

Хмельницький національний університет  
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту  
Кафедра психології та педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)

Освітній рівень

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОСПРИЙНЯТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Назва теми

Галузь знань – 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність – 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 18088

номер ІНП

Виконала: студентка II курсу, групи ППМ-22-1 \_\_\_\_\_ Катерина ЗОРІНА

Підпис Ініціали, прізвище

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент \_\_\_\_\_ Лариса ПОДКОРИТОВА

Науковий ступінь, вчене звання

Підпис Ініціали, прізвище

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки

доктор психологічних наук, професор

\_\_\_\_\_ Таїсія КОМАР

Підпис Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

\_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Хмельницький, 2023

## АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «Гендерні особливості самосприйняття студентської молоді»

Здобувач Катерина ЗОРІНА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник Лариса ПОДКОРИТОВА

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Кваліфікаційна робота включає 92 сторінок, 13 таблиць, 8 рисунків, перелік джерел посилання складає 70 найменувань, 1 додаток.

Ключові слова: самосприйняття, гендер, студентська молодь, гендерні стереотипи.

Об'єкт дослідження: самосприйняття студентської молоді.

Предмет дослідження: гендерні особливості самосприйняття студентської молоді.

За результатами дослідження визначено сутність та важливі аспекти гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді та надано рекомендації щодо корекції самосприйняття студентської молоді з урахуванням гендерних особливостей.

Одержані результати можуть бути використані психологами під час роботи з проблемами самосприйняття у студентської молоді.

Дипломник \_\_\_\_\_ Катерина ЗОРІНА

Підпис

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 18 грудня 2023 р.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>6</b>
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИЗНАЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОСПРИЙНЯТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ...10</b>	<b>10</b>
1.1 Поняття про самосприйняття у психології.....	10
1.2 Дослідження особливостей самосприйняття студентської молоді у науковій літературі.....	16
1.3 Поняття гендеру і його вплив на самосприйняття студентської молоді.....	19
<b>Висновок до розділу 1.....</b>	<b>27</b>
<b>РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОСПРИЙНЯТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....</b>	<b>29</b>
2.1 Опис і обґрунтування методик дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді.....	29
2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді.....	34
2.3 Рекомендації щодо корекції самосприйняття студентської молоді з урахуванням гендерних особливостей.....	60
<b>Висновок до розділу 2.....</b>	<b>69</b>
<b>ВИСНОВОК.....</b>	<b>70</b>
<b>ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....</b>	<b>72</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>80</b>

**Актуальність дослідження.** Дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді є актуальним і важливим напрямом у сучасній психології та гендерних дослідженнях. Ця тема стає все більш значущою, оскільки суспільство переживає важливі зміни в уявленнях про гендерну ідентичність, сексуальну орієнтацію та ролі статей. Дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентів може допомогти зрозуміти, які виклики і можливості виникають у цьому контексті. Гендерне самосприйняття може впливати на психологічний стан, самооцінку і ставлення до себе та інших. Дослідження може розкрити, як ці аспекти відрізняються у студентів різних гендерів, і як соціокультурний контекст впливає на це самосприйняття.

Студентський вік – це період активного особистісного та професійного розвитку. У цей час молоді люди активно оволодівають новими соціальними ролями і програмами поведінки, пізнають себе і на основі цього здійснюють саморозвиток і самовиховання. Адекватне самосприйняття студентів визначає їх правильний особистісний і професійний рух, а розуміння гендерних особливостей і їх врахування у психологічній і педагогічній роботі може суттєво вплинути на ці процеси.

Відтак, дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді стає актуальною та важливою сферою наукових досліджень, яка може сприяти покращенню розуміння гендерних питань і сприяти створенню більш справедливого суспільства.

Гендерні особливості самосприйняття розглядають у своїх наукових працях багато науковців: А. Акімова досліджує вплив гендерних стереотипів на формування гендерної ідентичності у особистостей; Л. Вовк вивчає психолого-педагогічні аспекти теорії гендеру; Н. Гайсонюк досліджує гендерні та культурні відмінності у рольових моделях самопрезентації; Л. Терлецька вивчає процес самопізнання, його структуру та роль у становленні особистості; С. Максименко досліджував генетико-психологічні витоки розвитку і саморозвитку особистості;

Н. Мартинюк – аналізує самопізнання як чинник особистісної зрілості студентської молоді; М. Нестеренко зосередилась на гендерній ідентичності, а саме на набутті гендерної ідентичності особистістю та розвитку наукових уявлень про гендерну ідентичність і її структуру у психології; В. Семиченко розглядає гендерні особливості самосприйняття студентів у контексті соціально-психологічних відносинах; Н. Мартинюк досліджує самопізнання як чинник особистісної зрілості студентської молоді.

Отже, наявна досить велика кількість досліджень, які вивчають гендерні особливості самосприйняття у різних контекстах. Однак, обмежена кількість досліджень, присвячених саме студентській молоді, зокрема гендерним особливостям їхнього самосприйняття. Більшість існуючих досліджень у галузі гендерної психології акцентується на дорослому населенні або підлітках, при цьому інформація про гендерне самосприйняття студентів залишається обмеженою. Бракує також практичних напрацювань, спрямованих на корекцію самосприйняття у студентської молоді, зокрема із врахуванням їх гендерних особливостей.

Отже, актуальність нашого дослідження зумовлена такими суперечностями: 1) значна дослідженість гендерних особливостей дорослих і підлітків та недостатня – студентської молоді, зокрема їхнього самосприйняття; 2) змістовні теоретичні розробки у галузі гендерних особливостей, психологічних особливостей студентів і браком практичних рекомендацій щодо врахування гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді.

**Об'єкт дослідження** – самосприйняття студентської молоді.

**Предмет дослідження** – гендерні особливості самосприйняття студентської молоді.

**Мета дослідження** – з'ясування гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити такі **завдання**:

1. Провести теоретичне дослідження щодо гендерних особливостей самосприйняття у студентської молоді.

2. Емпірично дослідити гендерні особливості самосприйняття студентської молоді.
3. Розробити рекомендації щодо корекції самосприйняття студентської молоді з урахуванням гендерних особливостей.

**Гіпотеза дослідження:** самосприйняття студентської молоді може відрізнитися за гендерною ознакою.

**Методи дослідження:**

– *теоретичні:* аналіз літературних джерел чи нормативних документів, їх синтез, порівняння, узагальнення та класифікація;

– *емпіричні: тестування:* 1) тест двадцяти тверджень на самоствавлення (М. Кун, Т. Мак-Партланд) [60]; 2) методика дослідження самоствавлення [37]; 3) методика «Автопортрет» [34]; 4) «Статеворольовий опитувальник» (С. Бем) [49]; 5) методика «Вивчення гендерної ідентичності» (Л. Шнейдера) [35];

– *методи математичної обробки даних.*

**Практичне значення роботи.** Матеріали магістерської роботи можуть бути застосовані для викладання таких освітніх компонентів: «Психологія толерантності», «Основи психотерапії», «Основи психологічної корекції», «Основи психологічного консультування», «Психологія особистості», «Диференційна психологія». Результати дослідження можуть бути також використані психологами під час роботи з проблемами самоприйняття у студентської молоді та враховані викладачами вищої школи в організації навчально-виховного процесу.

**Експериментальна база дослідження.** Дослідження проводилося на базі Хмельницького національного університету. Експериментальну вибірку складають 40 студентів, з них 20 хлопців та 20 дівчат віком від 18 до 22 років, які навчаються в групі СОФК-22-1 та ФКС-22-1.

**Апробація результатів дослідження.** Результати дослідження представлені на XIII Всеукраїнській студентській науково-практичній конференції (м. Хмельницький, 30 листопада 2023 р.), XII Міжнародній

науково-практичній конференції «Youth, education and science through today's challenges» (м. Бордо, Франція, 04-06 листопада, 2023 р.), опубліковані у тезах «Вплив гендерних стереотипів на самосприйняття молоді» (збірник матеріалів конференції «Youth, education and science through today's challenges») і статті «Емпіричне дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді» (науковий журнал «Psychology Travelogs» № 4 (7), 2023 р.), на конкурсі інноваційних ідей молодих вчених «ІІМВ ХНУ 2023», «Націоанал-патріотичні особливості самосприйняття студентської молоді під час війни»

**Дипломна робота складається:** зі вступу, 2х розділів, висновків, переліку джерел посилання і додатків.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИЗНАЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОСПРИЙНЯТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

### 1.1 Поняття про самосприйняття у психології

У світі психології однією з найважливіших і найкомплексніших концепцій є поняття самосприйняття. Самосприйняття відображає наше уявлення про себе, свої характеристики і внутрішні стани. Воно формується під впливом різних чинників – соціальне середовище, культура, особистісний досвід – і безпосередньо впливає на наше функціонування.

Концепція самосприйняття базується на теорії, що людина оцінює себе, робить судження про власні якості та здібності, формує свій унікальний «як себе бачу». У процесі самосприйняття ми порівнюємо себе з іншими людьми, спостерігаємо за власними досягненнями та помилками, інтегруємо отриману інформацію та визначаємо своє місце в цьому світі [43, с. 510].

Самосприйняття тісно пов'язане із психічним здоров'ям людини. Позитивне самосприйняття сприяє психічному здоров'ю і якості життя, тоді як негативне самосприйняття може вести до розвитку психічних розладів і стресу. Розуміння цього взаємозв'язку важливо для того, щоб підтримувати психічне здоров'я через позитивне самосприйняття у себе і в інших людей. Робота з негативним самосприйняттям та підтримка розвитку позитивного може покращити якість життя і сприяти загальному благополуччю.

Таким чином, самосприйняття є важливим феноменом, що заслуговує на ретельне дослідження з боку психологів-науковців.

Багато вчених, включаючи Т. Дороніна, О. Кікінежді, М. Корнев, Т. Куценко [16; 21-23; 29;], Л. Терлецька, О. Щотка [59; 68], та ін. досліджують явище самосприйняття як один із ключових аспектів самосвідомості. Проте слід відзначити, що не зважаючи на значущість цього явища, окремих фундаментальних досліджень самосприйняття не було проведено.

Цією темою також займалися такі закордонні вчені, такі як С. Бем, Л. Дуб, Ф. Олпорт [70].

У наукових джерелах знаходимо різні визначення самосприйняття. Розглянемо деякі з них нижче.

Самосприйняття – це система усвідомлених уявлень, почуттів, думок і сприйняття людини про себе, включаючи власні здібності, характеристики та ідентифікацію [40, с. 26].

Самосприйняття – це процес становлення та формування уявлення про себе, що включає взаємодію з оточуючим світом і соціальним середовищем, оцінку власних якостей, компетенцій та ролей, а також рефлексію свого внутрішнього досвіду [32, с. 82].

Самосприйняття – це сукупність індивідуальних уявлень про себе, які розвиваються через соціальну взаємодію, саморефлексію та індивідуальний досвід. Воно включає оцінку внутрішніх та зовнішніх характеристик, а також формування ідентичності і самототожності» [17, с. 29].

