МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

ГЕНДЕРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ

Кваліфікаційна робота (проект)

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконала: здобувачка 231Мз групи
Спеціальності 053 «Психологія»
ТАТАРОВСЬКА Тетяна Сергіївна
Керівник: д. психол. н., професорка
КОЛЛІ-ШАМНЕ А.В.
Рецензент: канд. психол. н., д. каф. маркетингу, ІГНАТЕНКО О.В.

Івано-Франківськ - 2025

ЗМІСТ

ВСТУП 3
РОЗДІЛ 1 6
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ 6
1.1. Гендерна ідентичність у психологічній науці 6
1.2. Фактори формування гендерної ідентичності в сучасному суспільстві 9
1.3. Вікові особливості становлення гендерної ідентичності 14
Висновки до першого розділу 17
РОЗДІЛ 2 19
ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ 19
2.1. Обґрунтування вибору методологічного підходу та вибірки 19
2.2. Емпіричний аналіз дослідження 25
Висновки до другого розділу 37
ВИСНОВКИ 39
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 41
ДОДАТКИ 45

ВСТУП

Актуальність теми. Формування гендерної ідентичності – складний та багатогранний процес, що відбувається протягом всього життя. Сучасна особистість стикається з різноманітними, часто суперечливими моделями гендерної поведінки, що викликає внутрішні конфлікти та дезорієнтацію у процесі самовизначення.

Сучасний світ характеризується розширенням розуміння гендеру, що включає визнання не лише бінарних, але й небінарних, гендерно неконформних та інших форм ідентичностей. Ситуація розширення розуміння гендеру провокує виникнення проблем для особистості, що намагається знайти своє місце у суспільстві, де традиційні гендерні ролі вже не завжди відповідають реальності. Водночас, зростання обізнаності про гендерну різноманітність супроводжується збереженням стереотипів і дискримінаційних практик, що ускладнює процес самоприйняття та соціальної адаптації. Саме тому сучасна особистість потенційно може мати проблеми з гендерним самоусвідомленням та самосприйняттям, і вивчення, розширення та розуміння проблематики представленої теми є структурно важливим для психологічної науки.

Дослідники та практики аналізують взаємозв'язок між гендерною ідентичністю та психоемоційним станом особистості. Одним із ключових факторів впливу є сімейне середовище. Протягом останніх двадцяти років спостерігаються значні трансформації в сімейних структурах - збільшення кількості неповних сімей, моногамних сімей та свідомої бездітності, що впливає на формування психоемоційних патернів особистості. Соціальне середовище через усталені гендерні стереотипи та норми формує емоційні реакції та поведінкові прояви, які стають частиною психологічного портрету особистості. Здатність інтегрувати різні гендерні моделі поведінки має позитивний вплив на психоемоційний стан, дозволяючи особистості бути

більш гнучкою у виразі емоцій, краще розуміти власні психологічні потреби та ефективніше справлятися зі стресовими ситуаціями.

Теоретичну основу дослідження складають праці вітчизняних та зарубіжних науковців. Серед них варто відзначити роботи С. Бем, яка розробила теорію гендерних схем, дослідження Е. Еріксона щодо ідентичності особистості, праці І. Кона з проблем психології статі та гендерної соціалізації. Значний внесок у розвиток гендерних досліджень зробили українські вчені Т. Говорун, О. Кікінежді, П. Горностай, І. Довгань та інші.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконувалась у межах науково-дослідної теми кафедри психології «Становлення та розвиток особистості в умовах соціальних трансформацій» (державний реєстраційний номер 0125U001891).

Мета дослідження: здійснити теоретико-епічний аналіз взаємозв'язка між особливостями гендерної ідентичності та психоемоційним станом особистості.

Завдання:

1. Провести теоретичний аналіз науково-психологічної літератури щодо гендерної ідентичності.
2. Визначити вплив соціального середовища та сімейних стереотипів на формування гендерної ідентичності.
3. Оцінити сучасні ідеали маскулінності та фемінінності та їхній вплив на самоідентифікацію.
4. Дослідити трансформацію гендерних ролей та її наслідки для психологічного стану особистості.

Об'єкт дослідження: гендерна ідентичність.

Предмет дослідження: особливості впливу гендерної ідентичності на психоемоційний стан особистості.

Методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань було обрано *теоретичні методи*: теоретико-методологічний аналіз наукової літератури з проблематики дослідження, класифікація та

систематизація наукових джерел, порівняння та узагальнення даних теоретичних та експериментальних досліджень. Також в роботі ми використали такі *емпіричні методи:* опитування, тестування, діагностичний експеримент (методики: Шкала Сандри Бем, методика «Розподіл ролей у сім'ї» (Ю. Альошина, Л. Гозман, Є. Дубовська), методика М. Куна і Т. Макпартленда «Хто Я?», методика «Самооцінка психічних станів» за Г. Айзенком), *методи обробки даних*: узагальнення та систематизація даних емпіричного дослідження.

Наукова новизна. Дослідження спрямовано на вивчення впливу змін у сучасних гендерних ідеалах та ролях на формування гендерної ідентичності особистості. Визначено значення соціальних і сімейних чинників у процесі ідентифікації, а також їхню роль у створенні нових моделей гендерної поведінки, що дозволяє подолати обмеженість традиційних стереотипів і створює умови для психологічного комфорту особистості в умовах сучасного суспільства.

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що вони можуть бути використані для розробки ефективних підходів до психологічної підтримки особистості в процесі формування гендерної ідентичності. Зокрема, результати дослідження можуть стати основою для створення програм психологічного супроводу, спрямованих на допомогу людям у подоланні внутрішніх конфліктів, пов'язаних із гендерним самовизначенням.

Апробація та публікація результатів дослідження. . Матеріали дослідження обговорювались на засіданнях кафедри психології (протокол від 05.12.2025 р. № 8), а також опубліковані у вигляді статті: Татаровська Т.С. Гендерна ідентичність та її вплив на психоемоційний стан особистості. Магістерські студії: електронний альманах. 2025. Вип. XXV. С.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ ТЕОРІЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Гендерна ідентичність у психологічній науці

Гендерна ідентичність — це глибоке особистісне сприйняття кожною людиною свого гендеру, яке може відповідати або не відповідати статі, що їй була призначена при народженні. Це стосується особистого відчуття власного тіла, що включає зміни зовнішності або функцій тіла за допомогою медичних, хірургічних чи інших втручань, здійснюваних за власним бажанням, а також інші вирази гендеру, такі як одяг, манера спілкування та поведінка [Kohler, с. 3]. Гендерна ідентичність у психологічній науці розглядається як складний багатовимірний конструкт, що відображає внутрішнє відчуття індивіда щодо своєї приналежності до певного гендеру, яке може збігатися або відрізнятися від біологічної статі. Цей феномен формується під впливом біологічних, психологічних, соціальних та культурних факторів, що взаємодіють між собою. Згідно з сучасними підходами, гендерна ідентичність не є статичною, а розвивається протягом життя, зазнаючи трансформацій під впливом особистісного досвіду, соціалізації та контекстуального середовища.

Психологічна наука акцентує увагу на тому, що гендерна ідентичність включає як когнітивний компонент (усвідомлення себе як представника певного гендеру), так і емоційно-оцінний аспект, який пов’язаний із ставленням до власної гендерної ролі та її прийняттям або відторгненням. Важливим є також соціальний вимір, який визначає, як індивід інтерпретує та виражає свою гендерну ідентичність у взаємодії з іншими.

Гендерна ідентичність тісно пов’язана з іншими аспектами особистості, такими як самооцінка, емоційний стан та соціальна адаптація. Наприклад, конфлікти або дисонанси між внутрішнім відчуттям гендерної ідентичності та зовнішніми очікуваннями призводять до психологічного дискомфорту, тривожності або навіть депресивних станів. Гендерна дисфорія – це стан, при

якому особистість не приймає або не може прийняти свою стать, відчуває ознаки та прояви іншого гендеру (табл. 1.1):

Табл. 1.1

Ознаки гендерної дисфорії [32, 34]

Ознака	**Наслідок**
Невдоволення власним тілом	Сильне бажання мати фізичні характеристики іншої статі
Емоційний дискомфорт	Постійний стрес або тривога, пов’язані з гендерним вираженням
Соціальна ізоляція	Уникнення соціальних контактів через страх несприйняття
Проблеми з самооцінкою	Низька самооцінка через конфлікт ідентичностей

Це визначення використовується медичними і психологічними спільнотами, зокрема в Діагностичному і статистичному посібнику психічних розладів (DSM-5), випущеному Американською психіатричною асоціацією. Гендерна дисфорія не має єдиної причини виникнення, вона може бути результатом комплексної взаємодії біологічних, психологічних та соціальних факторів. Існують гіпотези про те, що біологічні аспекти, такі як генетичні фактори, вплив гормонів у матці, можуть відігравати роль у формуванні гендерної ідентичності, яка не відповідає статі, визначеній при народженні. Однак, біологічні пояснення не дають повного розуміння явища, а психологічні та соціальні аспекти також відіграють важливу роль [34].

Переживання гендерної дисфорії може спричинити значні психологічні складнощі, включно з депресією, тривожністю, зловживанням психоактивними речовинами, і навіть суїцидальними думками. Часто такий стан може бути пов’язаний і з аутистичним спектром. Особи з гендерною дисфорією можуть відчувати і біологічну вразливість, і соціальну стигматизацію, що ускладнює їхнє повсякденне життя і взаємодії.

Політичні та правові аспекти відіграють важливу роль у формуванні гендерної ідентичності, оскільки законодавчі ініціативи та державна політика можуть як сприяти, так і обмежувати цей процес. Визнання прав і свобод осіб з різною гендерною ідентичністю є фундаментальним елементом для досягнення гендерної рівності. В Україні особливу увагу слід приділяти політико-правовим засадам гендерної демократії, які спрямовані на створення державних і громадянських інституцій, здатних враховувати гендерні інтереси та потреби. У дослідженні, проведеному Е. Скибою, виявлено, що акцентування уваги суспільства на гендерних розбіжностях сприяє тому, що владні структури можуть легітимізувати гендерну нерівність, спираючись на основоположні принципи [12, с. 108-109]. Аналізуючи гендерні режими ведучих соціальних інститутів, можна дійти висновку, що гендерна відмінність як біологічний аспект не служить поясненням гендерної нерівності, яка має соціокультурну природу, а лише використовується як ідеологічне прикриття для її постійного відтворення. Вважаємо, що у сучасній державній та правовій ідеології критично важливо визнавати, що суспільний образ біологічної статі формується індивідуально, базуючись на природних тілесних характеристиках. З цієї причини ми підтримуємо думку О. Медвідь про те, що принцип вибору гендерної ідентичності має базуватися на праві людини вибирати свій гендер, спираючись на принципи людської гідності та автономії [9, с. 126-132].

Медіа відіграють значну роль у формуванні гендерної ідентичності, відтворюючи та поширюючи гендерні стереотипи і моделі поведінки. Як зазначає М. Боровцова, медіа можуть як зміцнювати традиційні гендерні ролі, так і сприяти їх переосмисленню та трансформації. Тому важливо критично оцінювати контент медіа та його вплив на молодь. Економічні чинники також мають важливе значення у формуванні гендерної ідентичності. Розподіл праці та економічні можливості часто визначають очікування щодо гендерних ролей у суспільстві. Обмежені економічні можливості можуть впливати на доступ до

ресурсів, необхідних для гендерної експресії. Дослідження підтверджують, що економічна незалежність жінок сприяє більшій гендерній рівності [2, с. 19].

Квіртеорія суттєво змінила розуміння термінів "гендер" та "гендерна ідентичність", пропонуючи менш обмежувальне визначення ідентичності. Вона використовується як загальне позначення для різноманітних сексуальних і гендерних ідентичностей, що відрізняються від традиційно прийнятих норм. Квір виступає проти чітких бінарних та категоричних уявлень, спонукаючи до переосмислення гендеру як динамічного та мінливого аспекту, який формується через повторювані дії в культурному контексті.

Теорії, як то перформативна теорія Джудіт Батлер, стверджують, що гендерні відмінності не є вродженими, а формуються через дії і вчинки. Гендер тут розглядається не як біологічний статус, а як соціокультурний конструкт, відокремлений від фізіологічних особливостей. Таким чином, гендер виступає як культурно зумовлена категорія, розгортаюча сексуальність за межами бінарності та ієрархій.

У результаті, квір- та перформативні теорії відкидають ідею біологічного есенціалізму, відмовляються від жорстких норм, що прив'язують сексуальність до домінування та підпорядкування, підкреслюючи, що гендер — це скоріше частина культури, аніж незмінний природний елемент.

