć, jak wykonują to ćwiczenie, ponieważ chce się nauczyć, jak je poprawnie robić. Przyznał, że jest to rodzaj triku z jego strony, ale kilka razy dzięki temu udało mu się nawiązać sympatyczne znajomości w klubie, który odwiedza prawie codziennie (M42).

Kobiety zwracały uwagę, że najbardziej dla nich krępujące były sytuacje o konotacji seksualnej, kiedy mężczyźni nie tylko przyglądali się, ale także próbowali nawiązać kontakt pod pretekstem pomocy w wykonaniu ćwiczenia. Jedna z pań powiedziała, że była molestowana, kiedy korzystała z pobliskiej siłowni: „życzliwy” mężczyzna przekroczył, jej zdaniem, granice, które można by zdefiniować jako instruktaż podczas ćwiczeń (K23). Tego typu zdarzenia mogą mieć miejsce przede wszystkim w siłowniach, ponieważ tam bywa potrzebna pomoc techniczna dotycząca obsługi urządzeń i sposobu wykonywania ćwiczeń.

W części wywiadów pojawiły się także informacje na temat śmiesznych sytuacji, kiedy porządek rytualny został zaburzony. Dotyczy to choćby jakichś niegroźnych wypadków, upadków zdarzających się podczas ćwiczeń. Wydawać by się mogło, że płeć nie jest czynnikiem różnicującym, ponieważ takie sytuacje przytrafiają się zarówno kobietom, jak i mężczyznom. Jednak w praktyce jest trochę inaczej, stereotypy na temat kobiet czy mężczyzn wpływają na postrzeganie innych. Ilustrują to poniższe wypowiedzi:

*Kiedys przyszła taka kobieta, ładna nie powiem, miło było popatrzeć, ale zdaje się, że ona także była zachwycona sobą [śmiech] i podczas biegu na bieżni poprawiała sobie włoski i tak się tym zajęła, że zapomniała o bieganiu i wypadła ze sprzętu (M16).*

*Jeden z facetów taki typ kogucika, co stroszy piórka, kiedy tylko może, ewidentnie robił wszystko, by zwrócić na siebie uwagę. Stękał tak, jakby to było nie wiadomo co. Prężył się i wypinał. Miałyśmy wrażenie, że wybierał głównie te przyrzędy, zza których było go widać. I w końcu jak źle usiadł na jednym z nich i spadł, to nie mogłyśmy się powstrzymać od śmiechu. Próbowaliśmy to kontrolować, ale nie udało się. Kogucik z obrażoną miną przemaszerował w dalszą część sali, coś tam pod nosem fukając (K38).*



Szczególnie łatwo przedmiotem kpin stają się osoby, które *zgrywiają się na super doświadczonych i wszytkowiedzących* (K66), mniej tolerancji jest także dla tych, którzy *nie potrafią przyjąć informacji ani od instruktora, ani od innych ćwiczących* (M68).

Jedna z kobiet, korzystająca chętniej ze sprzętu do ćwiczeń siłowych, powiedziała: *ja mam taki karnet, że mogę korzystać z różnych klubów w Polsce, jak ćwiczę w swoim, to chłopaki mnie znają i mi nie zwracają głowy. Ale z racji pracy często wyjeżdżam i wtedy idę do takiego klubu, że tak powiem „obcego”. Wielokrotnie zdarzało mi się, że faceci próbowali mnie pouczyć, popisywać się, jacy to oni znawcy są. Grzecznie ich „gonię”, bo mi te ich mentorskie gadanie zabierało czas. Ale wyczuwam jakieś poczucie wyższości z ich strony. Nie przejmuję się, robię swoje* (K89).

Goffman posługuje się pojęciem „twarzy”, którą definiuje jako: „pozytywną wartość społeczną przypisywaną osobie w danej sytuacji spotkania, gdy inni przyjmą, że trzyma się określonej roli”<sup>31</sup>, zwraca uwagę na to, że ludzie głównie stosują dwa sposoby pracy nad twarzą: unikanie i naprawianie. Unikanie polega na takim kontrolowaniu sytuacji, kontaktów, aby wyeliminować potencjalne zagrożenia dla spójności roli, jaką odgrywają. Natomiast naprawianie zachodzi wówczas, gdy nie udało się zapobiec zdarzeniu, które nie odpowiada społecznym oczekiwaniom wobec nich. Próbuje się wówczas uznawać takie zdarzenie za przypadkowe, otoczenie zaś daje jednostce szansę, ignorując „wpadkę”. Podobne techniki stosowane są w klubie fitness. Różnego rodzaju uchybienia w zachowaniach są ignorowane, o ile nie są popełniane notorycznie. Dominujące w pracy nad twarzą jest unikanie sytuacji, w których można wypaść z roli.