Самосприйняття – це психологічний процес, за допомогою якого індивід сприймає, оцінює та формує уявлення про себе самого. Це внутрішнє усвідомлення власної особистості, фізичних характеристик, здібностей, відчуттів, емоцій та інших аспектів свого існування. Самосприйняття включає в себе усвідомлення свого місця в суспільстві, відношення до інших людей та глибоке розуміння власних цінностей, переконань і цілей [21, с. 206].

Вище згадувана Л. Терлецька [59, с. 152] визначає самосприйняття як усвідомлення себе, і виділяє в ньому три компоненти:

- 1) самопізнання, яке включає пізнавальний аспект;
- 2) самовідчуття, що охоплює емоційно-ціннісний компонент;
- 3) саморегуляцію, пов'язану з дієво-вольовим аспектом.

Самооцінка є результатом самопізнання та емоційного відношення до себе. Поняття самоповаги представляє собою остаточний вимір особистості і відображає прийняття чи неприйняття себе як індивіда, позитивне або негативне ставлення до власної особистості [59, с.152].

Самосприйняття на думку Н. Гайсонюк [8, с. 261] має декілька складових:

- 1) фізичне самосприйняття – це сприйняття власного фізичного тіла, включаючи зовнішність, здоров'я, фізичні здібності та образ власного тіла;
- 2) соціальне самосприйняття – визначає, як особа сприймає себе в суспільстві, як члена певних груп, ролей та статусів;
- 3) емоційне самосприйняття – описує спосіб сприйняття та управління власними емоціями та почуттями;
- 4) когнітивне самосприйняття: ця складова включає в себе оцінку власних здібностей, інтелекту та розумових характеристик.

Самосприйняття впливає на розвиток особистості у різних аспектах. Воно формує наше відчуття самої себе та визначає наше ставлення до себе та свого місця у світі. Позитивне самосприйняття сприяє більш високій самооцінці, самовпевненості та задоволенню від життя. Негативне самосприйняття може призводити до розвитку різних психічних проблем, таких як депресія, тривожність, низька самооцінка [9, с. 265].

Самосприйняття проявляється через уявлення людини про себе, яке називається «Я-образом» або «Я-концепцією». Аналіз цього «Я-образу» дозволяє виділити два аспекти:

- знання про себе, тобто те, як людина бачить і розуміє себе, свою «Я-концепцію».
- самоставлення, яке включає емоційні та оцінювальні реакції на ці знання про себе.

М. Гончаренко, О. Гололобова, В. Пасинок [14, с. 176] пишуть, що основні компоненти самосприйняття – це:

- самоідентичність – це один із ключових компонентів самосприйняття, що визначає, як індивід сприймає себе як особистість та розуміє свою ідентичність в контексті різних ролей та статей, які він може приймати в суспільстві. Цей аспект самосприйняття розглядається з позицій психології, соціології та гендерних досліджень і допомагає людині визначити себе, відчутти

свою приналежність до певних соціальних та культурних груп, а також зрозуміти свої ролі в цих групах;

– самоповага – це важливий психологічний аспект, що визначає, як особа оцінює і ставиться до себе. Вона відображає загальне відношення до власної особистості, впевненість у власних здібностях та цінності власної ідентичності. Самоповага впливає на психологічне благополуччя, ставлення до власного тіла, міжособистісні стосунки, успіхи в навчанні і роботі, а також загальну якість життя;

– самосприйняття фізичних характеристик – це компонент самосприйняття, який описує спосіб, яким людина сприймає та оцінює свій власний зовнішній вигляд, тіло, фізичні особливості та можливості. Цей аспект самосприйняття грає важливу роль у формуванні ідентичності, психологічному комфорті та загальному психічному стані особи [14, с. 176].

Таким чином, самосприйняття у науковій літературі розглядається як структурне явище, що містить низку складових: фізичне, емоційне, соціальне, когнітивне самосприйняття самосприйняття, самопізнання і знання про себе, самоідентичність, самоповага, самоствавлення.

Зокрема зупинимось на самоствавленні, яке дуже тісно пов'язане зі самосприйняттям людини. У цьому контексті важливо відзначити три ключові аспекти для розуміння природи самоствавлення, які висвітлив Р. Бернс [4, с. 80]:

- ступінь відповідності між образами реального і ідеального «Я» визначає рівень розвитку ставлення особистості до самого себе;
- основним механізмом формування ставлення до самого себе є інтеріоризація ставлень, які інші люди мають до індивіда. Під час соціальної взаємодії людина «перетворює» ставлення інших до себе на своє власне;
- ставлення до самого себе формується через призму ідентичності індивіда.

По суті, ставлення до себе може бути поділене на дві форми: самоприйняття і самонеприйняття. Самоприйняття полягає у позитивному

ставленні до себе, прийнятті своїх якостей та характеру з усіма їхніми аспектами. Натомість самонеприйняття включає в себе базовий негативний настрій до себе, критику власних думок і дій, відчуття дискомфорту, невпевненість і неприязнь до своїх рис і властивостей.

У психологічній літературі описано конкретні прояви негативного ставлення до себе, які мають значущий практичний вимір. До них відносяться постійна самокритика, негативні очікування у ситуаціях конкуренції, критичне ставлення до успіхів інших, небажання визнавати свої помилки або вину, схильність підкреслювати недоліки у інших та звертати увагу на їхні помилки. Адекватне ставлення до себе може привести до гармонії і розумної впевненості у собі, тоді як негативне ставлення до себе може вести до постійних конфліктів і навіть сприяти розвитку неврозів. Максимально адекватне ставлення до себе – це найвищий рівень самооцінки.

Самосприйняття формується під впливом багатьох чинників. Так, за М. Миколайчук [37, с. 70], на формування цінностей, переконань і стереотипів, які визначають самосприйняття, суттєво впливає родина.

Вплив родини на самосприйняття може бути як позитивним, так і негативним, і від нього залежить багато аспектів психологічного розвитку і психічного здоров'я особистості. Зокрема, родинні конфлікти і психологічні травми можуть залишити глибокий слід на самосприйнятті. Діти, які були свідками насильства, зазнали емоційного та фізичного насильства або пережили інші травматичні ситуації в сім'ї, можуть розвивати негативне самосприйняття, різноманітні комплекси, нездатність до відносин з іншими людьми [27, с. 69]. Розуміння цього впливу може допомогти родинам створити позитивне та сприятливе середовище для розвитку здорового самосприйняття у своїх дітей та інших членів родини.

Розвиток самосприйняття – це складний і багатоетапний процес, який починається в ранньому дитинстві і триває протягом життя. Він визначає те, як ми сприймаємо себе і світ навколо нас, і має великий вплив на наше поведінку, відносини та рішення. Розуміння цього процесу допомагає нам краще розкрити

свій потенціал і досягти психологічного благополуччя. Розглянемо нижче особливості розвитку самосприйняття в онтогенезі, за О. Кікінежді [21, с. 58].

Ця науковиця вважає, що самосприйняття є однією з ключових складових нашої ідентичності, і воно проходить кілька етапів розвитку протягом життя кожної людини.

Етап 1. Формування самосприйняття починається в ранньому дитинстві. На цьому етапі діти сприймають себе в основному через призму своїх фізичних відчуттів та потреб. Вони вчаться розрізняти себе від інших об'єктів і реагують на власне ім'я. Основним завданням на цьому етапі є формування базового почуття ідентичності та розрізнення «я» від «не-я» [21, с. 57].

Етап 2. На наступному етапі, який охоплює пізнє дитинство та підлітковий вік, діти починають розвивати більш складне самосприйняття. Вони стають більш свідомими своєї зовнішності, характеру та здібностей. Підлітки можуть порівнювати себе з іншими та оцінювати свої можливості. Роль рідних, однолітків і соціальних засобів масової інформації стає важливою в формуванні їхнього самосприйняття [21, с. 57].

Етап 3. Рання дорослість – це час, коли самосприйняття стає більш стійким і складним. Люди формують більш ясну ідентичність, пов'язану зі своїми професійними, особистими і соціальними ролями. Вони більше усвідомлюють свої цінності, переконання та мети в житті. Самосприйняття стає основою для прийняття рішень щодо кар'єри, відносин та життєвого стилю [21, с. 57].

Етап 4. На останньому етапі, визначеному О. Кікінежді, – зрілій дорослості – люди можуть зіткнутися з новими викликами щодо свого самосприйняття. Вони можуть переоцінювати свої досягнення і змінювати свої цінності. Окремі події, такі як втрата близької людини чи втрата роботи, можуть вплинути на їхнє самосприйняття. Зрілі дорослі відзначаються більшою стабільністю та впевненістю у собі, але також можуть розглядати своє життя в контексті досягнень і невдач [21, с. 57].

Як можна побачити, поняття самосприйняття в психології грає важливу роль у розумінні поведінки та розвитку особистості. Воно є багатоаспектним та

формується і змінюється під впливом багатьох факторів протягом життя людини. Відповідно до мети і завдань нашого дослідження, далі розглянемо особливостей самосприйняття студентської молоді.

## **1.2 Дослідження особливостей самосприйняття студентської молоді у науковій літературі**

Сучасне суспільство приділяє велике значення вивченню внутрішнього світу студентів. Самосприйняття виступає ключовим фактором, що впливає на регулювання дій і думок студентів. Розвиток самосприйняття та здатність студентів до самопізнання та саморефлексії є важливими для досягнення успіху в різних сферах їхнього життя, таких як навчання, професійна діяльність, міжособистісні відносини та особисте зростання. Ефективність і досягнення студентів будуть залежати від рівня їхньої самосвідомості та самосприйняття.

Молодь є однією з найбільш перспективних і активних верств суспільства, і її самосприйняття має великий вплив на майбутній розвиток суспільства. Студенти, які мають вищу віру в себе і свої здібності, часто досягають більшого успіху в своєму розвитку, на відміну від тих, хто схильний до сумнівів і невпевненості [27, с. 26]. Це пояснюється тим, що сучасне суспільство вимагає фахівців, які володіють не лише необхідними знаннями і навичками, а й уміють приймати самостійні рішення та нести відповідальність за них. Отже, вірне самосприйняття та здорова самооцінка грають ключову роль для професійного успіху та особистого розвитку молодого покоління.

Проблема самосприйняття молоді на сучасному етапі є однією з ключових тем у сфері психологічних досліджень. У цьому контексті вчені, такі як С. Беер, С. Бем М. Кляйн [70] та багато інших, провели значну роботу. Однак, менше уваги приділялося аспектам, які визначають позитивне або негативне самосприйняття у молодих людей, зокрема, як впливають вікові та гендерні особливості, оточуюче середовище і родини, а також внутрішнє самосприйняття.

У рамках класичної психології була активно вивчена тема того, як особистість ставиться до самої себе. Видатний американський філософ і психолог У. Джеймс, запропонував теорію «Я-концепції». Він виділяв поняття Глобального Я, яке поєднувало в собі Я-усвідомлююче і Я-як об'єкт. Останнє включало чотири аспекти: духовне Я, матеріальне Я, соціальне Я і фізичне Я.