1.2. Фактори формування гендерної ідентичності в сучасному суспільстві

Серед факторів формування гендерної ідентичності можемо виділити наступні (табл. 1.2):

Табл. 1.2

Чинники формування гендерної ідентичності

Категорія	**Чинник**	**Як впливає**

Біологічні	Генетичні особливості	Визначають первинну статеву диференціацію, впливають на фізіологічні аспекти гендеру.
	Гормональні профілі	Впливають на розвиток статевих ознак і поведінку.
	Мозкові структури	Впливають на поведінкові реакції та психологічні процеси, пов'язані з гендером.
Психологічні	Самоусвідомлення	Формування уявлень про себе і своє місце в гендерних ролях.
	Вплив сімейного виховання	Виховання та приклади поведінки в сім'ї формують ставлення до гендерних ролей.
	Емоційні переживання	Впливають на розвиток гендерної ідентичності через особистісні переживання.
Соціальні	Культурні норми	Суспільні очікування і стандарти, що визначають прийнятні гендерні поведінки.
	Вплив референтних груп	Друзі, однолітки та інші значущі групи впливають на формування гендерної самосвідомості.
	ЗМІ та популярна культура	Представлення гендеру в медіа формує стереотипи та очікування.
	Освітні інституції	Навчальні програми та виховна робота в школах і університетах впливають на гендерні уявлення.

Л. Мартиненко стверджує, що гендер як соціально сконструйований феномен не обов'язково корелює з біологією, а в більшості випадків детермінується нею. Історично в XX столітті існувала думка, що жіноча

активність визначається анатомією та репродуктивними функціями, однак феміністи це спростували, а антропологи, такі як М. Мід у своїх крос-культурних дослідженнях, показали, що соціальні ролі чоловіків і жінок значно відрізняються в різних культурах. Згідно з Р. Столлером, гендер базується на психологічних та культурних основах, які слабко пов'язані з біологічною статтю, а ідентифікація гендеру часто відбувається через дитяче сприйняття [7].

Такий підхід до вивчення гендеру став основою для «гендерних досліджень», що є новим напрямом у соціальних науках, орієнтованим на вивчення механізмів формування гендерних ролей та відмінностей. Особливу увагу у рамках цього напряму приділяється соціально-конструктивістській парадигмі, яка досліджує, як формуються уявлення про мужність та жіночість. За даними Р. Пломина та Т. Фокса, біологічна стать впливає лише на невелику частину розбіжностей у показниках інтелекту та вербальних здібностях, що вказує на необхідність глибшого розуміння гендеру як соціальної конструкції.

Науковці, які працюють у сфері гендерних досліджень, зокрема в умовах сучасних радикальних соціальних змін, зосереджуються на вивченні психологічних і соціальних чинників, що впливають на успішну адаптацію людей. Вони прагнуть виявити та пояснити особливості в стосунках людини з соціальними інститутами та явищами, підкреслюючи важливість гендерної перспективи у дослідженні особистісної самореалізації і доступу до соціальних ресурсів.

Дослідження психології чоловіків і жінок, а також їхніх відмінностей, має значний вплив не тільки на розуміння особистості, але й на суспільство в цілому. Теми, пов’язані з гендерними особливостями та психологічними відмінностями, стають предметом активних обговорень у суспільстві, особливо в контексті значних змін у ролях чоловіків та жінок у громадському житті. Любов, яка є мистецтвом, потребує навичок, інтуїції, зосередженості та розуміння, вимагає навчання та осмислення. За Е. Фроммом, нерозуміння цієї потреби часто випливає з таких причин: більшість людей підходять до любові

з позиції бажання бути коханими, а не з позиції бажання любити; вони вважають, що проблема полягає у самій любові, а не в здатності любити; часто плутають закоханість із справжнім станом любові. Гендерні дослідження у галузі психології в нашій країні є відносно новим і ще недостатньо розвиненим напрямом. До початку 1990-х років вітчизняна психологія майже не знала публікацій, які б лягли в основу гендерних досліджень [7].

Генетичні чинники лягають в основу первинної статевої диференціації людини, визначаючи біологічну стать при народженні через комбінацію хромосом (XX для жінок та XY для чоловіків). Цей етап є критичним, оскільки він встановлює початковий фундамент для подальшого розвитку організму, включаючи формування статевих органів, гормонального фону та інших біологічних характеристик, які мають значний вплив на гендерну ідентичність.

Генетичні механізми не обмежуються лише визначенням статевої приналежності; вони також впливають на розподіл гормонів, таких як естрогени, прогестерон, тестостерон та інші, які активно беруть участь у формуванні поведінкових реакцій, психологічних особливостей та соціальних взаємин. Наприклад, високі рівні тестостерону у чоловіків часто пов'язуються з більш агресивним або домінуючим стилем поведінки, тоді як у жінок домінування естрогенів може сприяти вираженим емоційним та емпатичним реакціям. Ці біологічні предпосилки створюють підґрунтя для того, як особистість сприймає себе у контексті гендеру.

Однак, навіть при всьому важливому значенні генетичних факторів, вони не є єдиними визначальними у формуванні гендерної ідентичності. На цей процес також сильно впливають мозкові структури, які відповідають за розпізнавання статевих ролей та поведінкових моделей. Наприклад, деякі дослідження показують, що мозок чоловіків та жінок можуть мати відмінності у структурі та функціональному організмі, що впливає на когнітивні процеси, емоційну регуляцію та соціальні взаємини. Такі відмінності, хоча й не завжди

строгі, можуть впливати на те, як особистість інтерпретує своє місце у гендерному контексті.

Крім біологічних аспектів, гендерна ідентичність формуються під впливом психологічних факторів, таких як самоусвідомлення та емоційні переживання. Самоусвідомлення гендерної ролі починається у ранньому дитинстві, коли діти поступово розуміють, до якої статі вони належать, і починають засвоювати відповідні норми поведінки. Сімейне виховання тут відіграє ключову роль, оскільки саме в родині діти отримують перші приклади гендерних ролей, які потім повторюють у своєму поведінковому стилі. Емоційні переживання, зазнані протягом життя, також значно впливають на розвиток гендерної ідентичності, оскільки вони формують особисті ставлення до власної ролі у суспільстві.

Соціальні чинники, такі як культурні норми, вплив референтних груп та медіа, доповнюють картину формування гендерної ідентичності. Культурні норми визначають очікувані ролі для чоловіків та жінок у конкретному суспільстві, що впливає на те, як особистість сприймає свій гендер. Референтні групи, до яких належить людина, також мають значення, оскільки вони надають моделі поведінки, які можуть бути або прийняті, або відхилені. Медіа, у свою чергу, активно впливають на формування гендерних стереотипів через представлений образ чоловіка та жінки у фільмах, рекламі та інших типах популярної культури.

У сучасному суспільстві освітні інституції також становлять важливий чинник формування гендерної ідентичності. Школи та університети не лише передають академічні знання, але й формують уявлення про гендерні ролі через програми навчання та виховну діяльність. Це особливо актуально у часи, коли сучасні освітні системи все частіше враховують потреби різноманітних гендерних ідентичностей.

Таким чином, формування гендерної ідентичності є результатом комплексної взаємодії багатьох факторів, серед яких генетичні аспекти відіграють фундаментальну роль. Однак, необхідно зазначити, що біологічні

чинники не є детермінантами гендерної ідентичності, а тільки однією з багатьох компонентів, які разом з психологічними, соціальними та культурними факторами визначають цей складний процес. Сучасна наукова парадигма акцентує увагу на тому, що гендерна ідентичність є конструктом, який розвивається протягом життя і може бути гнучким, адаптуватися до змін у соціальному середовищі та внутрішньої динаміки особистості.

1.3. Вікові особливості становлення гендерної ідентичності

Становлення гендерної ідентичності є складним і багатогранним процесом, який відбувається протягом усього життя людини, але має особливо важливі періоди у різні вікові етапи розвитку. У ранньому дитинстві, приблизно у віці 2-3 років, діти починають усвідомлювати свою статеву приналежність та проявляти перші ознаки гендерної самоідентифікації. На цьому етапі вони вчаться розрізняти людей за статтю та починають розуміти базові гендерні ролі через спостереження за поведінкою дорослих.

У дошкільному віці, від 3 до 6 років, відбувається активне засвоєння гендерних стереотипів та норм поведінки. Діти починають проявляти чіткі преференції щодо іграшок, ігор та занять, які традиційно асоціюються з їхньою статтю. У цей період формуються перші уявлення про відмінності між хлопчиками та дівчатками, їхніми соціальними ролями та очікуваною поведінкою. Молодший шкільний вік характеризується закріпленням гендерних установок та подальшим розвитком гендерної ідентичності. Діти починають краще розуміти соціальні очікування щодо своєї статі та намагаються відповідати цим очікуванням. У цьому віці важливу роль відіграє шкільне середовище, де діти стикаються з різними моделями гендерної поведінки та взаємодії [11].

Підлітковий період є критичним етапом у формуванні гендерної ідентичності. Фізіологічні зміни, пов'язані зі статевим дозріванням, призводять до переосмислення власної гендерної ролі та ідентичності. У цей час підлітки активно експериментують з різними моделями поведінки,

намагаються знайти свій власний стиль та можуть переживати кризи ідентичності. Важливу роль відіграють однолітки та медіа, які впливають на формування уявлень про гендерні ролі та ідеали. У юнацькому віці відбувається подальша консолідація гендерної ідентичності. Молоді люди формують більш зрілі та усвідомлені уявлення про свою гендерну роль, починають будувати романтичні стосунки та планувати майбутнє життя з урахуванням своєї гендерної ідентичності. На цьому етапі важливу роль відіграє професійне самовизначення та вибір життєвого шляху.

У дорослому віці гендерна ідентичність продовжує розвиватися та зміцнюватися через досвід партнерських стосунків, створення сім'ї, професійну реалізацію та виконання різних соціальних ролей. Важливим аспектом є здатність гнучко адаптувати свою гендерну поведінку до різних життєвих ситуацій, зберігаючи при цьому цілісність власної ідентичності. Зрілий та похилий вік характеризуються переосмисленням гендерних ролей у контексті змін у сімейному та професійному житті. Люди адаптуються до нових соціальних ролей, пов'язаних з виходом на пенсію, становленням бабусями та дідусями, що може впливати на їхнє сприйняття власної гендерної ідентичності.

Відповідно до психоаналітичного підходу, освіта гендерної самосвідомості починається з моменту, коли дитина помічає генітальні відмінності між статями, та завершується, коли вона вибирає одного з батьків як модель для ідентифікації. Когнітивні теоретики, такі як Л. Кольберг та інші, розглядають гендерну ідентичність як еволюцію усвідомлення соціальних норм та особистісної статевої ідентичності. Українські дослідники підкреслюють важливість ідентифікації у становленні статево-рольових відносин. Л. Попова зазначає, що ідентифікаційні процеси допомагають дітям формувати уявлення про ролі чоловіків та жінок, виходячи з поведінки батьків.

Формування гендерних ролей у дошкільному віці передбачає етапи імітації батьківських моделей, емоційної взаємодії з батьками статі дитини та набуття гендерних знань. В. Каган і І. Лунін зауважують, що вихователь у

дитячому садку часто стає основною моделлю для ідентифікації, що може мати негативний вплив на формування гендерних ролей хлопчиків, з огляду на фемінізацію сучасної педагогіки. Гендерна рівноправність в українському законодавстві та суспільстві відображає прагнення до вирішення проблем гендерної нерівності і розвитку людського потенціалу [12].

У контексті сучасних змін у суспільстві, норми, які раніше вважались сталими, тепер переглядаються, що веде до нового підходу у гендерному вихованні в українській освіті. Офіційні документи, зокрема Коментар до Базового компонента дошкільної освіти в Україні, визначають гендерне виховання як важливий вплив на розвиток дітей обох статей, спрямований на формування здорових міжстатевих відносин та розвиток гендерних ролей.

Раннє освідомлення дітьми їхньої статевої ідентичності є ключем до розвитку їхніх базових життєвих навичок та компетенцій. Це включає формування в них стандартів поведінки, які відповідають їхній статі, що має велике значення для їхньої подальшої соціалізації.

Діти мають засвоювати гендерні ролі під впливом батьків та вихователів, але процес соціалізації часто відбувається в рамках традиційної безстатевої педагогіки, яка не враховує відмінності у розвитку хлопчиків і дівчаток. В результаті, важливі аспекти гендерного виховання можуть залишатися без належної уваги, що в певних випадках може призвести до спотворення гендерних ролей.

Згідно сучасних досліджень, після шести років значно ускладнюється зміна гендерних рольових орієнтацій через освітні та психологічні методи. Тому автори підручників і педагоги повинні долати освітні та психологічні бар'єри, демонструвати гнучкість і такт, особливо в питаннях статевого виховання, яке залишається важливим аспектом розвитку сучасного суспільства.

Статеві відмінності у дітей проявляються з раннього віку, особливо в їхніх уподобаннях до іграшок, що відображає розуміння дітьми відмінностей у чоловічих та жіночих видів діяльності. Вже у чотирирічному віці хлопчики

зазвичай віддають перевагу машинам, конструкторам та інструментам, тоді як дівчатка обирають ляльки та іграшковий посуд. Такі уподобання сприяють розвитку технічних навичок у хлопчиків та домашніх умінь у дівчаток.