Znaczenie ma także pojęcie wstydu – wydaje się szczególnie istotne u tych osób, które dopiero zaczynają ćwiczenia lub u takich, które powracają do nich po dłuższej przerwie. Przedmiotem wstydu mogą stać się elementy własnego wyglądu, takie jak tusza, nieproporcjonalna figura, występowanie jakichś zmian na skórze (np. blizn po oparzeniach). Badani wspominali także o wstydzie spowodowanym złą lub zbyt słabą kondycją.

Znaczenie miał także wstyd wynikający z tego, że podczas ćwiczeń wygląda się gorzej niż zwykle ze względu na pocenie się, czerwienienie się, robienie min czy wydawanie odgłosów. Częściej o niezadowoleniu ze swojego wyglądu podczas ćwiczeń, wspominały kobiety. Także one podkreślały znaczenie dobrej wentylacji w klubie i skarżyły się na przeszkadzające im odgłosy, stwierdzając, że głośna muzyka pod pewnymi względami jest męcząca, ale pod innymi, zagłuszając odgłosy wynikające z ćwiczeń staje się pomocna, ponieważ „można się schować w hałasie” (K9).

<sup>31</sup> *Ibidem*, s. 5.

W polskiej kulturze obowiązuje zasada pierwszeństwa wyrażająca się w przepuszczaniu kobiet w określonych sytuacjach. Zasada ta jednak nie działa w klubach, choć ani panie, ani panowie nie mają z tym jakiegokolwiek problemu. Dwie osoby (i mężczyzna, i kobieta) uznały za irytujące zajmowanie sobie kolejki do określonego urządzenia tak, że „wpuszcza się” w nią swoich znajomych. Płeć nie ma tu jednak znaczenia.

Kobiety ćwiczące w mniejszych klubach, bardziej zorientowanych na ćwiczenia siłowe, wspominały o tym, że czują się przez część panów pouczane:

*Oczywiście na początku nie wiedziałam jak i czego używać. Przez pierwszych kilka miesięcy uczyłam się urządzeń, ale także czegoś na temat swoich możliwości. No i kiedy już sobie dobrze radziłam, zdarzali się tacy faceci, którzy uznawali, że trzeba mnie bezustannie pouczać. Sami niekoniecznie byli ekspertami w tych sprawach. Próbowalam się od nich wyzwolić, ale trudni byli do spławienia. W końcu jeden z kumpli z klubu powiedział im w niezbyt wybredny, ale dosadny sposób, by się odczepili i zajęli sobą i w końcu pomogło (K67).*

Jak pokazano powyżej, światy kobiet i mężczyzn w klubach fitness pod pewnymi względami spotykają się, pod innymi są rozdzielne. Tak jest najczęściej w przypadku zajęć o charakterze grupowym. W większości klubów nie są one zarezerwowane tylko dla pań, a jednak panowie pojawiają się tam niezwykle rzadko. Jedna z rozmówczyń opowiedziała o takim odstępstwie od niepisanej reguły, kiedy na zajęcia z tańca brzucha przyszedł mężczyzna:

*na początku byliśmy bardzo zdziwione, myślałyśmy, że pomylił kluby. [...] Te owłosione nogi w krótkich spodenkach bardzo nas śmieszyły. No i jaki on był niezadarny w ruchach. On szybko się zniechęcił, może dlatego, że my ciągle się z niego śmiałyśmy. Ale tak sobie teraz myślę, że po pierwszym skrępowaniu to potem już nam nie przeszkadzało, że to facet. Nawet fajniej było, jakieś takie urozmaicenie (K12).*

O podobnym efekcie oswojenia z obecnością mężczyzny na zajęciach aerobiku wspomniała inna rozmówczyni, przyznając przy tym, że na początku podejrzewała, że przyszedł na ćwiczenia tylko po to, by bezkarnie patrzeć na kobiety (K75).

Pewne rodzaje zajęć grupowych, ze względu na swoją specyfikę, gromadzą obie płcie. Tak jest w przypadku jazdy na rowerach stacjonarnych, w mniejszym zakresie także na ćwiczeniach typu pilates czy capoeira. Również tu na początku występowało skrępowanie obecnością innych osób, większe gdy byli wśród nich reprezentanci innej płci, jednak po jakimś czasie przestawało to być problemem.