Якщо розглядати фактори, що впливають на самосприйняття молоді, їх існує багато. У нашому дослідженні ми окреслили такі аспекти: вікові та гендерні особливості, вплив соціального середовища та сім'ї, а також самосприйняття. Ці аспекти взаємодіють і спільно формують уявлення молоді про себе. Наприклад, вікові та гендерні особливості можуть впливати на сприйняття власної ролі в суспільстві та взаємодію з іншими. Соціальне середовище та сімейні відносини визначають контекст, у якому формується самосприйняття.

Самосприйняття, у свою чергу, є ключовим елементом, оскільки воно визначає, як особа сприймає себе, свої можливості та обмеження. Воно взаємодіє з іншими факторами, визначаючи, наскільки особа вірить у власний потенціал і здатність до самореалізації.

Самосприйняття представляє собою позитивне сприйняття себе, з прийняттям своїх сильних і слабких сторін, залишаючи місце для критичного оцінювання. Воно не тотожне самовдоволенню, самовихвалянню або самонадійності. Самосприйняття як прийняття себе таким або такою, яким або якою є, становить фундамент для особистісного розвитку, самореалізації і самовдосконалення.

Самосприйняття як здатність поглядати на себе як на унікальну індивідуальність, що має свої якості та недоліки. Автор підкреслює, що всі люди відчують потребу в позитивному уявленні про себе, і негативне ставлення до себе завжди є патологічним [19, с. 207].

Дослідження самосприйняття студентської молоді мають велике значення для розуміння розвитку особистості та психологічного стану молодого покоління. У цьому контексті А. Пасніченко, В. Семиченко [58, с. 150]

виділяють кілька основних тенденцій, які визначають напрямок досліджень гендерного самосприйняття студентської молоді [58, с.156].

- гендерний підхід: ці дослідження спрямовані на вивчення та аналіз впливу гендерних ролей та очікувань на самосприйняття студентів. Це включає аналіз статевих стереотипів, уявлень про «жіночні» та «чоловічі» якості, а також взаємодію гендеру із соціальними ролями;
- вплив соціокультурного середовища. Дослідження спрямовані на визначення впливу культурних та соціальних чинників на формування самосприйняття студентів. Це включає аналіз впливу традицій, цінностей, норм та інших аспектів соціокультурного середовища;
- соціальна мережева взаємодія. Такі розвідки спрямовані на розуміння того, як соціальна мережева взаємодія впливає на формування самосприйняття. Аналіз ролі родини, друзів, колег, спільнот та інших соціальних структур;
- психологічна підтримка та розвиток. Дослідження спрямовані на вивчення впливу психологічної підтримки, саморозвитку та психологічного підходу до формування позитивного самосприйняття студентів.

Дослідження самосприйняття студентської молоді стають все більш актуальними та різноманітними. Вони допомагають не лише краще зрозуміти молодь, а й розробляти психологічні програми та стратегії, які сприяють психологічному здоров'ю і успішності студентів.

На думку В. Москаленко [38, с. 688], вищий навчальний заклад може впливати на формування самосприйняття студентів через навчання, підтримку викладачів і психологічну підтримку. Переважно позитивне навколишнє середовище і можливість для розвитку різних аспектів самосприйняття допомагають студентам стати більш впевненими в собі, більш цілеспрямованими і стійкими до стресів.

Самосприйняття як ключовий аспект психічної ідентичності відображає специфіку особистості кожної людини. Однак, це самосприйняття може значно варіюватися залежно від гендерної приналежності. У наступному підрозділі розглянемо вплив гендеру на самосприйняття студентської молоді.

### **1.3 Поняття гендеру і його вплив на самосприйняття студентської молоді**

У сучасному світі питання гендерної ідентичності та її впливу на самосприйняття студентської молоді стало актуальним об'єктом глибокого дослідження в різних наукових галузях, зокрема в психології, соціології та гендерних студіях. Гендерні особливості формуються під впливом соціокультурних та біологічних чинників, і вони визначають, як індивіди сприймають себе та взаємодіють зі світом.

Перед тим, як розглядати вплив гендерних особливостей на самосприйняття студентської молоді, важливо зрозуміти, що гендер є соціокультурною конструкцією, що включає у себе очікувану поведінку, ролі, та стереотипи, пов'язані із статтю. Ця конструкція формується в процесі соціалізації та включає у себе уявлення про «чоловіче» і «жіноче». Гендерні очікування та стереотипи накладаються на індивідів ще з раннього дитинства, і це впливає на їхнє самосприйняття.

Гендерні ролі визначають очікування щодо того, як чоловіки і жінки мають поводити себе у суспільстві. Ці ролі можуть бути дуже стереотипними, іноді обмежуючи людей у виборі того, як вони хочуть жити своїм життям. Наприклад, стереотипні уявлення про чоловіків передбачають силу, рішучість і незалежність, тоді як стереотипи про жінок включають у себе емоційність, чутливість і готовність доглядати за іншими.

Ці гендерні ролі можуть впливати на самосприйняття студентів. Наприклад, чоловіки можуть відчувати соціальний тиск бути сильними і

незалежними, і це може призвести до стресу та конфліктів у випадку, якщо вони не відповідають цим очікуванням. З іншого боку, жінки можуть відчувати обмеження у виборі кар'єрного шляху або у вираженні своїх думок, оскільки їм може бути складно відповідати стереотипам жіночності.

Гендер впливає не лише на те, як студенти сприймають себе, але і на їхню самооцінку. Молоді люди можуть оцінювати себе відповідно до того, наскільки вони відповідають гендерним стереотипам. Наприклад, чоловіки можуть вважати себе менш успішними, якщо вони не відповідають ідеалам сили та незалежності. Жінки, навпаки, можуть відчувати себе менш цінними, якщо вони не відповідають стереотипам краси і жіночності.

Однак важливо визнати, що сучасне суспільство все більше дбає про гендерну рівність і намагається подолати стереотипи. Студентська молодь має можливість досліджувати гендерні питання, а також виступати за рівні права та можливості для всіх, незалежно від їхньої статі.

Гендер впливає на самосприйняття студентської молоді через гендерні ролі, стереотипи та самооцінку. Проте, сучасне суспільство надає можливість розуміти й обговорювати гендерні питання, сприяючи розвитку більш рівних та обізнаних своїх членів. Студенти можуть відігравати важливу роль у формуванні майбутнього суспільства, де гендерна рівність та інклюзивність стануть нормою.

Стать («sex») визначає біологічні відмінності, тоді як гендер («gender») [49], відображає соціально-психологічні аспекти. Гендерна ідентичність формується на двох рівнях: внутрішньому, що охоплює психосексуальний розвиток, і зовнішньому, пов'язаному з гендерною соціалізацією.

Психосексуальний розвиток – це складний біосоціальний процес, в якому формується статева самосвідомість, статевий потяг і психосексуальні орієнтації. Гендерна соціалізація визначається як вплив на особистість з метою формування гендерної культури суспільства [49].

Гендерні стереотипи, або статево-рольові уявлення, охоплюють маскуліність-фемінінність, розподіл ролей у сім'ї і професійних сферах, а також

специфіку праці. Вони визначаються поглядами суспільства на те, якими «повинні бути» чоловік і жінка.

Різноманіття психологічних якостей осіб різної статі вивчається як об'єкт досліджень, зокрема, виявлено відмінності у поведінці, пізнавальних процесах і емоційній сфері [49]. Важливо враховувати ці різності для подальшого розвитку соціальних норм і законодавства, зокрема, у розподілі заробітної плати та робочих обов'язків.

За останні роки інтерес до вивчення психологічних характеристик чоловіків і жінок зросло, враховуючи різноманіття їхніх суб'єктивних досвідів та унікальних внесків у культуру і суспільство [49].

Дослідження гендеру, які здійснюються на перетині різних наукових дисциплін, охоплюють широкий спектр дослідницьких питань і почали активно розвиватися з початку 1980-х років. Головними об'єктами цих досліджень є норми поведінки, які приписуються чоловікам і жінкам, взаємини між статями, та фактори, що визначають цю поведінку і стосунки. Поняття «жіноче» і «чоловіче» розглядаються як конструкти культури.

Ключовим терміном у цій новій галузі міждисциплінарних досліджень є «гендер». Він став об'єктом жвавих обговорень і різних тлумачень в академічних колах заходу, починаючи з середини ХХ століття. Головна дискусія, що виникла навколо цього поняття, оберталася навколо питання про те, чи закладені соціокультурні характеристики особистості, які визначаються поняттям «гендер», у біологічних відмінностях між чоловіками та жінками, чи ж ці характеристики є результатом виключно суспільних чинників [45, с. 342].

Термін «гендер» був вперше введений американським психоаналітиком Р. Столлером у своїй роботі «Стать і гендер» у 1968 році. Він використовував цей термін для розрізнення понять «стать» і «гендер» з метою виділення соціокультурних аспектів «чоловічості» і «жіночості» від біологічних статевих різниць. Біодетермінізм аргументує відмінності в поведінці чоловіків і жінок біологічними та генетичними факторами, а основним аргументом є наявність репродуктивної анатомо-фізіологічної різниці між чоловіками і жінками. Тобто,

поняття «гендер» виступає як заперечення ідеї абсолютної біологічної визначеності відносин між чоловіками і жінками [61].

Поняття «гендер» активно використовується в сучасній науці, існують дискусії щодо його термінології як в українському, так і в зарубіжному науковому середовищі. Багато дослідників висловлюють критичні зауваження стосовно обґрунтованості використання цього терміну. В галузі психології та соціології, головним чином, використовується термін «гендер», щоб підкреслити, що більшість відмінностей між чоловіками і жінками формуються соціокультурними та суспільними чинниками. У випадку використання терміну «стать» наголошується на тому, що всі відмінності є прямими наслідками біологічних різниць [42, с. 70].

Гендерні стереотипи – це узагальнені уявлення про прийнятну модель поведінки і риси характеру, які відповідають поняттям «чоловіче» і «жіноче». Розгляд гендерних стереотипів корисно проводити з двох позицій: з точки зору чоловічої та жіночої самосвідомості, з одного боку, і з позиції колективної суспільної свідомості, з іншого [40, с. 150].

Низка проведених досліджень гендерних стереотипів веде до двох важливих висновків. По-перше, гендерні стереотипи є сильнішими, ніж расові. По-друге, існують стійкі гендерні стереотипи, і члени групи, на яку вони впливають, приймають ці стереотипи [40, с. 155].

Це добре демонструється у дослідженні К. До та Т. Емсвейлера [70]. У їхньому експерименті студентів і студенток ознайомили з вражаючими результатами, які досягли їхні однокурсники (чоловік або жінка) у виконанні складного завдання. Потім їх запитали висловити своє бачення того, що, на їхню думку, призвело до цього успіху. Виявилось, що і студенти, і студентки в основному приписували досягнення чоловіка його власним здібностям, тоді як щодо успіхів жінки обидві групи вважали, що вони більше залежать від вдачі.