Отже, вікові особливості формування гендерної ідентичності можна систематизувати наступним чином (табл. 1.3):

Табл. 1.3

Вікові особливості формування гендерної ідентичності

Критерій	Вікова група 18-25 років	Вікова група 26-45 років
Психосоціальна стадія (за Еріксоном)	Інтимність проти ізоляції	Генеративність проти стагнації
Основні завдання розвитку	Формування близьких стосунків, інтеграція ідентичності у партнерські взаємини	Продуктивність, піклування про наступне покоління, внесок у суспільство
Особливості гендерної ідентичності	Активне переосмислення та практична реалізація гендерних ролей у стосунках	Трансформація традиційних уявлень про гендерні ролі в контексті батьківства та кар'єри
Вплив сучасних гендерних змін	Більш гнучкі та менш бінарні гендерні моделі сприяють формуванню автентичної ідентичності	Переосмислення традиційних шляхів реалізації генеративності, відкриття нових можливостей самореалізації
Характер адаптації	Інтенсивний пошук себе, становлення життєвих цінностей, активне засвоєння соціальних ролей	Перегляд та корекція життєвих цілей і соціальних ролей, адаптація до змінних соціальних норм
Психологічні особливості	Період активного формування ідентичності, включаючи гендерну	Сформовані життєві цінності та соціальні ролі, але продовжується адаптація до змін

Висновки до першого розділу

Отже, гендерна ідентичність є складним багатовимірним феноменом, який формується під впливом біологічних, психологічних, соціальних і культурних факторів протягом усього життя людини. З'ясовано, що цей

конструкт включає когнітивне усвідомлення приналежності до певного гендеру та емоційно-оцінковий компонент та соціальну інтерпретацію гендерної ролі у взаємодії з оточенням.

Встановлено, що становлення гендерної ідентичності проходить через ключові вікові етапи від раннього дитинства до зрілого віку, на кожному з яких відбуваються специфічні процеси усвідомлення, засвоєння стереотипів, переосмислення та адаптації гендерних ролей.

Виявлено, що формування гендерної ідентичності регулюється комплексом взаємопов'язаних факторів різних рівнів, включаючи генетичні особливості, гормональні профілі, сімейне виховання, культурні норми та вплив соціальних інституцій, що підтверджує необхідність комплексного підходу до вивчення цього явища.

РОЗДІЛ 2
ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ

2.1. Обґрунтування вибору методологічного підходу та вибірки

Вибірка складає 50 осіб віком від 18 до 45 років, які були відібрані методом доступного відбору через онлайн-опитування на базі Google Forms. Респонденти залучалися через соціальні мережі та особисті контакти дослідника з дотриманням принципу добровільної участі. При формуванні вибірки враховувалася гендерна репрезентативність – до дослідження увійшли як чоловіки, так і жінки для забезпечення можливості порівняльного аналізу особливостей гендерної ідентичності представників обох статей.

Учасники були розділені на дві вікові групи: 18-25 років (період юності та ранньої дорослості) та 26-45 років (період середньої дорослості). Поділ в даному випадку обґрунтовується психологічними особливостями формування особистості в різні вікові періоди. Особи віком 18-25 років знаходяться на етапі активного формування своєї ідентичності, включаючи гендерну. Цей період, як ми вже знаємо, характеризується інтенсивним пошуком себе, становленням життєвих цінностей та активним засвоєнням соціальних ролей. Згідно з віковою періодизацією Е. Еріксона, цей період відповідає стадії «рання дорослість», коли особистість вирішує конфлікт між інтимністю та ізоляцією, що безпосередньо пов'язано з формуванням гендерних ролей. Серед них 28 чоловіків та 22 жінки. У віковій групі 18-25 років представлено 17 чоловіків та 8 жінок, усього 25 осіб. У старшій віковій групі 26-45 років участь взяли 11 чоловіків та 14 жінок, що становить 25 осіб.

Теорія психосоціального розвитку Еріка Еріксона представляє собою фундаментальну системологію, яка має особливу цінність для дослідження формування гендерної ідентичності в контексті сучасних змін гендерних ідеалів. Еріксон розглядав розвиток особистості як процес проходження через

вісім психосоціальних стадій, кожна з яких характеризується певною кризою, вирішення якої формує відповідну чесноту та психосоціальну силу. Для нашого дослідження особливо важливими є стадії, що відповідають віковим групам 18-25 та 26-45 років.

Періоду юності та ранньої дорослості (18-25 років) відповідає шоста стадія за Еріксоном – «інтимність проти ізоляції». На цьому етапі молоді люди активно формують близькі стосунки, інтегрують свою ідентичність у партнерські та романтичні взаємини. Саме на цій стадії відбувається активне переосмислення та практична реалізація гендерних ролей у стосунках. Здатність формувати близькі, інтимні стосунки з іншими людьми залежить від успішного розв'язання попередньої кризи «ідентичність проти сплутаності ролей», під час якої формується стабільне відчуття власного «Я», включаючи гендерну ідентичність. Успішне вирішення кризи інтимності веде до розвитку чесноти любові та здатності до глибоких міжособистісних зв'язків, що безпосередньо впливає на те, як особистість реалізує свої гендерні ролі у взаємодії з іншими.

Період середньої дорослості (26-45 років) за системою Еріксона відповідає сьомій стадії – «генеративність проти стагнації». На цьому етапі особистість зосереджується на продуктивності, піклуванні про наступне покоління та внеску в суспільство. Гендерна ідентичність на цій стадії проявляється через реалізацію себе в професійній діяльності, батьківстві або наставництві. Важливо відзначити, що сучасні зміни в гендерних ідеалах особливо помітно впливають на осіб у цьому віковому діапазоні, оскільки традиційні уявлення про гендерні ролі в контексті батьківства, кар'єри та соціальної відповідальності трансформуються найбільш радикально. Успішне вирішення цієї кризи формує чесноту турботи, що проявляється в здатності піклуватися про інших без очікування безпосередньої винагороди, а невдача веде до зациклення на собі та стагнації.

У контексті нашого дослідження системологія Еріксона дозволяє глибше зрозуміти, яким чином зміни в сучасних гендерних ідеалах можуть

впливати на процес вирішення психосоціальних криз відповідних вікових періодів. Для молодшої вікової групи (18-25 років) можна припустити, що більш гнучкі та менш бінарні гендерні моделі сприятимуть формуванню більш автентичної ідентичності та, відповідно, здатності до формування здорових інтимних стосунків. Для старшої вікової групи (26-45 років) трансформація гендерних ідеалів може впливати на переосмислення традиційних шляхів реалізації генеративності, відкриваючи нові можливості для самореалізації та внеску в суспільство, що виходять за межі традиційних гендерних ролей.

Друга вікова група (26-45 років) відповідає періоду середньої дорослості, коли особистість вже має сформовані життєві цінності та соціальні ролі, але продовжує адаптуватися до змінних соціальних норм. За періодизацією Д. Левінсона, цей період включає «вік тридцяти» (30-40 років) та початок «середньої дорослості», коли особистість переглядає та корегує свої життєві цілі та соціальні ролі, включаючи гендерні.

Порівняння результатів між цими двома віковими групами дозволить виявити, як вплив сучасних гендерних змін на формування гендерної ідентичності відрізняється залежно від вікового періоду. Це особливо цінно для розуміння того, як люди, які знаходяться на різних етапах формування особистості, сприймають та інтегрують нові гендерні моделі у своє життя.

Методичний інструментарій склали наступні методики:

1. Шкала Сандри Бем.
2. Методика «Розподіл ролей у сім'ї» (Ю. Альошина, Л. Гозман, Є. Дубовська)
3. Методика М. Куна і Т. Макпартленда «Хто Я?»
4. Методика «Самооцінка психічних станів» за Г. Айзенком.

Методика, запропонована Сандрою Бем у 1974 році, використовує опитувальник для визначення маскулінності та фемінінності, а також для оцінювання андрогінності особистості. Відповіді на питання, що відносяться до маскулінності (такі як впевненість у собі, наполегливість, здатність до лідерства), та фемінінності (наприклад, співчуття, ніжність, емоційна

відкритість) оцінюються за шкалою балів. Сума балів для кожної категорії ділиться на 20 для визначення індексів маскулінності (M) і фемінінності (F).

Індекс IS розраховується як різниця між F та M, помножена на коефіцієнт 2,322. Значення IS в межах від -1 до +1 вказує на андрогінність, тобто здатність особистості виконувати як чоловічі, так і жіночі ролі, проявляти гнучкість у поведінці та адаптивність. Якщо індекс менший за -1, це свідчить про маскулінність, з акцентом на силу, рішучість і лідерські якості. Індекс вище +1 вказує на фемінінність, з перевагою емоційності, дбайливості та співчуття. Особливо високі або низькі значення індексу (більше +2,025 або менше -2,025) підкреслюють яскраво виражені маскулінні чи фемінінні риси відповідно.

Особистості, які набрали низькі бали за обома шкалами, характеризуються як статево нейтральні, що не мають виражених маскулінних чи фемінінних рис.

Статево-рольовий опитувальник (Ю. Альошина, Л. Гозман, Є. Дубовська), спроектований для аналізу розподілу ролей у сім'ї, є інструментом, який дозволяє виміряти ступінь участі чоловіка та дружини у різних сферах сімейного життя. Цей методичний підхід створений для того, щоб отримати детальне уявлення про те, як конкретні функції та обов’язки розподіляються між партнерами, а також для оцінки традиційних чи прогресивних моделей взаємин у парі. Опитувальник складається з ряду ситуативних питань, кожне з яких ставить перед учасником задачу визначити, хто з членів родини більше стосується тої чи іншої спільної діяльності.

У центрі опитувального процесу знаходиться принцип самоідентифікації особистості через вибір найбільш адекватної для неї відповіді. Учасники повинні обрати одну з чотирьох можливих опцій, які відображають різні ступені впливу одного чи обох партнерів на те чи інше сімейне питання. Наприклад, питання стосуються таких аспектів, як організація дозвілля, домашні обов’язки, емоційна підтримка, фінансова відповідальність, та інші важливі сфери сімейного життя. Такий підхід

дозволяє не лише встановити конкретні ролі, але й з’ясувати, як далеко партнери готові поділяти відповідальність за ті чи інші справи.

Методика "Двадцять тверджень" або "Хто я?" створена М. Куном та Т. Макпартлендом, використовується для аналізу самоідентичності особистості, включаючи когнітивні, ціннісно-мотиваційні, афективні та поведінкові аспекти. Вона є популярним засобом для дослідження різних видів ідентичності, такі як статевої, гендерної, вікової, етнічної, сімейної, професійної та інших форм самоідентифікації. Використовуючи вільні самоописи, що піддаються контент-аналітичній обробці, методика дозволяє аналізувати як самоопис, так і ставлення особистості до себе, виражене у власних словах. Цей підхід має як переваги, так і недоліки, зокрема складнощі з самоописом і неоднозначність інтерпретацій. Тест використовується не лише в дослідницьких, але й у психотерапевтичних та корекційних цілях, з його допомогою проводяться консультації і тренінги в психотерапевтичних групах.

Методика «Самооцінка психічних станів», розроблена та запропонована Гансом Юргеном Айзенком, представляє собою психодіагностичний інструмент для визначення основних психічних станів особистості. Автор методики є відомим англійським психологом, одним з провідних представників біологічного напряму в психології та творцем факторної теорії особистості. Дана методика спрямована на оцінювання чотирьох ключових психічних станів: тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності, які є важливими індикаторами загальних адаптивних можливостей людини.

Структура методики включає сорок тверджень, які описують різноманітні психічні стани та поведінкові прояви. Респонденти оцінюють відповідність кожного твердження своєму психічному стану за трибальною шкалою, де два бали відповідають частому прояву описаного стану, один бал вказує на рідкісне виникнення, а нуль балів означає повну невідповідність твердження особистісним характеристикам респондента. Структурно анкета організована у чотири блоки по десять питань кожен, що дозволяє окремо оцінювати кожен із досліджуваних психічних станів.

Перший блок питань спрямований на діагностику тривожності як схильності до переживання емоційного напруження у різних життєвих ситуаціях. Другий блок присвячений оцінці фрустрації, яка розуміється як психологічний стан зростаючого емоційно-вольового напруження, що виникає в конфліктних ситуаціях. Третій блок питань діагностує агресивність як схильність до активного протистояння та конфронтації. Четвертий блок оцінює ригідність, тобто тенденцію до збереження власних стереотипів мислення та нездатність змінювати сформовані точки зору.