Zdarzają się też sytuacje, że na zdominowanych przez panów siłowniach pojawiają się kobiety. Jeden z panów opisał taką sytuację następująco:

*Do nas przychodzi jedna kobieta regularnie, bardzo ciężko pracuje. Nie rozmawiamy dużo. Najpierw trochę z niej żartowaliśmy, a teraz każdy z nas z podziwem patrzy jakie ona ma efekty. U nas nie ma damskiej szatni więc ona sobie musi jakoś radzić wśród samych facetów. Przychodziły też inne kobiety, ale szybko się zniechęcały. Żartowaliśmy, że męski pot je wypędził (M64).*

Można w związku z tym zadać pytanie: Czy, a jeśli tak, to jak wpływa współobecność kobiet i mężczyzn na motywację do ćwiczeń?

Wielu badanych stwierdziło, że współobecność kobiet i mężczyzn w klubie ma znaczenie, szczególnie na etapie rozpoczynania regularnych ćwiczeń. Później nie było to takie istotne. Kilka uczestniczek badań stwierdziło, że obecność panów działała na nie demotywująco lub wręcz blokująco. Tym właśnie uzasadniały one decyzję o wyborze zajęć bądź klubu oferującego ćwiczenia tylko dla kobiet. Tłumaczyły to przede wszystkim swoim skrępowaniem w obecności mężczyzn wynikającym z tego, że źle wyglądają podczas ćwiczeń. Ten element skrępowania, czy wręcz wstydu, był najistotniejszy na początku, każde kolejne pojawienie się w klubie było dla większości klientów mniej stresujące.

Niektórzy stwierdzali nawet, że obecność innych osób, niezależnie od ich płci, zwiększa chęć porządnego ćwiczenia i pokazania się z jak najlepszej strony. Można tutaj, wykorzystując terminologię zaproponowaną przez Goffmana, uznać, że w takich przypadkach ćwiczącym łatwiej wejść w rolę, kiedy mają przed kim występować: dokonują wówczas idealizacji swojej gry, tak aby lepiej odpowiedzieć na społeczne oczekiwania. Niektóre kobiety mówiły o tym, że obecność mężczyzn w klubie zachęcała je do nabycia lepszego stroju do ćwiczeń, inne zaś stwierdzały, że to właśnie przebywanie w otoczeniu innych kobiet w ładnych strojach zobligowało je do zainwestowania w ubiór. Jest to więc przykład zadbania o to, co Goffman nazywa fasadą osobistą, która ułatwić może wywołanie określonego wrażenia.

Czy społeczne światy kobiet i mężczyzn w klubie fitness różnią się, a jeśli tak – to czym? Są one przede wszystkim podzielone przestrzennie, głównie poprzez oddzielne szatnie. Ale także ze względu na różnice w upodobaniach w zakresie ćwiczeń, ewentualnie w związku z wyborem urządzeń do ćwiczeń. Kobiety częściej wykonują ćwiczenia kardio (trening wytrzymałościowy), natomiast mężczyźni preferują trening siłowy (R7).

Kolejna różnica dotyczy tego, że kobiety mocniej akcentują znaczenie aktywności fizycznej jako działania o charakterze estetycznym i podkreślają zdrowotny aspekt ćwiczeń. Panowie chętniej mówią o celu, jakim jest poprawa kondycji, ale także nie ukrywają estetycznego i społecznego znaczenia poprawy wyglądu. Kobiety preferują zajęcia grupowe, natomiast mężczyźni chętniej wybierają indywidualne ćwiczenia na urządzeniach. Najmniejsze różnice zauważalne są w dużych ogólnodostępnych klubach, gdzie jest duża anonimowość klientów. Ustawienie urządzeń i dekoracji jest zrobione tak, by było funkcjonalnie, ale także tak, by dawać poczucie intymności ćwiczącym.

Jak kształtowana jest przestrzeń klubów pod kątem obecności kobiet i mężczyzn? Przede wszystkim podstawowym elementem ich organizacji przestrzennej jest, o ile to możliwe, tworzenie oddzielnych szatni. Jeśli nie jest to możliwe, to klub nastawia się

na określoną grupę odbiorców lub różnicuje godziny udziału w ćwiczeniach dla kobiet i mężczyzn. Stosowane są też różnego rodzaju elementy o charakterze dekoracyjno-zasłaniającym. Ustawiane są więc parawany, rośliny, standy reklamowe itp. Także sprzęt do ćwiczeń umieszczany jest tak, by trochę utrudniać „oglądanie się nawzajem” (R1, R12, R17, R23, R22). Stosowane są także metody odwracania uwagi od innych ćwiczących, takie jak umieszczanie monitorów telewizyjnych, głośna muzyka.