М. Нестеренко [41, с. 190] зауважує, що самосприйняття жінок часто відображає стереотипи та соціокультурні норми, пов'язані з жіночістю. Зазвичай жінкам приписується більша емоційність, співчутливість та орієнтація на

відносини. Вони можуть бути більш обізнаними зі своїми емоціями та більше звертати увагу на зовнішню привабливість через соціокультурний тиск.

Самосприйняття чоловіків часто пов'язане з роллю гендерної норми «мачо». Чоловікам може бути важко виражати слабкість чи вразливість через соціокультурний страх втрати мужності. Також, вони можуть відчувати більший тиск щодо досягнень та успіху у суспільстві [41].

Соціокультурні фактори мають суттєвий вплив на специфіку самосприйняття. Стереотипи, норми та очікування, пов'язані зі статтю, можуть формувати та моделювати самосприйняття жінок і чоловіків. Наприклад, реклама, мас-медіа та родинна соціалізація можуть підтримувати гендерно залежні стереотипи та формувати відповідне самосприйняття.

Отже, специфіка самосприйняття за гендерною приналежністю відображає вплив соціокультурних стереотипів та норм на особистість. Розуміння цієї специфіки є важливим для подолання гендерних обмежень та створення більш вільного та спрямованого на рівність суспільства. Важливо підтримувати розвиток позитивного самосприйняття та допомагати кожній особистості знайти свій унікальний шлях розвитку незалежно від її статі.

Важливо відзначити різновиди підкорення гендерним нормам. Ш. Берн [47, с. 688] визначає три типи такого підкорення:

1) поступливість: цей тип характеризується конформним підкоренням соціальним нормам. Особа може не поділяти ці норми, але змінює свою поведінку відповідно до них, щоб уникнути покарання і отримати суспільне схвалення;

2) схвалення (інтерналізація): цей тип вказує на повне прийняття гендерних норм. Особа повністю згодна з цими нормами та внутрішньо їх інтегрує;

3) ідентифікація: цей тип базується на повторенні рольової моделі (наприклад, ролі чоловіка, жінки, батька або матері). Особа спостерігає за цими моделями і наслідує їхню поведінку.

Звернемо увагу на стадіальний розвиток гендерної ідентифікації і його вплив на формування рис характеру у дітей. Велика кількість авторів виділяє різні етапи в цьому процесі. Наприклад, С. Томпсон [61, с. 70] розглядає розвиток статевої ідентичності в ранньому дитинстві через наступні три етапи:

1) усвідомлення існування двох статей: дитина перш за все відкриває для себе той факт, що існують дві різні статі в світі;

2) включення себе в одну зі статей: дитина обирає стать, з якою вона ідентифікує себе, і стає частиною цієї категорії;

3) самовизначення і формування поведінки: на цьому етапі дитина розвиває свою ідентичність і вибирає способи поведінки, які відповідають обраній статі, змінюючи їх у відповідності зі своїми уявленнями про гендерні ролі.

Це формування статевої ідентичності впливає на розвиток характеру дітей. Наприклад, дослідник А. Визгін виявив відмінності у самооцінці та самопрезентації у чоловіків і жінок [33, с. 51].

Так, чоловіки зазвичай проявляють себе як індивіди, які стримують свої емоції і прагнуть до об'єктивності. Вони відчують себе впевнено, коли вони відповідають соціальним стереотипам мужності. Жінки, натомість, надають більшій важливості міжособистісному спілкуванню, вони емоційні та імпульсивні, схильні до суб'єктивізму. Їхня самостійність менше залежить від соціальних очікувань і носить більш особистий характер.

Це підкреслює важливість розуміння впливу статевих ролей і гендерних очікувань на формування характеру та самосприйняття особистості.

За поглядами О. Вейнінгера [8], стать не слід сприймати як два ізольовані полюси, а отримувати її як дві субстанції, які завжди присутні в різних комбінаціях у всіх живих індивідах. Це означає, що кожна особистість має в собі як елементи «мужнього», так і «жіночого», і ніколи не може бути абсолютною чоловічою або жіночою. Таким чином, важливо не просто маркувати людей як «чоловік» або «жінка», але також вказувати, в якій пропорції ці статеві характеристики присутні у кожному з них.

Теорія когнітивного розвитку, або теорія самокатегоризації [4], підкреслює роль інформації, яку дитина отримує від дорослих, у процесі гендерної ідентифікації. Дитина навчається про те, як відповідати своєму статевому статусу і розуміє незмінність цієї приналежності. Це спонукає дітей шукати інформацію про те, як вести себе відповідно до своєї статі і прагнути відповідати соціальним очікуванням.

Важливо відзначити, що статева диференціація у поведінці розпочинається у дітей набагато раніше, ніж вони формують стійке усвідомлення своєї статевої ідентичності.

О. Кікінежді [21, с. 60] виділила фактори, що впливають на гендерне самосприйняття студентської молоді:

- 1) культурні впливи на гендерну ідентичність;
- 2) вплив соціального середовища;
- 3) освіта та навчання як фактори гендерного самосприйняття;
- 4) медіа та інтернет в формуванні гендерних стереотипів;
- 5) роль сім'ї у формуванні гендерної ідентичності;

Зокрема акцентуємо нашу увагу на важливості впливу сімейного середовища на гендерне самосприйняття студентської. Батьки, опікунська особа та інші члени родини можуть відігравати ключову роль у створенні позитивних гендерних стереотипів і сприянні гендерній рівності серед студентів (див. рис. 1.1).



Рисунок 1.1 – Гендерні рамки [38]

Гендерне самосприйняття студентської молоді є складним і багатограним явищем, що формується під впливом різноманітних факторів. У цьому контексті, культурні впливи, соціальне середовище, освіта та навчання, медіа та сім'я відіграють ключову роль у формуванні гендерної ідентичності та самосприйняття студентів.

Культурні впливи визначають гендерні стереотипи, ролі та норми, які суспільство визнає прийнятними для чоловіків і жінок. Соціальне середовище створює умови для взаємодії та формування гендерних стереотипів у різних сферах життя. Освіта і навчання можуть сприяти осмисленню гендерної ідентичності та розвитку критичного мислення щодо гендерних питань. Медіа та інтернет мають великий вплив на поширення гендерних стереотипів та формування гендерних уявлень.

Сім'я, як основна інституція виховання, може виконувати роль як підтримки, так і утвердження гендерних стереотипів. Важливо зазначити, що вплив цих факторів може бути як позитивним, що сприяє розширенню гендерної ідентичності та розумінню гендерних питань, так і негативним, що сприяє збереженню старих гендерних стереотипів і нерівності.

Розуміння цих факторів є важливим для розвитку освітніх і виховних програм, спрямованих на підтримку рівності та розширення гендерної ідентичності серед студентської молоді. Це також наголошує на необхідності сприяти відкритому інтердисциплінарному діалогу та дослідженням у сфері гендерних студій, щоб краще розуміти та впливати на гендерне самосприйняття та роль студентів у сучасному суспільстві.

Отже, гендер – це комплексна характеристика, яка поєднує як соціокультурні, так і біологічні аспекти і допомагає визначити поняття «чоловік» і «жінка». Гендер є важливим аспектом, який впливає на самосприйняття студентської молоді. Гендерне самосприйняття визначається соціокультурними стереотипами і ролями, які суспільство накладає на чоловіків і жінок. Ці стереотипи можуть впливати на те, як студенти сприймають себе, свої можливості та обмеження.

Студенти можуть відчувати тиск щодо статевої ідентичності і статевої ролі, що може впливати на їхнє самосприйняття. Гендер також впливає на спосіб сприйняття себе у відносинах з іншими людьми. Студенти можуть переживати різницю в очікуваннях та стосунках, залежно від їхньої статі.

Розуміння впливу гендеру на самосприйняття студентської молоді є важливим для створення більш інклюзивних і підтримуючих навчальних середовищ. Дослідження гендерних особливостей самосприйняття може сприяти виявленню та розумінню цих впливів та сприяти розвитку більш свідомих та відкритих підходів до гендерної рівності.

Гендерна рівність в освіті є важливою складовою сучасного освітнього процесу. Розуміння того, як гендер впливає на самосприйняття студентської молоді, дозволяє створювати кращі навчальні програми, сприяти розвитку гендерної чутливості серед викладачів і студентів, а також сприяти більш ефективному розвитку і самовираженню кожної особистості.

Таким чином, вивчення гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді є актуальним і важливим напрямом дослідження, що сприяє покращенню якості освіти та підтримці гендерної рівності. Відповідно до мети і завдань нашого дослідження, далі проведемо емпіричне дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді.

## **Висновки до розділу 1**

У першому розділі представлено результати теоретичного дослідження щодо визначення гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді.

Показано, що поняття самосприйняття у психології розглядалося як складний і багатогранний процес, що включає в себе усвідомлення та оцінку власних якостей, ролей, мотивів, цінностей та ідентичності. Важливо враховувати, що самосприйняття є активним та змінним явищем, що може піддаватися впливам зовнішнього середовища. У структурі самосприйняття

виокремлюють такі складові: фізичне, емоційне, соціальне, когнітивне самосприйняття самосприйняття, самопізнання і знання про себе, самоідентичність, самоповага, самоствавлення.

Виявлено, що у науковій літературі бракує праць про особливості самосприйняття студентської молоді, зокрема за гендерною ознакою. У знайдених працях зазначено, що особливості самосприйняття студентів включають вікові та гендерні фактори, вплив соціального середовища, емоційний стан, групову ідентичність, а також стигматизацію та перешкоди.

Встановлено, що гендер визначається не лише біологічними чинниками, але і соціокультурними стереотипами та ролями, які призначаються чоловікам і жінкам у суспільстві. Гендер впливає на самосприйняття, формуючи очікування та стереотипи, пов'язані з гендерною ідентичністю.

Представлено огляд наукових досліджень, які показують, що самосприйняття чоловіків пов'язане з відповідністю стереотипам мужності, сили, активності, а самосприйняття жінок – з відповідністю стереотипам жіночності, привабливості, м'якості тощо.

З'ясовано, що гендерні очікування і стереотипи визначають соціальні ролі чоловіків та жінок у суспільстві. Це може впливати на те, як молодь сприймає свої обов'язки й очікування від них. Результати нашого дослідження подані у наших публікаціях [26; 50; 52;].

У наступному розділі представлено результати емпіричного дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОСПРИЙНЯТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

#### 2.1 Опис і обґрунтування методик дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді

Аналіз наукової літератури, наведений у попередньому розділі показав важливість впливу гендеру на самосприйняття студентської молоді і доцільність проведення емпіричного дослідження, результати якого подано нижче.

У нашому емпіричному дослідженні взяли участь 40 осіб, 20 – жіночої (50 % вибірки), та 20 – чоловічої статі (50 % вибірки) у віці від 18 до 22 років, які навчаються у студентів спеціальностей «Середня освіта фізична культура» і «Фізична культура та спорт», у Хмельницькому національному університеті. Дослідження проводилося очно, протягом 3 тижнів. Респондентам було надано форми з методиками, після проходження досліджувані мали надіслати результати.