Інтерпретація результатів за шкалою тривожності передбачає три рівні: від нуля до семи балів вказує на низький рівень тривожності, від восьми до чотирнадцяти балів відповідає середньому, допустимому рівню тривожності, а від п'ятнадцяти до двадцяти балів свідчить про високий рівень тривожності. Шкала фрустрації має специфічну інтерпретацію: низькі бали від нуля до семи свідчать про високу самооцінку та стійкість до невдач, середні показники від восьми до чотирнадцяти балів вказують на помірний рівень самооцінки із присутністю фрустрації, а високі бали від п'ятнадцяти до двадцяти характеризують низьку самооцінку та схильність уникати труднощів.

Оцінка агресивності здійснюється за традиційною схемою: низькі бали від нуля до семи характеризують спокійних та стриманих осіб, середні показники від восьми до чотирнадцяти балів відповідають помірному рівню агресії, а високі бали від п'ятнадцяти до двадцяти свідчать про підвищену агресивність та можливі труднощі у міжособистісних стосунках. Шкала ригідності також має три рівні: від нуля до семи балів вказує на відсутність ригідності, від восьми до чотирнадцяти балів характеризує середній рівень, а від п'ятнадцяти до двадцяти балів свідчить про сильно виражену ригідність. Методика належить до типу «олівець-папір» та допускає як групове, так і індивідуальне застосування. Судження методики відібрані на основі результатів оцінки надійності та валідності, що забезпечує високу якість психодіагностичних показників. Час заповнення бланку не фіксується, що дозволяє респондентам ретельно обміркувати свої відповіді. Методика

використовується як самостійний клініко-психологічний інструмент, так і у складі комплексних психодіагностичних процедур разом з іншими методиками подібного спрямування.

2.2. Емпіричний аналіз дослідження

Проводячи дослідження, ми отримали наступні результати. Результати проведеного дослідження за допомогою опитувальника С. Бем дозволяють зробити суттєві висновки щодо особливостей формування гендерної ідентичності у представників різних вікових груп. Аналіз даних виявляє значні відмінності між віковими категоріями 18-25 років та 26-45 років, що підтверджує теоретичні положення про вплив сучасних трансформацій гендерних ідеалів на формування особистості.

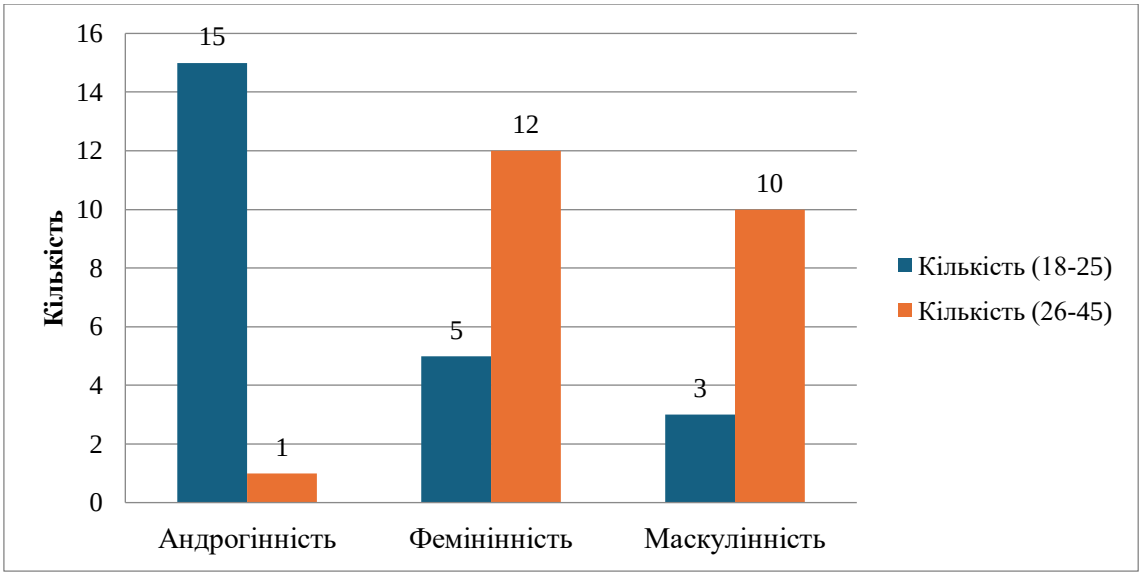


Рис. 2.1 Розподіл гендерної ідентичності за С. Бем

У віковій групі 18-25 років спостерігається виразна тенденція до гнучкості гендерної ідентичності. Більшість респондентів цієї групи (68%) демонструють андрогінний тип гендерної ідентичності, що свідчить про збалансоване поєднання маскулінних і фемінінних рис. Це пояснюється тим, що молоді люди, які знаходяться на стадії активного формування ідентичності за Еріксоном (стадія "інтимність проти ізоляції"), більш відкриті до сприйняття сучасних трансформацій гендерних ролей. Фемінінний тип ідентичності у цій групі представлений у 20% учасників, маскулінний – у 12%,

що демонструє певну перевагу традиційних фемінінних рис, але загалом досить збалансований розподіл. Важливим спостереженням є наявність у групі респондентів з небінарною гендерною ідентичністю, що підтверджує більшу відкритість молодшого покоління до різноманітних форм гендерного самовираження.

На противагу цьому, у віковій групі 26-45 років спостерігається значно чіткіша бінарність гендерної ідентичності. Лише 4% респондентів цієї групи демонструють андрогінний тип ідентичності, тоді як розподіл між фемінінним і маскулінним типами майже ідеально збалансований – по 48% відповідно. Такий розподіл відображає більш традиційне сприйняття гендерних ролей у представників старшої вікової групи, які соціалізувалися в період, коли бінарна гендерна модель була домінуючою. Згідно з теорією Еріксона, ця вікова група знаходиться на стадії «генеративність проти стагнації», коли особистість вже має сформовані життєві цінності та соціальні ролі, що робить процес адаптації до нових гендерних моделей більш складним і тривалим:

Аналіз результатів методики «Розподіл ролей у сім'ї» демонструє вагомі відмінності у гендерному розподілі ролей між респондентами двох вікових груп: 18-25 років та 26-45 років. Ці відмінності підтверджують та розширюють результати, отримані за методикою С. Бем стосовно гендерної ідентичності (рис. 2.2):

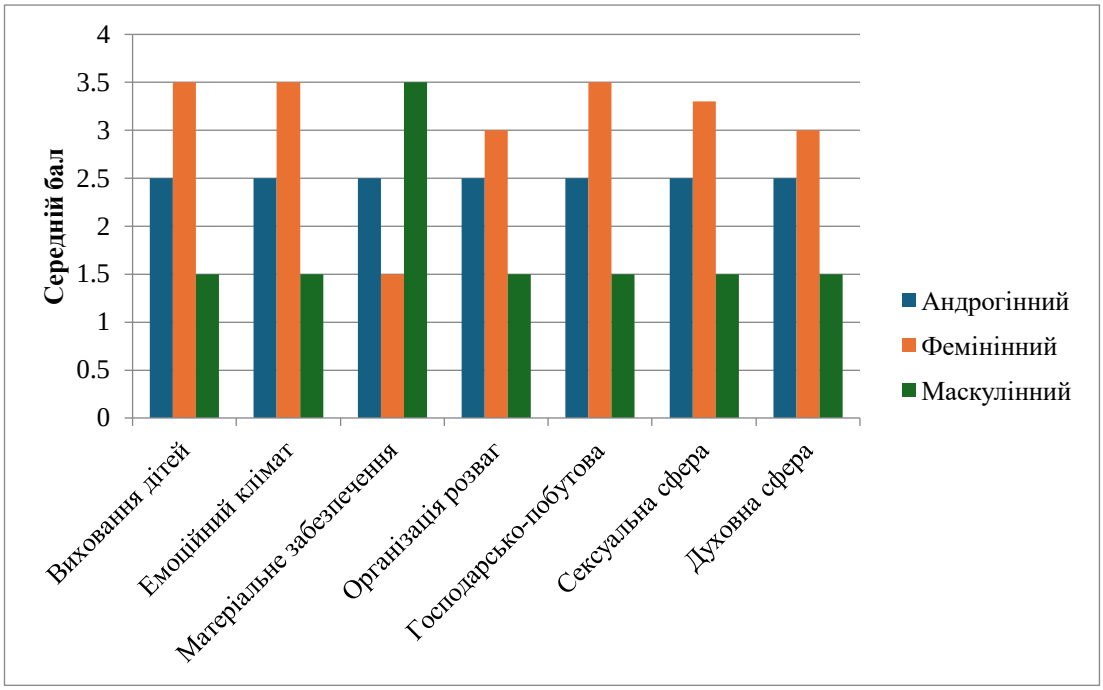


Рис. 2.2 Розподіл сімейних ролей у молодшої вікової групи

У віковій групі 18-25 років спостерігається чітка тенденція до егалітарності у розподілі сімейних ролей, що узгоджується з високим відсотком андрогінної гендерної ідентичності (68% респондентів). Середні значення за всіма ролями у представників з андрогінною ідентичністю коливаються в межах 2,3-2,7 бала, що свідчить про відносно рівномірний розподіл обов'язків між партнерами без вираженої гендерної поляризації. У цій віковій групі навіть респонденти з маскулінним та фемінінним типами гендерної ідентичності демонструють менш радикальну диференціацію ролей порівняно зі старшою віковою групою (рис. 2.2)

Особливо показовими є результати за шкалою «Матеріальне забезпечення», де респонденти з андрогінною ідентичністю віддають перевагу рівноправному розподілу, тоді як маскулінні типи беруть на себе більшу відповідальність (середні бали 3,3-3,7), а фемінінні типи демонструють меншу активність у цій сфері (середні бали 1,3-1,7). Подібні, хоч і менш виражені тенденції, спостерігаються й у сфері виховання дітей, де респонденти з фемінінною ідентичністю проявляють вищу залученість.

Особливу увагу привертає сфера емоційного клімату, де спостерігається найбільша поляризація: респонденти з фемінінною ідентичністю старшої

вікової групи беруть на себе максимальну відповідальність (середні бали 3,3-3,7), тоді як респонденти з маскулінною ідентичністю демонструють мінімальну залученість (середні бали 1,3-1,7) на рис. 2.3:

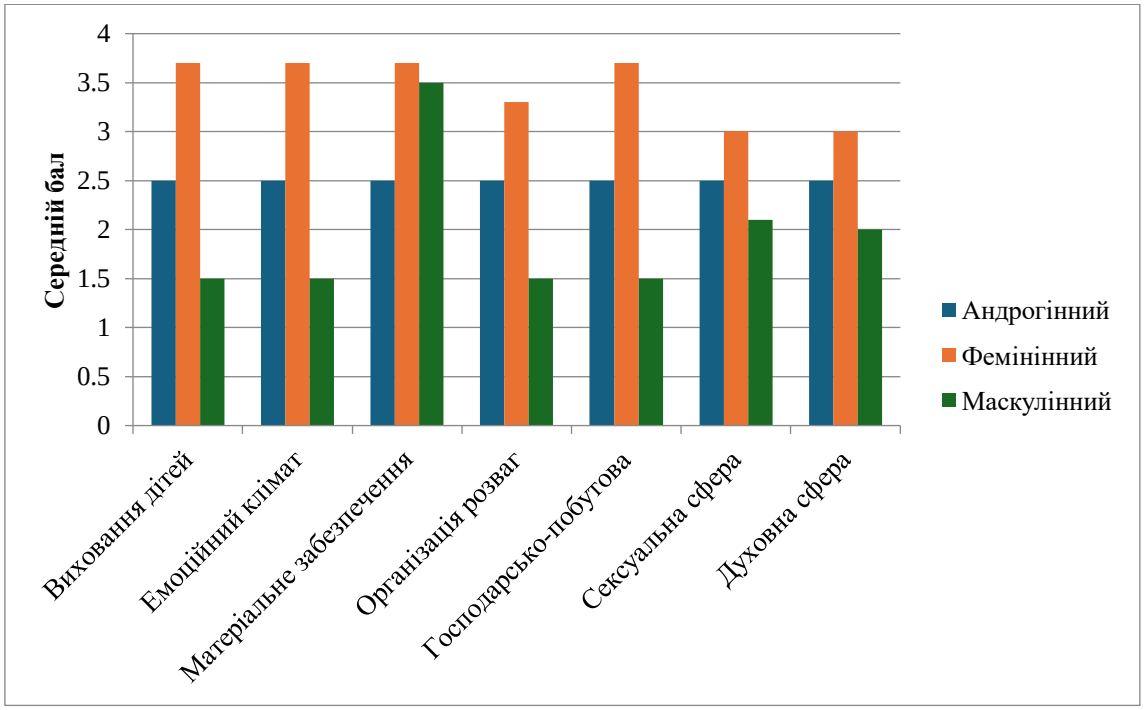


Рис. 2.3 Розподіл ролей у старшої вікової групи

Далі були проаналізовані результати методики «Самооцінка психічних станів» (рис. 2.4):