## Podsumowanie

Wiele klubów fitness ma bogatą ofertę. Na rynku można zaobserwować dużą różnorodność placówek świadczących tego typu usługi. Jest zatem możliwość korzystania z tych przeznaczonych tylko dla kobiet bądź tylko dla mężczyzn. W praktyce jednak takie kluby występują rzadziej. W większości ćwiczą i kobiety, i mężczyźni. Poza technicznymi zabiegami zapewniającymi intymność osobom obu płci na wspólnej powierzchni, takimi jak oddzielne szatnie, oddzielanie poszczególnych części klubu ściankami, przepierzeniami itp., ćwiczący stosują wiele zabiegów interakcyjnych, aby pobyt w klubie spełnił ich oczekiwania. Do podstawowych technik tego typu należą: dyskrecja, unikanie otwartego patrzenia na innych ćwiczących, udawanie, że nie zauważa się drobnych uchybień w zachowaniu. Zwyczajowa zasada przestrzegania kolejności wykorzystywana jest wybiórczo, np. mężczyzna przepuszcza kobietę przy wejściu do miejsca ćwiczeń, ale nie wymaga się, by zrobił to także w kolejce do urządzenia do ćwiczeń.

Świat społeczny klubu fitness charakteryzuje się pewną odrębnością, w jego obrębie występuje zróżnicowanie ze względu na płeć, które wyraża się w podejmowaniu jednych i unikaniu innych rytuałów interakcyjnych. Charakterystyczne jest także unikanie zachowań, które mogłyby mieć np. konotację seksualną. W świetle koncepcji Goffmana współobecność innych osób w klubie „uruchamia” ich wzajemne występy i chęć wywołania określonego wrażenia. Wrażliwość na oczekiwany efekt zauważalny przez innych jest największa na początku, później wraz z oswojeniem się z sytuacją „scena”, którą jest przestrzeń klubu, staje się dla stałych bywalców bardziej podobna do „kulis”.

## KOBIETY I MĘŻCZYŹNI W PRZESTRZENI KLUBÓW FITNESS

**STRESZCZENIE:** Somatyzacja współczesnej kultury wyraża się w wielu podejmowanych aktywnościach. Wygląd coraz częściej staje się zewnętrznym obrazem osobowości, sposobem definiowania siebie wobec innych. Stąd większa koncentracja na działaniach służących ciału i wyglądowi. Elementem tego procesu jest korzystanie z różnorodnych usług, „oddawanie ciała” w ręce ekspertów i instytucji. Kluby fitness są tym, co Anthony Giddens nazywa systemami eksperckimi. Są to też swoiste światy społeczne, charakteryzujące się odrębnością i obowiązywaniem pewnych reguł, rytuałów interakcyjnych, także działania tego, co Erving Goffman nazywa „idiomami ciała”. Ważnym elementem interakcji w klubie fitness jest płeć. Nie tylko aktywność w określonej przestrzeni, ale także to, kim

są inni ćwiczący, ma znaczenie, ponieważ aktorzy społeczni działają według określonych reguł. Część tych reguł wiąże się z płcią. W artykule wykorzystano materiał empiryczny pochodzący z wywiadów jakościowych zrealizowanych z klientami klubów fitness.

SŁOWA KLUCZOWE: świat społeczny, fitness, ciało, interakcja, przestrzeń, kobiety, mężczyźni.

#### **WOMEN AND MEN IN THE FITNESS CLUBS**

**SUMMARY:** The process of focusing on the body is expressed in many ways and consists of many activities. Appearance is becoming more important and is treated as the external image of personality. It is also a way of defining ourselves in the context of others. Hence, a greater focus on body and appearance. The part of this process is using a variety of services. In this way the bodies are in the hands of experts and institutions. The fitness centers are, what Anthony Giddens called, expert systems and are in fact institutions specializing in specific services for the body. They are also specific social worlds, characterized by distinctiveness and validity of certain rules, rituals of interactions, including what Erving Goffman calls "the idioms of the body". An important elements of interactions in the fitness center is the sex. Not only activity in a given space, but also who the other participants are seems to be very important. In the fitness center social actors act according to certain rules and some of them are related to gender. The empirical data of the article is taken from in-depth interviews with the fitness centers' customers.

**KEYWORDS:** the social world, fitness, body, interaction, space, women, men.