Проведення експериментального дослідження передбачало вирішення таких завдань:

1. Підібрати діагностичний інструментарій для проведення емпіричного дослідження чинників гендерного самосприйняття у студентів.
2. Здійснити аналіз та інтерпретацію отриманих результатів.
3. Розробити рекомендації щодо корекції самосприйняття студентської молоді з урахуванням гендерних особливостей.

Виходячи з мети і завдань нашого дослідження, для емпіричного вивчення гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді ми обрали такі діагностичні засоби:

- 1) тест двадцяти тверджень на самоствалення (М. Кун, Т. Мак-Партланд) [60];
- 2) методика дослідження самоствалення [37];

- 3) тест «Автопортрет» [34];
  - 4) методика «Статеврольовий опитувальник» (С. Бем) [49];
  - 5) методика «Вивчення гендерної ідентичності» (Л. Шнейдера) [35];
- Опишемо визначені методики більш детально.

*Тест двадцяти тверджень на самоствавлення (М. Кун, Т. Мак-Партланд)* (Twenty Statements Self-Attitude Test) [60] є інструментом для дослідження самосприйняття та самоствавлення особистості. Досліджуваний отримує завдання надати 20 різних відповідей на запитання «Хто я такий / така?» у протязі 12 хвилин. Цей тест дозволяє людині виразити свої думки про себе та свою ідентичність у формі коротких відповідей.

Цей тест може бути корисним інструментом для аналізу індивідуальних рівнів самосприйняття та самоствавлення. Відповіді можуть відображати різні аспекти особистості, зокрема стать, вік, сімейний статус, інтереси, цілі та багато інших аспектів.

Хоча результати цього тесту можуть бути корисними для розуміння того, як люди бачать себе, важливо пам'ятати, що вони є суб'єктивними і можуть змінюватися в залежності від контексту і часу. Також слід враховувати, що відповіді на цей тест можуть бути нав'язані соціокультурними нормами та очікуваннями.

Діагноз та аналіз результатів цього тесту вимагає уважного розгляду кожної відповіді та їх інтерпретації з урахуванням індивідуальних особливостей досліджуваного. Також важливо розуміти, що цей тест може бути лише однією зі складових діагностики і самопізнання особистості, і його результати повинні розглядатися разом з результатами, отриманими за іншими дослідницькими методиками.

У середині кожної відповіді можна визначати різні аспекти самосприйняття, такі як ідентифікація із соціальними групами, інтереси, цілі та самооцінка. Аналіз результатів може допомогти ліпше зрозуміти, як люди сприймають себе та свою ідентичність, і виявляти можливі тенденції та особливості у їхньому самосприйнятті.

*Методика дослідження самоствавлення [37]* розроблена на основі ієрархічної моделі структури самоствавлення, яка включає три рівні самоствавлення з різним ступенем узагальненості:

Глобальне самоствавлення: внутрішньо недиференційоване почуття «за» чи «проти» самого себе.

Самоствавлення розрізнене за самоповагою, аутосимпатією, самоінтересом і очікуванням ставлення від інших.

Рівень конкретних дій та готовностей до них щодо свого «Я».

Опитувальник містить сім шкал, що спрямовані на вимірювання вираженості установки на ті чи інші внутрішні дії на адресу «Я». Кожна шкала відображає певний аспект самоствавлення:

- шкала самовпевненості;
- шкала ставлення інших;
- шкала самоприйняття;
- шкала самокерівництво;
- шкала самозвинувачення;
- шкала самоінтересу;
- шкала саморозуміння.

Кожна з цих шкал включає в себе низку тверджень, на які досліджуваний або досліджувана має відповісти, використовуючи «+» (згоден / згодна) або «-» (не згоден / не згодна). Ця методика дає можливість виявити та виміряти різні аспекти самосприйняття і самоствавлення особистості, включаючи самооцінку, емоційні реакції на себе, взаємини з іншими та багато інших аспектів.

Середній показник за кожною шкалою інтерпретується таким чином:

- 1-3 бали – низький рівень;
- 4-7 балів – середній рівень;
- 8-10 балів – високий рівень

Використання цієї методики дає можливість проводити дослідження особистісних характеристик і розвитку самосприйняття у психологічних та педагогічних дослідженнях.

*Тест «Автопортрет» [34]* у контексті цієї методики визначається як зображення людини, створене самою людиною. Цей тест дозволяє дослідити, наскільки автопортрет відображає індивіда. Вивчаються також типологічні риси цього зображення.

Автопортрет може розвиватися у кількох напрямках, а вершини його художнього вираження різноманітні. Зокрема, автопортрети можуть включати такі аспекти:

- зображення особистості як центральної фігури на картині, часто у формі графічного зображення;
- зображення автопортрета в інтер'єрі, що доповнює або контрастує автопортрет;
- відображення декількох автопортретів різного віку, що представляють різні життєві етапи;
- використання автопортрета як метафори для вираження різних психологічних експериментів;
- сюжетні автопортрети в реальних ситуаціях з рідними і близькими;
- відображення автора в реальних важливих подіях;
- зображення вигаданих сценаріїв, в яких автор не був свідком.

Мета методики полягає у виявленні індивідуально-типологічних особливостей особистості. Для проходження тесту потрібні лише олівець або ручка та аркуш паперу розміром 10 x 15 см.

*Методика «Статеворольовий опитувальник» (С. Бем) [49]*, відома як BSRI (Bem Sex-Role Inventory), є широко використовуваним інструментом для вимірювання того, як люди сприймають свою стать. Ця анкета включає 60 рис характеру, кожен з яких респондент оцінює на 7-бальній шкалі, вказуючи, наскільки цей прикметник відповідає їхньому характеру. З цих 60 рис 20 відносяться до шкали мужності, включаючи такі як «сміливий», «аналітичний», «амбітний», «агресивний» тощо; 20 відносяться до шкали жіночності, такі як «жіночна», «сердечна», «любляча дітей», «уважна до потреб інших» тощо; решта 20 є нейтральними, включаючи «заздрисний (-а)»,

«надійний (-а)», «серйозний (-а)», «з великою зарозумілістю», «тактовний (-а)» тощо. Вибір рис був зроблений на основі характеристик, які вважалися гендерно відповідними на момент створення шкали. Головною метою було визначити, як суспільство сприймає стать у культурному контексті, а не в особистій ідентичності. Людина, яка має високі бали як за шкалою мужності, так і за шкалою жіночності, вважається андрогінною; жінкою вважається та, чия оцінка за шкалою жіночності висока, а за шкалою мужності низька; чоловіком вважається той, чия оцінка за шкалою мужності вища, ніж за шкалою жіночності. Термін «полотипізований(-а)» відноситься до тих, хто отримав низькі оцінки як за шкалою мужності, так і за шкалою жіночності. Такі люди відповідають загальноприйнятим гендерним ролям у своєму суспільстві.

Загалом, ця методика дозволяє визначити гендерну рольову ідентичність особи, тобто визначити, наскільки вона відповідає стереотипам чоловічої чи жіночої ролі в суспільстві. Вона допоможе нам з'ясувати, чи відповідають студенти стандартам традиційної гендерної ролі, або чи мають вони більш різноманітні гендерні ідентичності.

***Методика «Дослідження гендерної ідентичності»  
(Л. Б. Шнейдера) [35]***

Методика «Дослідження гендерної ідентичності» є проєктивною методикою, яка дозволяє оцінити гендерну ідентичність особистості. Методика заснована на принципах прямого та ланцюгового асоціативного тесту.

Досліджуванам пропонується прочитати список слів і підкреслити ті, які, на їх думку, мають відношення до них і їхнього повсякденного життя.

Ключ до методики містить список слів, які стосуються жіночої і чоловічої гендерної ідентичності. Спочатку підраховують кількість слів, які респондент пов'язує з собою в рамках жіночої та чоловічої гендерних ідентичностей. Потім підраховують кількість слів, які респондент пов'язує з собою в рамках протилежної гендерної ідентичності. Нарешті, співвідношення між цими двома величинами дозволяє визначити рівень гендерної ідентичності респондента.

Співвідношення оцінюється за такою шкалою:

0-1,0 – попередня ідентичність: респондент повністю ідентифікується з гендерною роллю, яка асоціюється з його статтю, яка була присвоєна при народженні;

1,0-2,0 – дифузна ідентичність: респондент не має чіткої гендерної ідентичності. Він/вона може відчувати себе в стані невизначеності або конфлікту щодо своєї гендерної ролі;

2,0-3,0 – мораторій: респондент активно досліджує свою гендерну ідентичність. Він/вона може експериментувати з різними гендерними ролями та поведінкою;

3,0-4,0 – досягнута ідентичність: респондент має чітку гендерну ідентичність, яка відповідає його/її суб'єктивному відчуттю себе;

4,0 і вище – псевдопозитивна ідентичність: респондент ідентифікується з гендерною роллю, яка не відповідає його/її біологічній статі.

Сутність методики полягає в тому, що респонденту або респондентці пропонується підкреслити слова, які, на його / її думку, стосуються його / її і його / її повсякденного життя. Кількість слів, вибраних респондентом чи респонденткою з кожного списку, дозволяє оцінити його / її гендерну ідентичність.

Таким чином, методика дозволяє оцінити гендерну ідентичність особистості на основі її самоопису. Методика проста у використанні та дозволяє отримати чіткі та об'єктивні результати.

Результати за кожною методикою подані у наступному підрозділі.

## **2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді**

У дослідженні, яке проводилося у листопаді 2023 року, взяли участь 40 осіб: 20 – жіночої і 20 – чоловічої статі віком від 18 до 22 років.

Розглянемо результати досліджень за методиками, використаними у нашому дослідженні.

Аналіз результатів дослідження за тестом двадцяти тверджень на самоствлення (**Twenty Statements Self-Attitude Test**) показав, що у студентської молоді обох статей існують певні гендерні особливості самосприйняття. Результати дослідження подані у таблицях 2.1 (відповіді жіночої підвибірки), 2.2 (відповіді чоловічої підвибірки), 2.3 (порівняльна таблиця за обома підвибірками) та на рисунку 2.1.

Таблиця 2.1 – Результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді (жінки) за тестом двадцяти тверджень

Показник	Кількість досліджуваних	
	особи	відсотки
Ідентифікація з соціальними групами	4	20 %
Ідентифікація з професійними ролями та досягненнями	3	15 %
Акцент на емоціях та почуттях	5	25 %
Акцент на фізичних характеристиках та здібностях	2	10 %
Акцент на інтересах та цілях, пов'язаних з особистим розвитком та самореалізацією	4	20 %
Акцент на інтересах та цілях, пов'язаних з активним способом життя та досягненням успіху	2	20 %

З таблиці 2.1 видно, що самосприйняття студентської молоді (жінок), виміряне за тестом двадцяти тверджень, має наступні особливості:

- 20 % досліджених ідентифікуються з соціальними групами, що свідчить про значну вагу оточуючого середовища і соціальної причетності у самосприйнятті;

- значна кількість досліджених (25 %) акцентують увагу на емоціях та почуттях, що може свідчити про високу емоційність та внутрішнє відчуття себе;

- тільки 15 % досліджених акцентують увагу на ідентифікації з професійними ролями та досягненнями, що може означати меншу вагу кар'єрних аспектів у самосприйнятті групи;

- лише 10 % досліджених акцентують увагу на фізичних характеристиках та здібностях;

- рівність відсотків (20 %) виявлено між акцентами на інтересах і цілях, пов'язаних з особистим розвитком і самореалізацією та інтересах і цілях, пов'язаних з активним способом життя та досягненням успіху.