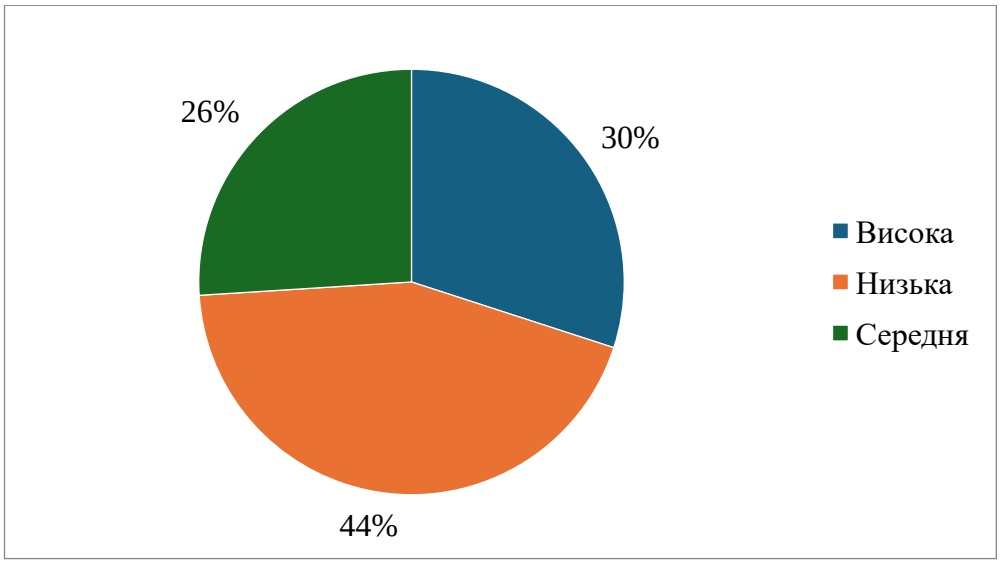


Рис. 2.4 Результати методики «Самооцінка психічних станів» (рівні тривожності)

Результати методики «Самооцінка психічних станів» за Г. Айзенком демонструють характерні особливості емоційного стану респондентів

досліджуваної вибірки. Аналіз показників тривожності свідчить про домінування середнього рівня тривожності серед учасників дослідження, що складає 44% від загальної кількості респондентів. Даний показник відображає помірну напруженість емоційного стану, яка характерна для процесів адаптації до змінних соціальних умов та переосмислення гендерних ролей у сучасному суспільстві. Високий рівень тривожності зафіксовано у 40% респондентів, що свідчить про значну частку осіб із підвищеною емоційною напруженістю. Підвищена тривожність часто супроводжує процеси формування та трансформації гендерної ідентичності, особливо в контексті сучасних змін гендерних ідеалів та норм. Респонденти з високим рівнем тривожності переживають більш інтенсивні емоційні стани, пов'язані з невизначеністю щодо власної ролі у суспільстві та відповідності новим гендерним очікуванням. Низький рівень тривожності виявлено лише у 16% учасників, що вказує на відносно невелику частку осіб із стабільним емоційним станом.

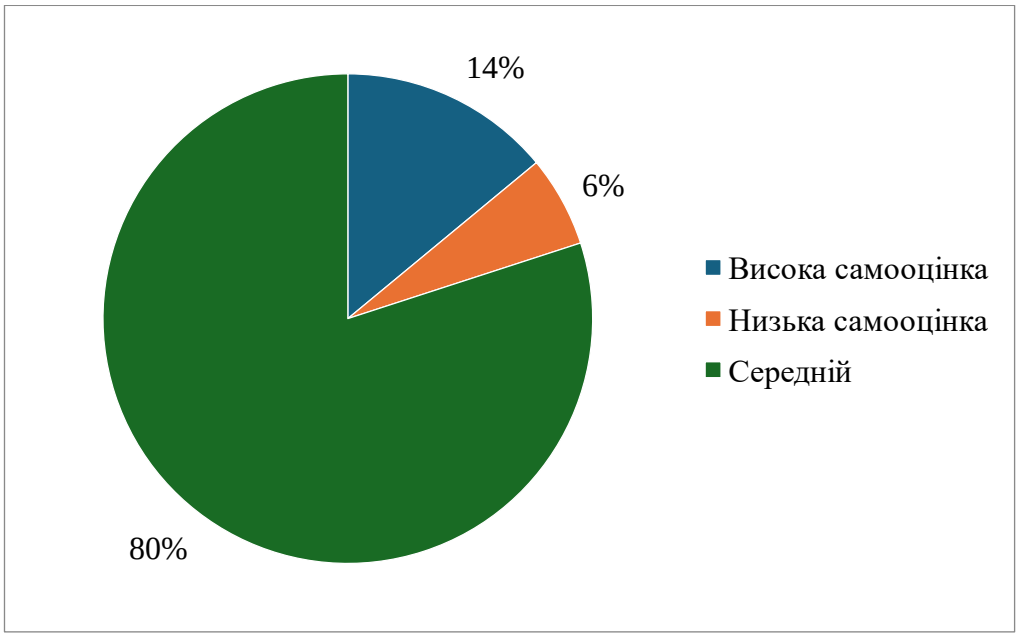


Рис. 2.5 Результати методики «Самооцінка психічних станів» (рівні фрустрації)

Розподіл показників фрустрації характеризується переважанням середнього рівня, який становить 80% від загальної кількості респондентів. Фрустрація на середньому рівні відображає природну реакцію на перешкоди

та труднощі у досягненні особистих цілей, що особливо актуально для процесів самоідентифікації та гендерного самовизначення. Респонденти з середнім рівнем фрустрації переживають помірне незадоволення від неможливості повністю реалізувати свої прагнення щодо гендерної ролі або соціального статусу. Високий рівень фрустрації притаманний 14% учасників дослідження, що свідчить про наявність значних перешкод у реалізації особистих прагнень. Підвищена фрустрація часто виникає внаслідок конфлікту між традиційними гендерними очікуваннями та сучасними можливостями самореалізації. Низький рівень фрустрації зафіксовано у 6% респондентів, що вказує на їхню здатність ефективно долати перешкоди та адаптуватися до змінних умов.

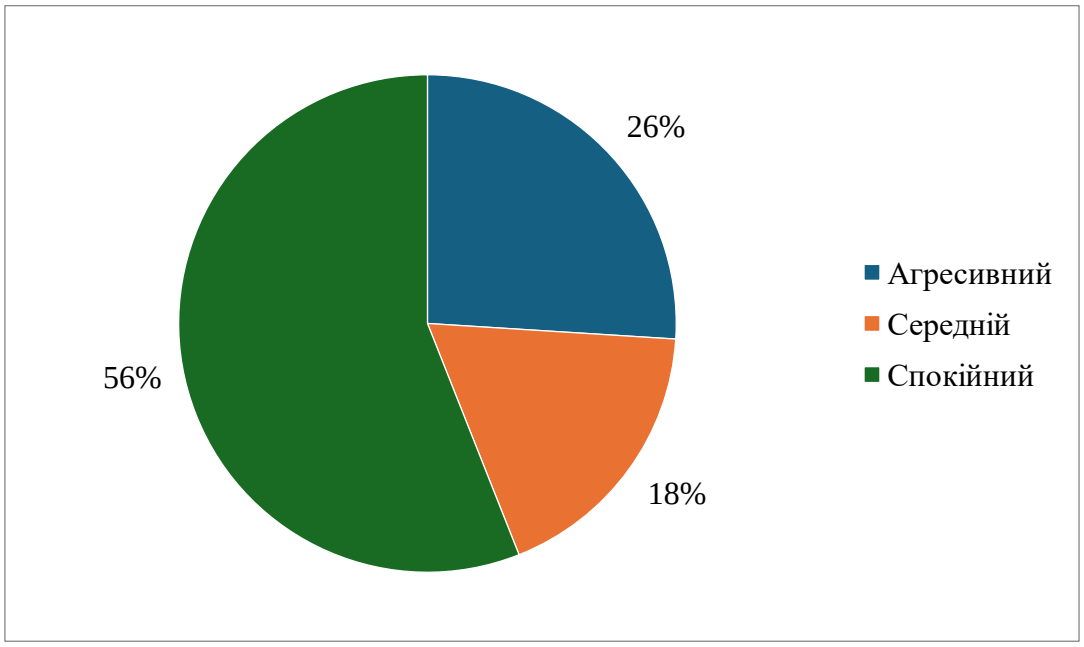


Рис. 2.6 Результати методики «Самооцінка психічних станів» (рівні агресивності)

Аналіз показників агресивності виявляє домінування середнього рівня агресивності у 48% респондентів. Помірна агресивність відображає природну здатність до самоствердження та захисту власних інтересів, що є важливим компонентом формування стабільної гендерної ідентичності. Респонденти з середнім рівнем агресивності демонструють здатність відстоювати свої переконання щодо гендерних ролей без надмірної конфліктності. Високий рівень агресивності характерний для 32% учасників, що свідчить про

підвищену готовність до конфронтації та активного відстоювання власної позиції. Підвищена агресивність частіше проявляється у ситуаціях, пов'язаних із захистом власної гендерної ідентичності від соціального тиску або критики. Низький рівень агресивності притаманний 20% респондентів, що відображає їхню схильність до компромісів та уникнення конфліктних ситуацій.

Виявлені показники агресивності у значної частини респондентів вказують на необхідність впровадження спеціалізованих психокорекційних методик для оптимізації рівня агресивності у процесі формування гендерної ідентичності. Респонденти з високим рівнем агресивності потребують застосування методів когнітивно-поведінкової терапії, спрямованих на розвиток навичок емоційної саморегуляції та конструктивного вирішення конфліктів. Групова психотерапія та тренінги асертивності допомагають учасникам навчитися відстоювати власні переконання щодо гендерних ролей без використання деструктивних форм поведінки.

Особливо важливими є методики розвитку емпатії та комунікативних навичок, які сприяють формуванню здатності до діалогу та взаєморозуміння у питаннях гендерної ідентичності. Техніки релаксації та управління стресом допомагають знизити загальний рівень емоційного напруження, що часто лежить в основі агресивних проявів при захисті власної гендерної позиції. Методики арт-терапії та експресивної терапії дозволяють респондентам знайти альтернативні способи вираження своїх переживань та конфліктів, пов'язаних із гендерною ідентичністю.

Важливим напрямком роботи є застосування методик психоедукації, які допомагають учасникам краще зрозуміти власні емоційні реакції та розвинути стратегії конструктивного реагування на соціальний тиск. Індивідуальні консультації з психологом дозволяють працювати з особистими травмами та конфліктами, які часто стають причиною підвищеної агресивності при формуванні гендерної ідентичності. Методики майндфулнес та усвідомленості сприяють розвитку здатності до самоспостереження та

контролю над імпульсивними реакціями, що є ключовим для зниження рівня агресивності у міжособистісних стосунках.

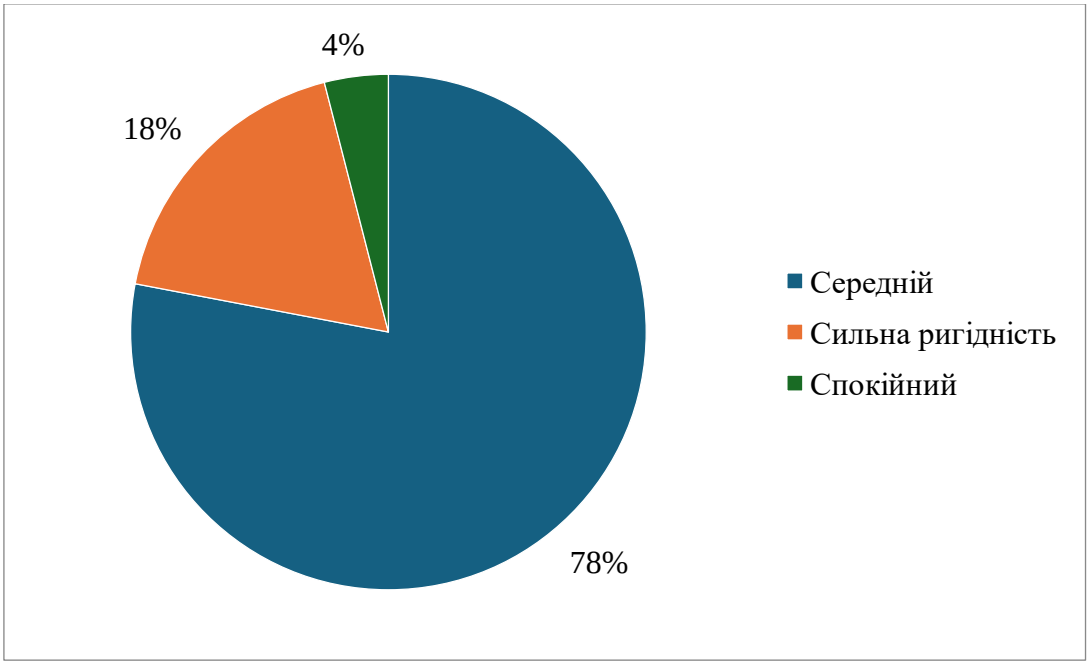


Рис. 2.7 Результати методики «Самооцінка психічних станів» (рівні ригідності)

Показники ригідності демонструють найбільш виражену тенденцію до високого рівня, який становить 52% від загальної кількості респондентів. Підвищена ригідність свідчить про схильність до стереотипного мислення та труднощі в адаптації до нових обставин. У контексті гендерної ідентичності висока ригідність відображає прихильність до традиційних гендерних ролей та опір змінам у гендерних нормах суспільства.