Ці дані вказують на різноманітність та індивідуальність самосприйняття студентської молоді (жінок), а також на певні пріоритети та цінності, які впливають на їхнє сприйняття себе.

Жінки ідентифікують себе з соціальними групами, такими як сім'я, друзі, університет, професія. Вони також частіше говорять про свої емоції та почуття. Наприклад, жінки часто відповідали на питання «Хто я така?» такими твердженнями: «Я – сестра», «Я – подруга», «Я – студентка», «Я – майбутня вчителька», «Я – добра людина», «Я – чутлива», «Я – емоційна».

Таблиця 2.2 – Результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді (чоловіча підвибірка) за тестом двадцяти тверджень

Показник	Кількість досліджуваних	
	особи	відсотки
Ідентифікація з соціальними групами	3	15 %
Ідентифікація з професійними ролями та досягненнями	5	25 %
Акцент на емоціях та почуттях	1	5 %
Акцент на фізичних характеристиках та здібностях	4	20 %
Акцент на інтересах та цілях, пов'язаних з особистим розвитком та самореалізацією	3	15 %
Акцент на інтересах та цілях, пов'язаних з активним способом життя та досягненням успіху	4	20 %

З таблиці 2.2 можна зробити наступні висновки про самосприйняття студентської молоді (чоловічої підвибірки):

- 15 % досліджених ідентифікуються з соціальними групами, що може свідчити про важливість соціальної приналежності та прийняття ідентичності шляхом групової причетності;

- 25 % досліджених акцентують увагу на ідентифікації з професійними ролями та досягненнями, що може означати велику важливість кар'єрних аспектів і успіху для самосприйняття групи;

- тільки 5 % досліджених акцентують увагу на емоціях і почуттях, що може свідчити про меншу вагу емоційного аспекту у самосприйнятті групи;

- 20 % досліджених акцентують увагу на фізичних характеристиках та здібностях, що може вказувати на вагу зовнішнього вигляду та спортивно-фізичних досягнень у самосприйнятті чоловічої вибірки;

- 15 % досліджених акцентують увагу на інтересах та цілях, пов'язаних з особистим розвитком і самореалізацією;

- однак, так само 20 % досліджених акцентують увагу на інтересах і цілях, пов'язаних з активним способом життя і досягненням успіху. Це може свідчити про бажання сприймати себе як активних та успішних осіб.

Чоловіки ідентифікують себе з професійними ролями та досягненнями. Вони також частіше говорять про свої фізичні характеристики та здібності. Наприклад, чоловіки часто відповідали на питання «Хто я такий?» такими твердженнями: «Я – студент», «Я – програміст», «Я – високий», «Я – сильний», «Я – розумний».

Таблиця 2.3 – Порівняльні результати дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за тестом двадцяти тверджень

Показник	Жінки	Чоловіки	Загалом
Ідентифікація з соціальними групами	4 (20 %)	3 (15 %)	7 (35 %)
Ідентифікація з професійними ролями та досягненнями	3 (15 %)	5 (25 %)	8 (40 %)
Акцент на емоціях та почуттях	5 (25 %)	1 (5 %)	6 (30 %)
Акцент на фізичних характеристиках та здібностях	2 (10 %)	4 (20 %)	6 (30 %)
Акцент на інтересах та цілях, пов'язаних з особистим розвитком та самореалізацією	4 (20 %)	3 (15 %)	7 (35 %)
Акцент на інтересах та цілях, пов'язаних з активним способом життя та досягненням успіху	3 (15 %)	4 (20 %)	7 (35 %)

Аналізуючи таблицю 2.3, можна зробити такі підсумки:

- жінки мають вищі показники в акцентуванні уваги на ідентифікації з соціальними групами (20 % проти 15 % у чоловіків) та уваги на емоціях і почуттях (25 % проти 5 % у чоловіків). Це може свідчити про більшу особисту залученість жінок до відносин з іншими людьми та більшу емоційну чутливість;

- серед чоловіків вищий показник спостерігається в ідентифікації з професійними ролями та досягненнями (25 % проти 15 % у жінок). Це може означати, що кар'єрні успіхи та професійні досягнення мають більше значення для самосприйняття чоловіків;

- нижчі показники у чоловіків спостерігаються у вираженні акценту на фізичних характеристиках та здібностях (20 % проти 10 % у жінок). Це може вказувати на меншу самоактуалізацію вздовж фізичних параметрів у чоловіків, в порівнянні з жінками;

- загальні показники підкреслюють, що чоловіки та жінки надають більшу вагу ідентифікації з професійними ролями та досягненнями (40 % загалом). Також є помітний акцент на інтересах та цілях, пов'язаних з активним способом життя та досягненнями успіху (35 % загалом) для обох статей.

Ці результати свідчать про наявність гендерних відмінностей у самосприйнятті студентської молоді. Жінки більше акцентують увагу на соціальних зв'язках та емоціях, тоді як чоловіки більш уваги приділяють професійним ролям та досягненням. Обидві статі відзначають значення активного способу життя та досягнення успіху.



Рисунок 2.1 – Порівняльні результати дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за тестом двадцяти тверджень

Отже, на рисунку 2.1 коли порівнюємо результати за гендером, можна побачити деякі різниці. Наприклад, у жінок більше виражена ідентифікація з соціальними групами та емоціями, тоді як чоловіки більше акцентують на професійних ролях та фізичних характеристиках та здібностях. Однак, величина різниці між жінками та чоловіками не є значною і становить лише 1-2 %.

Загалом, результати дослідження показують, що у дослідженої нами студентської молоді частіше спостерігається ідентифікація із соціальними групами, інтереси та цілі, пов'язані з особистим розвитком та самореалізацією, а також акцент на інтересах та цілях, пов'язаних з активним способом життя та досягненням успіху. У жінок більше виражена ідентифікація з соціальними групами та емоціями, тоді як чоловіки більше акцентуються на професійних ролях, своїх фізичних характеристиках і здібностях.

У підсумку, дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за тестом двадцяти тверджень дозволяє краще зрозуміти психологічні особливості студентів та їхні пріоритети.

### **Аналіз результатів дослідження за методикою дослідження самоствавлення [37].**

Результати дослідженні подані в таблиці 2.4 та на рисунку 2.2 (відповіді жіночої підвибірки), а також в таблиці 2.5 та на рисунку 2.3 (відповіді чоловічої підвибірки).

Таблиця 2.4 – Результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді (відповіді жіночої підвибірки) за методикою дослідження самоствавлення

Шкала	Жінки (середній показник)
Самовпевненість	6,7
Ставлення інших	6,9
Самоприйняття	6,5
Самокерування	6,3
Самозвинувачення	5,2
Самоінтересу	6,6
Саморозуміння	6,8

У таблиці 2.4 представлені результати дослідження самосприйняття студентської молоді (відповіді жіночої підвибірки) за різними шкалами. Вона надає нам можливість краще зрозуміти, як жінки сприймають себе і свій роль у суспільстві.

Загальна картина самосприйняття жінок студентської молоді є позитивною. Жінки виявили певний рівень самовпевненості (6,7) і віри в себе, що свідчить про їхню впевненість у власних здібностях і можливостях. Вони також проявляють позитивне ставлення до інших (6,9), що свідчить про їхню

соціальну складову та спроможність встановлювати гармонійні відносини з оточуючими.

Жінки також проявляють самоприйняття (6,5) і задоволеність собою, що вказує на психологічну стійкість і розуміння власного «Я». Крім того, вони мають здатність самостійно керувати своїми діями та приймати рішення (6,3), що свідчить про їхню внутрішню силу і самостійність.

Відносно самозвинувачення (5,2), воно вказує на наявність деякого рівня самокритичності серед дослідженої нами жіночої вибірки. Це може бути пов'язано зі свідомим оцінюванням своїх вчинків і прагненням до самовдосконалення.

Дослідження також показує, що жінки проявляють інтерес до себе (6,6) та своїх потреб, що свідчить про вагомість особистих цілей і розвитку. Їхня здатність до саморозуміння (6,8) свідчить про глибоке усвідомлення себе і своїх внутрішніх бажань.

Студентки проявляють впевненість в своїх здібностях, позитивний підхід до інших людей, здатність самоаналізуватися та виявляти самостійність у власних рішеннях. Тим не менше, їхня самокритичність та нахили до самозвинувачення можуть стати перешкодою в досягненні повного саморозкриття і розвитку.

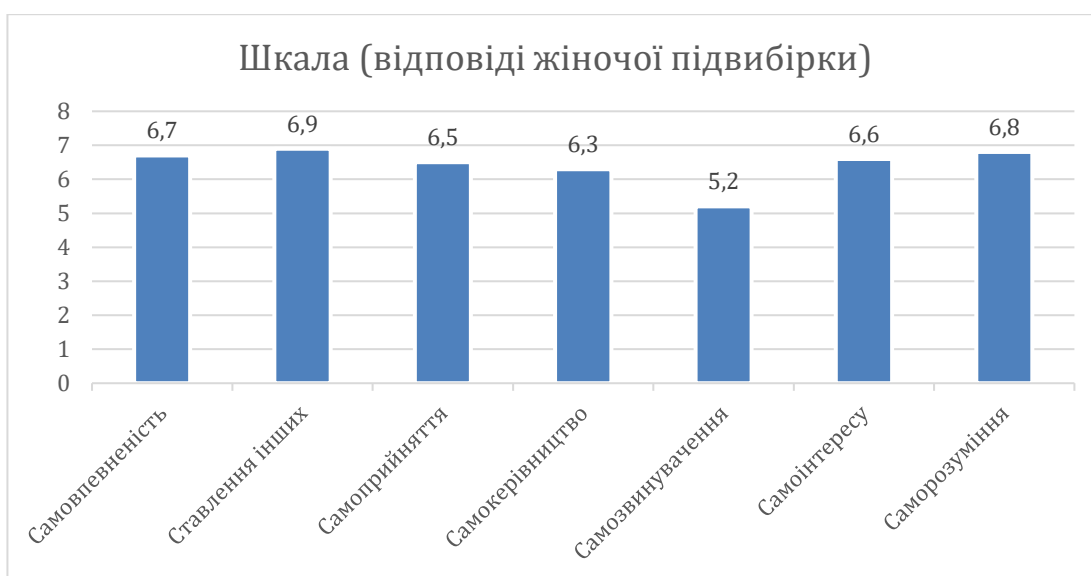


Рисунок 2.2 – Самоприйняття студентської молоді за гендерною ознакою (відповіді жіночої підвибірки)

На рисунку 2.2 представлена діаграма самосприйняття студентської молоді за гендерною ознакою (відповіді жіночої підвибірki). Яка показує рівень самовпевненості, ставлення до інших, самоприйняття, самокерування, самозвинувачення, самоінтересу і саморозуміння. Рівень самосприйняття за різними аспектами, виміряний на шкалі від 0 до 10.

Діаграма допомагає нам легше оцінити рівень самосприйняття жінок студентської молоді за різними аспектами та побачити, на які аспекти можна зосередити увагу для розвитку і самовдосконалення

Нижче розглянемо результати самосприйняття студентської молоді за гендерною ознакою (чоловіки).

Таблиця 2.5 – Результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді (відповіді чоловічої підвибірki) за методикою дослідження самоствавлення

Шкала	Чоловіки (середній показник)
Самовпевненість	5,9
Ставлення інших	6,2
Самоприйняття	6,5
Самокерування	5,7
Самозвинувачення	5,2
Самоінтересу	6,6
Саморозуміння	6,3

Таблиця 2.5 представляє результати дослідження самосприйняття студентської молоді (відповіді чоловічої підвибірki) за гендерною ознакою. Таблиця включає сім шкал самосприйняття: самовпевненість, ставлення до інших, самоприйняття, самокерування, самозвинувачення, самоінтерес і саморозуміння. Для кожної шкали наведено середній показник самосприйняття чоловіків.

Загальна картина самосприйняття чоловіків є достатньо позитивною. Чоловіки відчувають певний рівень самовпевненості та мають позитивне ставлення до оточуючих. Рівень самоприйняття чоловіків також є високим, що свідчить про задоволення від самого себе та позитивну самооцінку. Чоловіки мають здатність самостійно приймати рішення та керувати своїми діями. Загалом, їхній самоінтерес та саморозуміння є достатньо високим.

Однак, чоловіки можуть бути схильні до самозвинувачення, що може стати перешкодою в досягненні повного самореалізації та розвитку. Рівень самокерування чоловіків також може бути недостатнім, що вимагає додаткової уваги від педагогів та наставників у їхньому розвитку.



Рисунок 2.3 – Самосприйняття студентської молоді за гендерною ознакою (відповіді чоловічої підвибірки)

На рисунку 2.3 представлено графічне зображення самосприйняття студентської молоді (відповіді чоловічої підвибірки) за гендерною ознакою. Графік демонструє рівень самосприйняття чоловіків у різних аспектах. Аналізуючи графік, можна зробити наступні висновки: рівень самовпевненості серед чоловіків є достатньо високим; ставлення до інших також має високий рівень; самоприйняття і саморозуміння є важливими аспектами самосприйняття

для чоловіків, і вони наближаються до високих значень на графіку; самозвинувачення і самокерування потребують деякого покращення в самосприйнятті.

Отже, графік відображає важливі аспекти самосприйняття студентської молоді (чоловіків) за гендерною ознакою та допомагає зрозуміти, де можуть бути необхідні зусилля для розвитку та покращення.

Нижче у таблиці 2.6 представлені порівняльні результати дослідження, які свідчать про наявність гендерних відмінностей у самосвідомості студентської молоді.

Таблиця 2.6 – Порівняльні результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за методикою дослідження самоствавлення

Шкала	Жінки (середній показник)	Чоловіки (середній показник)
Самовпевненість	6,7	5,9
Ставлення інших	6,9	6,2
Самоприйняття	6,5	6,5
Самокерування	6,3	5,7
Самозвинувачення	5,2	5,2
Самоінтересу	6,6	6,6
Саморозуміння	6,8	6,3

З таблиці 2.6 бачимо, що жінки більш схильні до позитивної оцінки своїх можливостей, ставлення інших, самоконтролю, самопізнання та розуміння себе. Це означає, що жінки, в цілому, мають більш позитивне самосприйняття, ніж чоловіки.

Чоловіки більше схильні до позитивної оцінки своїх досягнень, самоприйняття та самозвинувачення. Це означає, що чоловіки, в цілому, більше

схильні до позитиву, пов'язаного з їхньою особистістю, та до негативних переживань, пов'язаних із невдачами.

Такі гендерні відмінності у самосвідомості можуть бути пояснені впливом гендерних стереотипів. Жінки традиційно асоціюються з такими якостями, як доброта, співчуття, чуйність, а чоловіки – з такими якостями, як сила, воля, рішучість. Ці стереотипи можуть впливати на формування самосприйняття у молодих людей.

### **Результати дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за методикою «Автопортрет» [34]**

За цією методикою можна здійснювати кілька варіантів інтерпретації. Нижче ми подаємо дві.

Інтерпретація I. Результати дослідження для неї представлені в таблицях 2.7 та 2.8

Таблиця 2.7 – Результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді (відповіді жіночої підвибірки) за методикою «Автопортрет». Інтерпретація I

№	Голова	Очі	Вуха і ніс	Рот	Руки	Ноги
1	Велика	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Великі
2	Маленька	Маленькі	Акцент на ніс	Відсутність	Довгі	Довгі
3	Велика	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
4	Маленька	Закриті	Великі	Виділений	Скуті	Великі
5	Велика	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
6	Маленька	Великі	Акцент на ніс	Виділений	Мляво опущені	Довгі
7	Велика	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
8	Маленька	Закриті	Великі	Виділений	Скуті	Відсутність
9	Велика	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі

## Продовження таблиці 2.7

10	Маленька	Маленькі	Акцент на ніс	Відсутність	Мляво опущені	Великі
11	Велика	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
12	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Скуті	Великі
13	Велика	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
14	Маленька	Великі	Акцент на ніс	Відсутність	Довгі	Відсутність
15	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
16	Маленька	Закриті	Великі	Виділений	Довгі	Відсутність
17	Велика	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
18	Маленька	Маленькі	Великі	Виділений	Мляво опущені	Відсутність
19	Велика	Великі	Великі	Виділений	Скуті	Довгі
20	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Відсутність

Аналіз таблиці 2.7, за методикою «Автопортрет», включає визначення кількості відповідей для кожного елемента та їх відсоткового співвідношення. Зведений аналіз приведено нижче:

Голова:

- Велика: 8 (40 %)
- Маленька: 12 (60 %)

Очі:

- Великі: 14 (70 %)
- Маленькі/закриті: 6 (30 %)

Вуха і ніс:

- Великі: 16 (80 %)
- Акцент на ніс: 4 (20 %)

Рот:

- Виділений: 16 (80 %)

- Відсутність: 4 (20 %)

Руки:

- Скуті: 5 (25 %)

- Мляво опущені: 3 (15 %)

- Довгі: 12 (60 %)

Ноги:

- Довгі: 11 (55 %)

- Великі: 4 (20 %)

- Відсутність: 5 (25 %)

У результаті аналізу автопортретів 20 жінок за методикою «Автопортрет», можна визначити, що 60 % з них намалювали маленьку голову, що може вказувати на почуття інтелектуальної або соціальної неадекватності. Водночас 70 % представниць статі зобразили великі очі, що може свідчити про їхню гіперчутливість та прояв заклопотаності відносно громадської думки.

80 % жінок намалювали великі вуха, що може виявляти їхню чутливість до критики. Також 20 % виразно промалювали ніс, що може вказувати на наявність сексуальних проблем.

Так само у 80 % автопортретів яскраво промальовано рот, що може сигналізувати про примітивні оральні тенденції, труднощі з висловленням своєї думки та сексуальні потреби. 20 % не намалювали рот, що може вказувати на депресію або млявість у спілкуванні.

60 % жінок намалювали довгі руки, що може свідчити про їхню амбіційність та активну залученість до зовнішнього світу. Руки, притиснуті до тіла, були представлені в 25 % малюнків, що може вказувати на жорстку та обов'язкову особистість.

55 % досліджуваних зобразили довгі ноги, що може вказувати на їхню потребу в незалежності. Великі ноги, що символізують потребу в безпеці, були представлені в 20 % малюнках. Відсутність ніг на малюнку, яка відзначена у 25 %, може вказувати на нестабільність і відсутність впевненості особи.

Таблиця 2.8 – Результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді (відповіді чоловічої підвибірки) за методикою «Автопортрет». Інтерпретація I

№	Голова	Очі	Вуха і ніс	Рот	Руки	Ноги
1	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Великі	Відсутність
2	Велика	Маленькі	Великі	Виділений	Скуті	Довгі
3	Маленька	Маленькі	Великі	Відсутність	Великі	Відсутність
4	Велика	Маленькі	Акцент на ніс	Виділений	Великі	Довгі
5	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Великі	Відсутність
6	Велика	Маленькі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
7	Маленька	Великі	Великі	Відсутність	Скуті	Відсутність
8	Велика	Маленькі	Великі	Виділений	Великі	Довгі
9	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
10	Велика	Маленькі	Акцент на ніс	Відсутність	Великі	Відсутність
11	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Скуті	Довгі
12	Велика	Маленькі	Великі	Виділений	Довгі	Відсутність
13	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Великі	Довгі
14	Велика	Маленькі	Акцент на ніс	Виділений	Довгі	Відсутність
15	Маленька	Маленькі	Великі	Відсутність	Скуті	Відсутність
16	Велика	Маленькі	Великі	Виділений	Великі	Відсутність
17	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Великі	Довгі
18	Велика	Маленькі	Великі	Відсутність	Мляво опущені	Відсутність
19	Маленька	Великі	Великі	Виділений	Довгі	Довгі
20	Велика	Маленькі	Великі	Відсутність	Великі	Довгі

Голова:

- Велика: 10 (50 %)
- Маленька: 10 (50 %)

Очі:

- Великі: 8 (40 %)
- Маленькі: 12 (60 %)

Вуха і ніс:

- Великі: 17 (85 %)
- Акцент на ніс: 3 (15 %)

Рот:

- Виділений: 14 (70 %)
- Відсутність: 6 (30 %)

Руки:

- Великі: 10 (50 %)
- Довгі: 5 (25 %)
- Скуті: 4 (20 %)
- Мляво опущені: 1 (5 %)

Ноги:

- Відсутність: 10 (50 %)
- Довгі: 10 (50 %)

За отриманими даними можна відзначити, що половина чоловіків зобразила велику голову, а інша половина – маленьку. Щодо очей, більшість чоловіків вибрала маленькі очі (60 %). Велика більшість чоловіків (85 %) намалювала великі вуха та ніс, що може вказувати на їхню чутливість до критики. Стосовно рота, 70 % вибрали виділений рот, що може свідчити про примітивні оральні тенденції або утрудненість з промовою.

Половина чоловічої вибірки намалювала великі руки, а 25 % – довгі. Так само, половина чоловіків зобразила їх довгими, а інша половина взагалі не зобразила ніг.

Інтерпретація II (інтегративно-оцінна).