Середній рівень ригідності зафіксовано у 32% учасників, що вказує на помірну гнучкість мислення та здатність до поступової адаптації. Низький рівень ригідності притаманний лише 16% респондентів, що свідчить про їхню високу адаптивність та готовність до сприйняття нових гендерних моделей.

На основі отриманих результатів створимо кореляційний аналіз (табл. 2.1):

Табл. 2.1

Кореляційний аналіз показників

Показник	**Тривожність**	**Фрустрація**	**Агресивність**	**Ригідність**	**Маскулінність**	**Фемінінність**	**Сімейні ролі**
Тривожність	1,000	,312*	-,458**	,267	-,389*	,445**	-,234
	.	,038	,008	,089	,022	,006	,156
	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50
Фрустрація	,312*	1,000	-,201	,378*	-,289*	,356*	-,178
	,038	.	,267	,025	,052	,031	,334
	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50
Агресивність	-,458**	-,201	1,000	-,145	,567**	-,623**	,423*
	,008	,267	.	,421	,003	,001	,014
	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50
Ригідність	,267	,378*	-,145	1,000	-,234	,298*	-,089
	,089	,025	,421	.	,156	,045	,567
	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50
Маскулінність	-,389*	-,289*	,567**	-,234	1,000	-,789**	,634**
	,022	,052	,003	,156	.	<,001	,001
	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50
Фемінінність	,445**	,356*	-,623**	,298*	-,789**	1,000	-,567**
	,006	,031	,001	,045	<,001	.	,003
	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50
Сімейні ролі	-,234	-,178	,423*	-,089	,634**	-,567**	1,000
	,156	,334	,014	,567	,001	,003	.
	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50	N=50

Аналіз продемонстрував сильну негативну кореляцію між маскулінністю та фемінінністю (r = -,789**), що свідчить про чітке розмежування гендерних ролей у досліджуваній вибірці та підтверджує концепцію гендерної поляризації. Саме тому спостерігається тенденція до формування протилежних гендерних профілів, де домінування маскулінних характеристик автоматично призводить до зниження фемінінних проявів і

навпаки. Аналізуючи взаємозв'язок тривожності з гендерною ідентичністю, виявлено позитивну кореляцію з фемінінністю (r = ,445**) та негативну з маскулінністю (r = -,389*), через що формується стійка закономірність емоційного реагування залежно від гендерної орієнтації. Тобто, формування фемінінної ідентичності супроводжується підвищенням рівня тривожності, тоді як маскулінна ідентичність характеризується більшою емоційною стабільністю та нижчим рівнем тривожних переживань.

При цьому аналіз агресивності демонструє протилежну тенденцію - сильну позитивну кореляцію з маскулінністю (r = ,567**) та негативну з фемінінністю (r = -,623**), що підтверджує традиційні уявлення про гендерні особливості поведінкових реакцій. Саме тому особи з вираженою маскулінною ідентичністю схильні до більш агресивних форм поведінки, тоді як фемінінна ідентичність асоціюється з менш агресивними проявами. Аналізуючи фрустрацію, бачим її позитивну кореляцію з ригідністю (r = ,378*), через що формується взаємообумовлений комплекс психологічних станів. Тобто, формування фрустраційних переживань супроводжується зростанням психічної ригідності, що створює замкнене коло негативних емоційних станів. Результати методики визначення сімейних ролей продемонстрували їх сильну позитивну кореляцію з маскулінністю (r = ,634**) та негативну з фемінінністю (r = -,567**), що відображає традиційний розподіл ролей у сімейній системі, тож особи з вираженою маскулінною ідентичністю частіше орієнтуються на традиційні сімейні ролі, тоді як фемінінна ідентичність асоціюється з більш егалітарними підходами до сімейних відносин.

Аналізуючи взаємозв'язок психологічних станів, тривожність та фрустрація демонструють позитивну кореляцію (r = ,312*), через що формується синдром емоційної дестабілізації. Формування тривожних переживань супроводжується зростанням фрустраційної напруги, що призводить до загального погіршення психоемоційного стану особистості.

Для покращення розуміння цілісної картини вибірки створимо кореляційний аналіз за віковими групами (табл. 2.2):

Табл. 2.2

Кореляційний аналіз (група 18-26 років)

Показник	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність	Маскулінність	Фемінність	Сімейні ролі
Тривожність	**1,000**	-0.422*	0.245	-0.436*	0.388	-0.388	0.303
Фрустрація	-0.422*	**1,000**	-0.142	0.313	0.095	-0.095	-0.214
Агресивність	0.245	-0.142	**1,000**	-0.052	0.155	-0.155	0.223
Ригідність	-0.436*	0.313	-0.052	**1,000**	-0.353	0.353	-0.273
Маскулінність	0.388	0.095	0.155	-0.353	**1,000**	**-1.000****	0.445*
Фемінінність	-0.388	-0.095	-0.155	0.353	**-1.000****	**1,000**	-0.445*
Сімейні ролі	0.303	-0.214	0.223	-0.273	0.445*	-0.445*	**1,000**

Молодша вікова група демонструє високу інтенсивність та динамічність психологічних зв'язків, що відображає активний процес формування особистісної ідентичності. Особливо виражені негативні кореляції між тривожністю та фрустрацією, а також між тривожністю та ригідністю, що свідчить про гнучкість психічних процесів у цьому віці та здатність до швидкої адаптації в стресових ситуаціях. Водночас спостерігається чітка поляризація гендерних характеристик із сильним негативним зв'язком між маскулінністю та фемінінністю, що може вказувати на процес активного самовизначення та пошуку власної гендерної ідентичності.

Важливою особливістю цієї групи є значущий позитивний зв'язок між маскулінністю та сімейними ролями, що може відображати традиційні уявлення про гендерні ролі в сім'ї, характерні для молодих людей. Загалом,

кореляційна структура молодшої групи характеризується більшою мінливістю та інтенсивністю зв'язків, що є природним для періоду активного особистісного становлення та пошуку власного місця в суспільстві.

Табл. 2.3

Кореляційний аналіз (група 26-45 років)

Показник	**Тривожність**	**Фрустрація**	**Агресивність**	**Ригідність**	**Маскулінність**	**Фемінність**	**Сімейні ролі**
Тривожність	**1,000**	0.335	-0.332	-0.214	**-0.832****	**0.832****	0.664**
Фрустрація	0.335	**1,000**	-0.195	0.338	-0.315	0.315	0.207
Агресивність	-0.332	-0.195	**1,000**	0.084	0.552**	-0.552**	-0.568**
Ригідність	-0.214	0.338	0.084	**1,000**	0.136	-0.136	0.019
Маскулінність	**-0.832****	-0.315	0.552**	0.136	**1,000**	**-1.000****	**-0.761****
Фемінінність	**0.832****	0.315	-0.552**	-0.136	**-1.000****	**1,000**	**0.761****
Сімейні ролі	0.664**	0.207	-0.568**	0.019	**-0.761****	**0.761****	**1,000**

Старша вікова група характеризується більш збалансованою та стабільною системою психологічних зв'язків, що відображає зрілість особистості та сформованість основних особистісних структур. Найбільш виражені кореляції спостерігаються між тривожністю та гендерними характеристиками, зокрема сильний негативний зв'язок з маскулінністю та позитивний з фемінінністю, що може свідчити про більш диференційоване сприйняття власних емоційних реакцій в контексті гендерної ідентичності.

Висновки до другого розділу.

Отже, в даному дослідження ми дійшли наступних висновків. Вікові особливості відіграють ключову роль у формуванні гендерної ідентичності та розподілі сімейних ролей у сучасному українському суспільстві. Молодше покоління (18-25 років) демонструє виражену тенденцію до гендерної гнучкості, що проявляється у домінуванні андрогінного типу ідентичності та егалітарному підході до розподілу сімейних обов'язків. Старше покоління (26-45 років) зберігає більш консервативні погляди на гендерні ролі, що відображається у чіткій поляризації між маскулінними та фемінінними типами ідентичності та традиційному розподілі сімейних функцій. Особливо показовою є сфера емоційного клімату, де спостерігається максимальна гендерна диференціація, що підтверджує стійкість стереотипних уявлень про «жіночі» та «чоловічі» ролі у цій віковій категорії.

Кореляційний аналіз продемонстрував системний характер взаємозв'язку між гендерною ідентичністю та психоемоційним станом особистості, де гендерна поляризація виступає організуючим принципом формування психологічного профілю. Виявлена сильна негативна кореляція між маскулінністю та фемінінністю (r = -,789**) підтверджує традиційну дихотомію гендерних ролей, яка детермінує специфіку емоційного реагування - маскулінна ідентичність асоціюється з емоційною стриманістю, нижчим рівнем тривожності та підвищеною агресивністю, тоді як фемінінна ідентичність характеризується емоційною чутливістю, схильністю до тривожних та фрустраційних переживань. Встановлені кореляційні зв'язки між психологічними станами та орієнтацією на традиційні сімейні ролі свідчать про те, що гендерна ідентичність не лише визначає індивідуальні особливості емоційного функціонування, але й формує соціальні настанови особистості щодо міжособистісних відносин. Таким чином, гендерна ідентичність функціонує як інтегративний механізм, який синхронізує психоемоційні, поведінкові та соціальні аспекти особистісного

функціонування, створюючи цілісний психологічний профіль, що відповідає соціокультурним очікуванням щодо гендерних ролей.

ВИСНОВКИ

Отже, в кваліфікаційній роботі ми надали відповіді на поставлені завдання:

1. Провели теоретичний аналіз науково-психологічної літератури щодо гендерної ідентичності, який дозволив встановити, що формування гендерної свідомості є складним багатоетапним процесом, що відбувається під впливом біологічних, психологічних та соціокультурних факторів. Аналіз теоретичних джерел підтвердив важливість концепції Сандри Бем щодо андрогінності як оптимального варіанта гендерної ідентичності, а також теорії Еріксона про вікові особливості формування особистісної ідентичності.

2. Визначили вплив соціального середовища та сімейних стереотипів на формування гендерної ідентичності через аналіз методики "Розподіл ролей у сім'ї". Встановлено, що молодша вікова група (18-25 років) демонструє егалітарний підхід до розподілу сімейних обов'язків з середніми значеннями 2,3-2,7 бала за всіма ролями у респондентів з андрогінною ідентичністю. Старша група (26-45 років) зберігає традиційний розподіл ролей, особливо в сфері емоційного клімату, де спостерігається максимальна поляризація між гендерними типами.

3. Оцінили сучасні ідеали маскулінності та фемінінності та їхній вплив на самоідентифікацію через застосування опитувальника С. Бем. Виявлено, що 68% молодих респондентів демонструють андрогінний тип ідентичності, що свідчить про трансформацію традиційних гендерних ідеалів та прийняття збалансованого поєднання маскулінних і фемінінних рис. У старшій віковій групі лише 4% респондентів мають андрогінну ідентичність, а 96% розподіляються між традиційними маскулінним та фемінінним типами.

4. Дослідили трансформацію гендерних ролей та її наслідки для психологічного стану особистості через аналіз показників тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності за методикою Г. Айзенка. Кореляційний аналіз продемонстрував сильну негативну кореляцію між маскулінністю та

фемінінністю (r = -0,789), позитивну кореляцію фемінінності з тривожністю (r = 0,445) та маскулінності з агресивністю (r = 0,567). Встановлено, що трансформація гендерних ролей супроводжується підвищенням рівня тривожності у 40% респондентів та ригідності у 52% учасників дослідження, що вказує на психологічні труднощі адаптації до змінних гендерних норм.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бачинська Н.В., Забіяко Ю.О., Шуба В.О. Вивчення гендерної ідентифікації особистості студентів вузів 17-22 років. *Науковий журнал «Молодий вчений».* № 2 (54) лютий, 2018. С. 220-222.

2. Боровцова М. С. Гендерна ідентичність особистості: теоретичний аналіз. *Вісник Одеського національного університету. Психологія.* 2011. № 17. С. 19-29.

3. Гербут В.С. Еволюція змісту права на гендерну ідентичність в судовій практиці Європейського суду з прав людини. *Закарпатські правові читання : матеріали XI Міжнародної науково-практичної конференції (11–31 квітня 2019 р., м. Ужгород).* Ужгород: РІК-У, 2019. 372 с.

4. Грисенко Н. В. Ставлення до себе та світу як фактори задоволеності життям молоді. *Молодий вчений*. 2018. №11. С. 626 – 631.

5. Довгань, І. А. Фактори, що впливають на формування особистості підлітка. *Педагогічна освіта і наука,* 2018. №10, С. 112-128;

6. Заграй Л.Д. Наративна ідентичність: механізми її формування. *Журнал Прикарпатського університету імені Василя Стефаника*. 2020. Т. 7. № 2. С. 85–91.

7. Мартиненко Л. Б. Засади формування психології гендеру. Підручник. 12 с. 2023.

8. Макарова О.П. Гендерна освіта, як профілактика гендерно зумовленого насильства Донецький юридичний інститут МВС України: освітні традиції, перевірені часом: матеріали *Міжнародної науково-практичної конференції. Донецький юридичний інститут МВС України*. К.: ТОВ «Компанія ВАІТЕ», 2021. С. 235-238.

9. Медвідь О.О. Основні принципи правової політики у сфері гендерної ідентичності. *Журнал східноєвропейського права*. 2020. № 78. С. 126–132.

10. Руденко Л. А. Міжособистісні стосунки як чинник соціального

становлення особистості. *Наукові записки УКУ. Ч. 4: Педагогіка. Психологія,* 1. 2014. С. 198-207.

11. Іванова Т. В., Карч М. О. Гендерна ідентичність як мультиваріативний феномен. Сумський державний університет. С. 28-33. 2021.

12. Уварова О.О. Права жінок та гендерна рівність : навчальний посібник. Київ, 2018. 204 с.

13. Струс Л. Гендерна ідентичність особи. Evropský politický a právní diskurz. 2019. Sv. 6, Vyd. 5. С. 51–55.

14. Скиба Е. Гендерна ідентичність як прояв владних відносин. Наукові записки Національно-го університету «Острозька академія». Серія: Культурологія. 2017. Вип. 18. С. 242-243.

15. Степанова Л. Г. Психологічна діагностика гендерних характеристик особистості. Мозир: Сприяння, 2006. 72 с

16. Камінська Н.В., Чернявський С.С., Перунова О. С. Засади розуміння гендеру та гендерної рівності: лекція. Київ: Нац. акад. внутр . справ, 2020. 20 с. URL: https://dsns.gov.ua/upload/9/5/8/0/2020 - 5 - 20 - 112 - lekciya - 1.pdf

17. Гендер для всіх. Виклик стереотипам / Т. Марценюк; за участі О. Богдан. Київ: Основа, 2017. 256 с.

18. Ashley, F. (2023). What is it like to have a gender identity? Mind, 132(528), 1053–1073. https://doi.org/10.1093/mind/fzac071

19. Ashley F. Thinking an ethics of gender exploration: against delaying transition for transgender and gender creative youth. Clin Child Psychol Psychiatry. 2019;24(2):223-236 [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30968720/

20. Ayala, F. J., & Cela-Conde, C. J. (2018). Chapter 3 - Art and brain coevolution. In J. F. Christenrisen & A. Gomila (Eds.), Progress in brain research (Vol. 237, pp. 41–60). essay, Elsevier.

21. Bourdieu, P., et al. (2002). The weight of the world: social suffering in

contemporary society. Cambridge: Polity.

22. Boytos, A. S., Costabile, K. A., Austin, A. B., & Short, K. A. (2020). Feminism, gender, and agentic and communal themes in narrative identity. Sex Roles, 83(1), 54-63.

23. Bettcher, T. M. (2019). THROUGH THE LOOKING GLASS: Trans Theory Meets Feminist Philosophy. In A. Garry, S. J. Khader, & A. Stone (Eds.), The routledge compation to feminist philosophy (pp. 393–404). essay, Routledge.

24. Bem, S. L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. Psychological Review, 88(4), 354-364.

25. Bem, S. L. (1983). Gender schema theory and its implications for child development: Raising gender-aschematic children in a gender-schematic society. Signs: Journal of Women in Culture and Society, 8(4), 598-616.

26. Starr, C. R., & Zurbriggen, E. L. (2016). Sandra Bem's gender schema theory after 34 years: A review of its reach and impact. Sex Roles, 76(9-10), 566-578.

27. Hyde, J. S. (2019). The multiple dimensions of gender stereotypes: A current look at men's and women's characterizations of others and themselves. Frontiers in Psychology, 10, 11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00011

28. Donets,A.A. (2017). Osoblyvosti formuvannia hendernoi identychnosti osobystosti u pidlitkovomu vitsi[Particularities of the formulation of gender identity of particularity in the elderlyperson].Molodyivchenyi.7(2),162-164.Retrievedfrom: http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2019/7.1/7.pdf[in Ukrainian].

29. Fine, C. & Sojo, V. (2019). Women's value: beyond the business case for diversity and inclusion. The Lancet, 393(10171), 515 p.

30. Kohler R., Ehrt J. Legal Gender Recognition in Europe: Toolkit. Second Revised Edition. 2016. 52 p.

31. Martin, C. L., Cook, R. E., & Andrews, N. C. Z. Reviving androgyny: A modern day perspective on flexibility of gender identity and behavior. Sex Roles. Advance online publication. 2016. doi:10.1007 /s11199-016-0602-5.

32. Mehta, C. M. Gender in context: Considering variability in Wood and

Eagly's traditions of gender identity. Sex Roles.2015. 73(11–12), 490–496. doi:10.1007/s11199-015-0535-4.1

33. Menon, M. Multidimensional gender identity and gender-typed relationship styles in adolescence. Sex Roles. 2016. Advance online publication. doi:10.1007/s11199-016-0589-y

34. van Breen J. A., Spears R., Kuppens T. et al. A multiple identity approach to gender: identification with women, identification with feminists, and their interaction. Sec. Personality and Social Psychology. 2017. Vol. 8. URL: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01019

35. Статево-рольовий опитувальник С. Бем. Електронний ресурс. Режим доступу: https://www.eztests.xyz/tests/gender_bsri/

36. Гендерна ідентичність. Електронний ресурс. Режим доступу: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D1%96%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C

37. Методика «Розподіл ролей в сім'ї». Електронний ресурс. Режим доступу: https://studfile.net/preview/5484792/

38. Гендерна дисфорія. Електронний ресурс. Режим доступу: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D0%B4%D0%B8%D1%81%D1%84%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%8F

39. Гендерна варіантивність. Електронний ресурс. Режим доступу: https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B0_%D0%B2%D0%B0%D1%80%D1%96%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C

40. Методика М.Куна і Т. Макпартленда «Хто я?». Режим доступу: https://stud.com.ua/75548/menedzhment/metodi_analizu_osoblivostey_identichnosti#google_vignette

ДОДАТКИ

Додаток А

Відповіді респондентів за методикою «Розподіл ролей у сім'ї» (Ю. Альошина, Л. Гозман, Є. Дубовська)

Вікова група 18-25 років

№	Виховання дітей (9+13+14)/3	Емоційний клімат (2+15+18)/3	Матеріальне забезпечення (19+3+16)/3	Організація розваг (20+8+4)/3	Господарсько-побутова (17+5+21)/3	Сексуальна сфера (10+6+11)/3	Духовна сфера (1+7+12)/3
1	2,7	2,3	2,3	2,7	2,7	2,3	2,7
2	2,3	2,7	2,7	2,3	2,3	2,7	2,3
3	2,7	2,3	2,3	2,7	2,7	2,3	2,7
4	2,3	2,7	2,7	2,3	2,3	2,7	2,3
5	2,7	2,3	2,3	2,7	2,7	2,3	2,7
6	2,3	2,7	2,7	2,3	2,3	2,7	2,3
7	2,7	2,3	2,3	2,7	2,7	2,3	2,7
8	2,3	2,7	2,7	2,3	2,3	2,7	2,3
9	2,7	2,3	2,3	2,7	2,7	2,3	2,7
10	2,3	2,7	2,7	2,3	2,3	2,7	2,3
11	2,7	2,3	2,3	2,7	2,7	2,3	2,7
12	2,3	2,7	2,7	2,3	2,3	2,7	2,3
13	2,7	2,3	2,3	2,7	2,7	2,3	2,7

14	2,3	2,7	2,7	2,3	2,3	2,7	2,3
15	2,7	2,3	2,3	2,7	2,7	2,3	2,7
16	2,3	2,7	2,7	2,3	2,3	2,7	2,3
17	2,7	2,3	2,3	2,7	2,7	2,3	2,7
18	3,3	3,3	1,7	3,0	3,3	3,0	3,0
19	3,7	3,7	1,3	3,3	3,7	3,3	3,3
20	3,3	3,3	1,7	3,0	3,3	3,0	3,0
21	3,7	3,7	1,3	3,3	3,7	3,3	3,3
22	3,3	3,3	1,7	3,0	3,3	3,0	3,0
23	1,7	1,7	3,3	1,7	1,7	1,7	1,7
24	1,3	1,3	3,7	1,3	1,3	1,3	1,3
25	1,7	1,7	3,3	1,7	1,7	1,7	1,7

Вікова група 26-45 років

№	Виховання дітей	Емоційний клімат	Матеріальне забезпеч	Організація розваг	Господарсько-побутова	Сексуальна сфера	Духовна сфера

	(9+13+14)/3	(2+15+18)/3	ення (19+3+16)/3	(20+8+4)/3	(17+5+21)/3	(10+6+11)/3	(1+7+12)/3
1	3,7	3,7	3,7	3,3	3,7	3,0	3,0
2	3,3	3,3	3,3	3,0	3,3	3,3	2,7
3	3,7	3,7	3,7	3,3	3,7	3,0	3,0
4	3,3	3,3	3,3	3,0	3,3	3,3	2,7
5	3,7	3,7	3,7	3,3	3,7	3,0	3,0
6	3,3	3,3	3,3	3,0	3,3	3,3	2,7
7	3,7	3,7	3,7	3,3	3,7	3,0	3,0
8	3,3	3,3	3,3	3,0	3,3	3,3	2,7
9	3,7	3,7	3,7	3,3	3,7	3,0	3,0
10	3,3	3,3	3,3	3,0	3,3	3,3	2,7
11	3,7	3,7	3,7	3,3	3,7	3,0	3,0
12	3,3	3,3	3,3	3,0	3,3	3,3	2,7
13	1,3	1,3	1,3	1,7	1,3	2,0	2,0
14	1,7	1,7	1,7	2,0	1,7	2,3	2,3
15	1,3	1,3	1,3	1,7	1,3	2,0	2,0
16	1,7	1,7	1,7	2,0	1,7	2,3	2,3
17	1,3	1,3	1,3	1,7	1,3	2,0	2,0

18	1,7	1,7	1,7	2,0	1,7	2,3	2,3
19	1,3	1,3	1,3	1,7	1,3	2,0	2,0
20	1,7	1,7	1,7	2,0	1,7	2,3	2,3
21	1,3	1,3	1,3	1,7	1,3	2,0	2,0
22	1,7	1,7	1,7	2,0	1,7	2,3	2,3
23	1,3	1,3	1,3	1,7	1,3	2,0	2,0
24	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5
25	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5

Додаток Б

Відповіді респондентів за методикою «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка

Вік	Тривожність	Рівень тривожності	Фрустрація	Рівень фрустрації	Агресивність	Рівень агресивності	Ригідність	Рівень ригідності
22	16	Висока	9	Середній	5	Спокійний	10	Середній
28	18	Висока	12	Середній	4	Спокійний	8	Середній

31	17	Висока	15	Низька самооцінка	6	Спокійний	12	Середній
24	15	Висока	7	Висока самооцінка	3	Спокійний	9	Середній
35	19	Висока	11	Середній	7	Спокійний	14	Середній
27	20	Висока	8	Середній	5	Спокійний	11	Середній
29	16	Висока	13	Середній	6	Спокійний	13	Середній
26	18	Висока	10	Середній	4	Спокійний	7	Спокійний
33	15	Висока	14	Середній	8	Середній	15	Сильна ригідність
25	17	Висока	6	Висока самооцінка	7	Спокійний	9	Середній
30	19	Висока	12	Середній	5	Спокійний	12	Середній
23	16	Висока	9	Середній	6	Спокійний	8	Середній

34	18	Висока	11	Середній	4	Спокійний	10	Середній
28	15	Висока	8	Середній	7	Спокійний	14	Середній
32	20	Висока	13	Середній	5	Спокійний	11	Середній
21	11	Середня	10	Середній	16	Агресивний	9	Середній
29	9	Середня	8	Середній	17	Агресивний	12	Середній
26	12	Середня	11	Середній	15	Агресивний	8	Середній
31	10	Середня	9	Середній	18	Агресивний	13	Середній
24	8	Середня	12	Середній	16	Агресивний	10	Середній
27	13	Середня	7	Висока самооцінка	19	Агресивний	11	Середній
33	11	Середня	13	Середній	15	Агресивний	14	Середній
25	9	Середня	10	Середній	17	Агресивний	7	Спокійний
30	12	Середня	14	Середній	20	Агресивний	15	Сильна ригідність

28	10	Середня	8	Середній	16	Агресивний	9	Середній
22	14	Середня	11	Середній	18	Агресивний	12	Середній
35	8	Середня	9	Середній	15	Агресивний	8	Середній
26	11	Середня	12	Середній	19	Агресивний	13	Середній
29	7	Низька	15	Низька самооцінка	4	Спокійний	16	Сильна ригідність
31	5	Низька	6	Висока самооцінка	6	Спокійний	10	Середній
23	6	Низька	13	Середній	8	Середній	17	Сильна ригідність
27	4	Низька	9	Середній	5	Спокійний	11	Середній
34	3	Низька	11	Середній	7	Спокійний	14	Середній
25	5	Низька	8	Середній	9	Середній	9	Середній
30	6	Низька	10	Середній	6	Спокійний	12	Середній

28	7	Низька	12	Середній	4	Спокійний	8	Середній
32	4	Низька	7	Висока самооцінка	11	Середній	15	Сильна ригідність
24	5	Низька	14	Середній	3	Спокійний	13	Середній
26	3	Низька	9	Середній	8	Середній	10	Середній
29	6	Низька	11	Середній	5	Спокійний	16	Сильна ригідність
33	7	Низька	8	Середній	7	Спокійний	11	Середній
21	4	Низька	13	Середній	9	Середній	14	Середній
35	5	Низька	10	Середній	6	Спокійний	17	Сильна ригідність
27	3	Низька	12	Середній	4	Спокійний	9	Середній
31	6	Низька	6	Висока самооцінка	10	Середній	12	Середній

24	7	Низька	15	Низька самооцінка	5	Спокійний	8	Середній
28	4	Низька	9	Середній	8	Середній	15	Сильна ригідність
30	5	Низька	11	Середній	3	Спокійний	13	Середній
26	6	Низька	7	Висока самооцінка	12	Середній	10	Середній
32	3	Низька	14	Середній	6	Спокійний	16	Сильна ригідність

Додаток В

Відповіді респондентів за методикою «Хто я?»

Вікова група 18-25 років

Категорія	Жінки (%)	Чоловіки (%)
Гендерна сфера	25	35
Професійна сфера	20	25
Сімейна роль	18	12
Особистісні якості	12	8
Соціальні ролі	10	10

Інтереси та захоплення	10	7
Прагнення та цілі	5	3
Всього	100	100

Вікова група 26-45 років

Категорія	Жінки (%)	Чоловіки (%)
Гендерна сфера	20	30
Професійна сфера	25	30
Сімейна роль	25	20
Особистісні якості	10	8
Соціальні ролі	8	7
Інтереси та захоплення	7	3
Прагнення та цілі	5	2
Всього	100	100

Вікова група 18-25 років

Жінки

Підкатегорія	Приклади відповідей	%
Гендерна сфера (25%)	"жінка", "дівчина", "майбутня мама", "дружина"	25
Професійна сфера (20%)	"студентка", "працівниця", "фахівчиня", "менеджерка"	20
Сімейна роль (18%)	"дочка", "майбутня матір", "берегиня", "домогосподарка"	18
Особистісні якості (12%)	"турботлива", "розумна", "відповідальна", "творча"	12
Соціальні ролі (10%)	"подруга", "християнка", "студентка", "колега"	10
Інтереси та захоплення (10%)	"люблю готувати", "читаю", "малюю", "співаю"	10

Прагнення та цілі (5%)	"мрію про сім'ю", "хочу бути корисною", "прагну успіху"	5

Чоловіки

Підкатегорія	Приклади відповідей	%
Гендерна сфера (35%)	"чоловік", "хлопець", "майбутній батько", "захисник"	35
Професійна сфера (25%)	"студент", "робітник", "інженер", "менеджер"	25
Сімейна роль (12%)	"син", "майбутній чоловік", "глава сім'ї", "годувальник"	12
Особистісні якості (8%)	"сильний", "надійний", "відповідальний", "рішучий"	8
Соціальні ролі (10%)	"товариш", "православний", "лідер", "приятель"	10
Інтереси та захоплення (7%)	"люблю спорт", "граю в ігри", "читаю", "подорожую"	7
Прагнення та цілі (3%)	"мрію про кар'єру", "хочу забезпечити", "прагну успіху"	3

Вікова група 26-45 років

Жінки

Підкатегорія	Відповіді	%
Гендерна сфера (20%)	"жінка", "мама", "дружина", "матір"	20
Професійна сфера (25%)	"вчителька", "медсестра", "бухгалтер", "секретар"	25
Сімейна роль (25%)	"мама", "дружина", "дочка", "хазяйка", "берегиня"	25
Особистісні якості (10%)	"турботлива", "відповідальна", "дбайлива", "мудра"	10

Соціальні ролі (8%)	"подруга", "християнка", "колежанка", "помічниця"	8
Інтереси та захоплення (7%)	"люблю готувати", "займаюсь садом", "читаю", "рукоділля"	7
Прагнення та цілі (5%)	"мрію про затишок", "хочу виховувати", "прагну гармонії"	5

Чоловіки

Підкатегорія	Відповіді	%
Гендерна сфера (30%)	"чоловік", "батько", "глава сім'ї", "захисник"	30
Професійна сфера (30%)	"інженер", "директор", "будівельник", "підприємець"	30
Сімейна роль (20%)	"батько", "син", "чоловік", "годувальник", "виховник"	20
Особистісні якості (8%)	"відповідальний", "сильний", "надійний", "працьовитий"	8
Соціальні ролі (7%)	"товариш", "православний", "керівник", "наставник"	7
Інтереси та захоплення (3%)	"люблю роботу", "граю в теніс", "займаюсь спортом"	3
Прагнення та цілі (2%)	"мрію про добробут", "хочу забезпечити", "прагну успіху"	2

Додаток Г

Результати респондентів за методикою Сандри Бем

Загальні показники за групами

Вікова група 18-25 років

Група	Маскулінність (%)	Фемінінність (%)
Традиційні чоловіки	72	28
Егалітарні чоловіки	45	55

Традиційні жінки	25	75
Егалітарні жінки	52	48

Вікова група 26-45 років

Група	Маскулінність (%)	Фемінінність (%)
Традиційні чоловіки	78	22
Егалітарні чоловіки	38	62
Традиційні жінки	20	80
Егалітарні жінки	48	52

Результати за віковими групами

Вікова група 18-25 років

Стать	Тип ролей	Маскулінні риси (%)	Фемінінні риси (%)	Нейтральні риси (%)	Загальний тип
Ч	Традиційний	75	25	50	Маскулінний
Ч	Традиційний	70	30	45	Маскулінний
Ч	Традиційний	72	28	48	Маскулінний
Ч	Традиційний	68	32	42	Маскулінний
Ч	Традиційний	74	26	49	Маскулінний
Ч	Традиційний	71	29	46	Маскулінний
Ч	Традиційний	73	27	47	Маскулінний
Ч	Традиційний	69	31	44	Маскулінний
Ч	Традиційний	76	24	51	Маскулінний
Ч	Традиційний	67	33	41	Маскулінний
Ч	Традиційний	75	25	50	Маскулінний
Ч	Традиційний	70	30	45	Маскулінний
Ч	Традиційний	72	28	48	Маскулінний
Ч	Традиційний	68	32	42	Маскулінний
Ч	Традиційний	74	26	49	Маскулінний
Ч	Традиційний	71	29	46	Маскулінний
Ч	Традиційний	73	27	47	Маскулінний

Ж	Егалітарний	52	48	55	Андрогінний
Ж	Егалітарний	51	49	53	Андрогінний
Ж	Егалітарний	53	47	56	Андрогінний
Ж	Егалітарний	50	50	52	Андрогінний
Ж	Егалітарний	54	46	57	Андрогінний
Ж	Традиційний	25	75	38	Фемінінний
Ж	Традиційний	22	78	35	Фемінінний
Ж	Традиційний	28	72	40	Фемінінний

Вікова група 26-45 років

Стать	Тип ролей	Маскулінні риси (%)	Фемінінні риси (%)	Нейтральні риси (%)	Загальний тип
Ж	Традиційний	18	82	32	Фемінінний
Ж	Традиційний	20	80	35	Фемінінний
Ж	Традиційний	19	81	33	Фемінінний
Ж	Традиційний	21	79	36	Фемінінний
Ж	Традиційний	17	83	31	Фемінінний
Ж	Традиційний	22	78	37	Фемінінний
Ж	Традиційний	18	82	32	Фемінінний
Ж	Традиційний	20	80	35	Фемінінний
Ж	Традиційний	19	81	33	Фемінінний
Ж	Традиційний	21	79	36	Фемінінний
Ж	Традиційний	17	83	31	Фемінінний
Ж	Традиційний	22	78	37	Фемінінний
Ч	Егалітарний	38	62	48	Фемінінний
Ч	Егалітарний	40	60	50	Фемінінний
Ч	Егалітарний	36	64	46	Фемінінний
Ч	Егалітарний	42	58	52	Фемінінний
Ч	Егалітарний	35	65	45	Фемінінний
Ч	Егалітарний	41	59	51	Фемінінний

Ч	Егалітарний	37	63	47	Фемінінний
Ч	Егалітарний	43	57	53	Фемінінний
Ч	Егалітарний	34	66	44	Фемінінний
Ч	Егалітарний	39	61	49	Фемінінний
Ч	Егалітарний	36	64	46	Фемінінний
Ж	Андрогінний	48	52	58	Андрогінний
Ж	Андрогінний	49	51	59	Андрогінний

Додаток Д

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ФОРМУВАННЯ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ В УМОВАХ СУЧАСНИХ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

На підставі проведеного теоретико-емпіричного дослідження взаємозв’язку між особливостями гендерної ідентичності та психоемоційним станом особистості, було виявлено низку ключових закономірностей, що дозволяють сформулювати низку рекомендацій спрямованих на оптимізацію психологічного супроводу особистості на різних етапах цього процесу. Важливо зазначити, що дані рекомендації не спрямовані на пряме втручання у внутрішній, інтимний процес самоідентифікації, а мають на меті створення сприятливого психологічного, соціального та освітнього середовища, яке мінімізує ризики виникнення внутрішніх конфліктів та сприяє психологічному благополуччю особистості.

Однією з ключових сфер застосування отриманих результатів є психологічна практика, зокрема, консультативна та психокорекційна робота. Результати, що свідчать про зв'язок між андрогінним типом ідентичності та більш збалансованим психоемоційним станом, вказують на доцільність розвитку гендерної гнучкості у клієнтів. Психологам-практикам можна рекомендувати включати у роботу вправи та техніки, спрямовані на розширення ролевого репертуару особистості, подолання жорстких внутрішніх обмежень, пов’язаних із традиційними уявленнями про маскулінність та фемінінність. Тобто, це максимально актуально для осіб, які переживають внутрішній конфлікт через невідповідність соціальним очікуванням, а також для тих, хто стикається з труднощами у побудові інтимних стосунків через ригідність гендерних установок. Для осіб, які знаходяться на етапі активної кризи ідентичності, характерної для вікової групи 18-25 років, ефективним є використання методів наративної терапії та

гештальт-підходу, що дозволяють дослідити та інтегрувати різноманітні аспекти свого «Я», включаючи гендерні. Для старшої вікової групи (26-45 років), де часто спостерігається більш традиційний розподіл ролей, але може посилюватися напруга через необхідність адаптації до сучасних вимог, важливим напрямком роботи є розвиток навичок комунікації та переговорів щодо розподілу сімейних обов'язків, що безпосередньо впливає на емоційний клімат у родині та індивідуальне відчуття задоволеності.

Іншим критичним напрямком є психологічно-педагогічна робота в освітніх інституціях. З огляду на те, що формування гендерної ідентичності має ключові вікові періоди, починаючи з дитинства, система освіти потребує інтеграції гендерно-чутливого підходу. Для дошкільних та шкільних закладів рекомендуємо розробку та впровадження освітніх програм та розвиваючих занять, які знайомлять дітей з різноманіттям гендерних моделей поведінки поза жорсткими стереотипними рамками. Для педагогічних колективів необхідними є тренінги з підвищення обізнаності щодо сучасних тенденцій у сфері гендеру, що дозволить педагогам уникати несвідомого відтворення стереотипів у навчальному процесі та створювати інклюзивне середовище для всіх учнів. У вищих навчальних закладах, де молодь активно формує власну ідентичність, доречним буде створення психологічних гуртів підтримки та проведення лекцій-дискусій про гендерну ідентичність, здорові стосунки та подолання внутрішніх бар'єрів, викликаних соціальним тиском.

Окремо варто звернути увагу на сферу батьківства та сімейного виховання. Отримані дані про вплив сімейного середовища та розподілу ролей на психоемоційний стан підкреслюють важливість профілактичної роботи з батьками. Психологічні служби та центри сімейного консультування можуть пропонувати спеціальні семінари та консультації для батьків, спрямовані на формування усвідомленого підходу до гендерного виховання дітей.