Зведені результати дослідження, за жіночою і чоловічою вибірками представлені в таблиці 2.9

Таблиця 2.9 – Результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за методикою «Автопортрет». Інтерпретація II

№ п/п	Виділяється ознака	Частота народження ознаки, %	
		жінки	чоловіки
1	Схематичне зображення в повний ріс	15	10
2	Схематичне зображення у вигляді особи	10	8
3	Реалістичне зображення обличчя анфас	25	20
4	Реалістичне зображення в повний зріст	10	15
5	Реалістичне зображення в повний зріст з предметом	5	10
6	Портрет в інтер'єрі	5	6
7	Сюжетне зображення	3	4
8	Метафоричне зображення	8	10
9	Реалістичне зображення у вигляді бюста	12	8
10	Реалістичне зображення в профіль	7	9

Аналіз таблиці 2.9 де зазначені відповіді жіночої та чоловічої підвибірки вказує на різноманіття у виявленні індивідуальних особливостей та тенденцій при створенні автопортретів за методикою «Автопортрет». Нижче наведений аналіз основних тенденцій для обох груп:

*Жіноча підвибірка.*

Схематичне зображення в повний ріс. Високий відсоток (15 %) цієї ознаки може вказувати на те, що деякі жінки мають схильність до спрощеного або абстрактного зображення себе.

Реалістичне зображення обличчя анфас. Значна частка (25 %) свідчить про те, що багато жінок обирають деталізоване зображення свого обличчя, можливо, вказуючи на педантичність та увагу до деталей.

Метафоричне зображення. Середній відсоток (8 %) цієї ознаки може вказувати на наявність творчої та фантазійної складової у самосприйнятті жінок.

*Чоловіча підвибірка.*

Реалістичне зображення обличчя анфас. Високий відсоток (20 %) свідчить про те, що чоловіки, також як і жінки, часто обирають деталізоване зображення свого обличчя.

Метафоричне зображення. Значна частка (10 %) цієї ознаки може вказувати на креативний підхід та тенденцію до вираження себе у формі метафор.

Реалістичне зображення в повний зріст. Середній відсоток (15 %) цієї ознаки може свідчити про те, що деякі чоловіки надають перевагу показу всього свого тіла.

Аналіз показників дозволяє виявити різноманітність у підходах до створення автопортретів між жінками та чоловіками, що може відображати різні аспекти самосприйняття особливостей в кожній з груп.

**Результати дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за методикою «Статеврольовий опитувальник» (С. Бем) [49] представлені в таблиці 2.10.**

Таблиця 2.10 – Результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за методикою «Статеврольовий опитувальник» (С. Бем)

Гендер	Шкала жіночності	Шкала мужності
Жінки	Середній бал: 6,1	Середній бал: 4,2
Чоловіки	Середній бал: 3,8	Середній бал: 6,5

Як видно з таблиці 2.10, у жінок і чоловіків спостерігаються значні гендерні відмінності в гендерній рольовій ідентичності. Жінки отримали в середньому вищі бали за шкалою жіночності, ніж за шкалою мужності. Чоловіки, навпаки, отримали в середньому вищі бали за шкалою мужності, ніж за шкалою жіночності.

Розглянемо результати опитування жінок за методикою «Статеворольовий опитувальник» (С. Бем) на рисунку 2.4.



Рисунок 2.4 – Результати опитування жіночої вибірки за методикою «Статеворольовий опитувальник» (С. Бем)

Як видно з рисунку 2.3, жінки, в цілому, мають більш жіночну гендерну рольову ідентичність, ніж чоловіки. Це означає, що жінки більше схильні до таких якостей, як чуттєвість, співчуття, турботливість тощо.

Розглянемо результати опитування чоловіків за методикою «Статеворольовий опитувальник» (С. Бем) на рисунку 2.5.



Рисунок 2.5 – Результати опитування чоловічої вибірки за методикою «Статеврольовий опитувальник» (С. Бем)

Як видно на рисунку 2.5, гендерні відмінності в гендерній рольовій ідентичності студентської молоді можуть бути пояснені впливом гендерних стереотипів. Жінки традиційно асоціюються з такими якостями, як чуттєвість, співчуття, турботливість, а чоловіки – з такими якостями, як сила, мужність, рішучість. Ці стереотипи можуть впливати на те, як жінки і чоловіки сприймають себе і свою роль у суспільстві.

Жінки в цілому мають більш жіночну гендерну рольову ідентичність, ніж чоловіки. Це означає, що жінки більш схильні до таких якостей, як чуттєвість, співчуття, турботливість.

Середній бал 6,1 означає, що жінки в цілому вважають себе такими, що відповідають традиційним гендерним ролям для жінок. Вони більш схильні до таких якостей, як:

- жіночна;
- емоційна;
- турботлива;
- співчутлива;

- чутлива;
- м'яка;
- товариська;
- добра;
- любляча дітей.

Жінки також мають деякі чоловічі якості, але вони менш виразні, ніж жіночі. Середній бал 4,2 означає, що жінки в цілому вважають себе такими, що не відповідають традиційним гендерним ролям для чоловіків.

Чоловіки, в цілому, мають менш жіночу гендерну рольову ідентичність, ніж жінки. Це означає, що чоловіки більш схильні до таких якостей, як сила, мужність, рішучість.

Середній бал 3,8 свідчить, що чоловіки, в цілому, вважають себе такими, що не відповідають традиційним гендерним ролям для жінок. Вони менш схильні до таких якостей, які притаманні жінкам.

Чоловіки також мають деякі жіночі якості, але вони менш виразні, ніж чоловічі якості. Середній бал 6,5 вказує, що чоловіки, в цілому, вважають себе такими, що відповідають традиційним гендерним ролям для чоловіків. Вони більш схильні до таких якостей, як:

- сміливий;
- аналітичний;
- амбітний;
- агресивний;
- рішучий;
- самостійний;
- впевнений у собі;
- рішучий;

Загалом, у жінок і чоловіків спостерігаються значні гендерні відмінності в гендерній рольовій ідентичності. Жінки, в цілому, мають більш жіночу гендерну рольову ідентичність, ніж чоловіки, які в цілому мають більш чоловічу гендерну рольову ідентичність.

Дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за методикою «Дослідження гендерної ідентичності» (Л. Шнейдера) [35], показали, що загальна тенденція до більш високого рівня гендерної ідентичності у жінок. Це може бути пов'язано з тим, що жінки більше, ніж чоловіки, орієнтовані на соціальні норми та цінності, які часто пов'язуються з жіночою гендерною роллю.

Вищий відсоток жінок з досягнутою ідентичністю. Це може бути пов'язано з тим, що жінки в більш ранньому віці починають формувати свою гендерну ідентичність, яка, як правило, є більш стійкою.

Більш низький відсоток жінок з дифузною ідентичністю. Це може бути пов'язано з тим, що жінки в більшій мірі прагнуть до прийняття та ідентифікації з гендерною роллю, яка відповідає їхнім індивідуальним особливостям. Результати дослідження рівень гендерної ідентичності жіночої вибірки представлені у таблиці 2.11

Таблиця 2.11 – Результати дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді (жіноча підвбірка) за методикою «Дослідження гендерної ідентичності» (Л. Шнейдера)

Рівень гендерної ідентичності	Жінки
Достигнута ідентичність	13
Мораторій	7
Дифузна ідентичність	0
Псевдопозитивна	0

Рівень гендерної ідентичності жінок у відсотках наочно зображено на рисунку 2.11

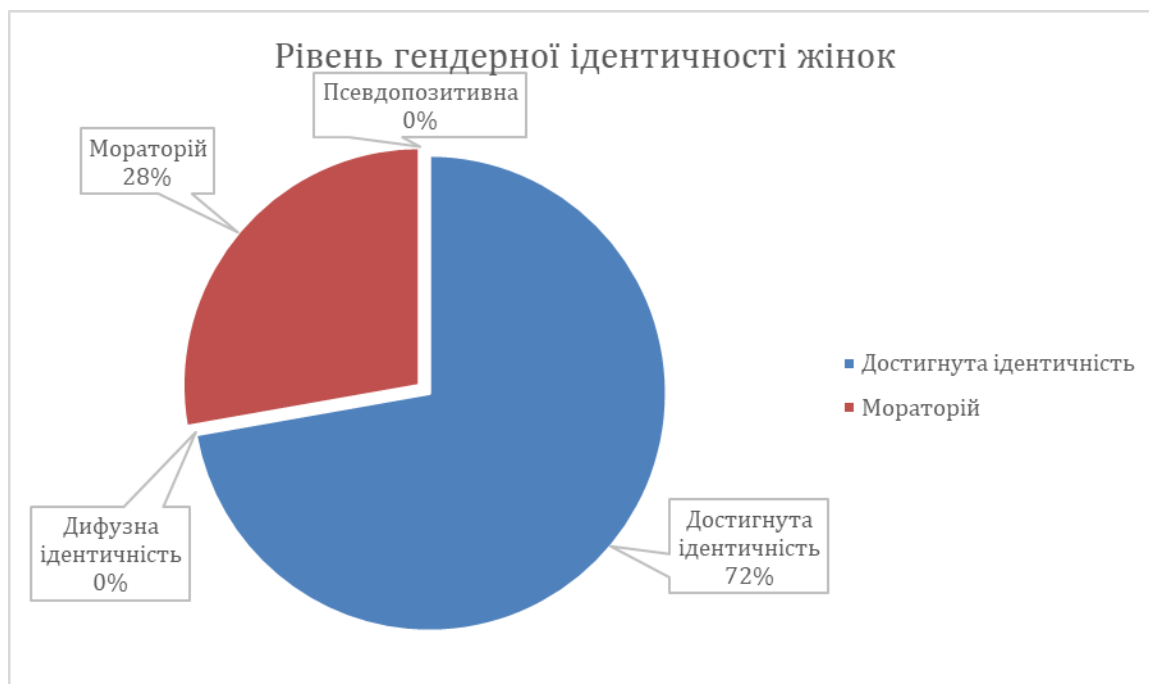


Рисунок 2.6 – Результати рівня гендерної ідентичності жінок

З таблиці 2.11 і рисунка 2.6 бачимо, що серед жінок частіше зустрічається досягнута ідентичність (13 з 20 випадків або 65 %), ніж дифузна та псевдопозитивна (0 з 20 випадків, 0 %). Серед жінок менш поширений мораторій (7 з 20 випадків, 25 %).

Серед чоловіків рідше зустрічається дифузна ідентичність (3 з 20 випадків, 15 %), ніж досягнута ідентичність (10 з 20 випадків, 50 %). Серед чоловіків також поширений мораторій (7 з 20 випадків, 35 %). Псевдопозитивна ідентичність (0 з 20 випадків, 0 %).

Результати дослідження рівень гендерної ідентичності чоловічої підвиборки представлені у таблиці 2.12

Таблиця 2.12 – Результати дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді (чоловіча підвибірка) за методикою «Дослідження гендерної ідентичності» (Л. Шнейдера)

Рівень гендерної ідентичності	Чоловіки
Достигнута ідентичність	10
Мораторій	7
Дифузна ідентичність	3
Псевдопозитивна	0

Рівень гендерної ідентичності чоловіків у відсотках зображено на рисунку 2.7

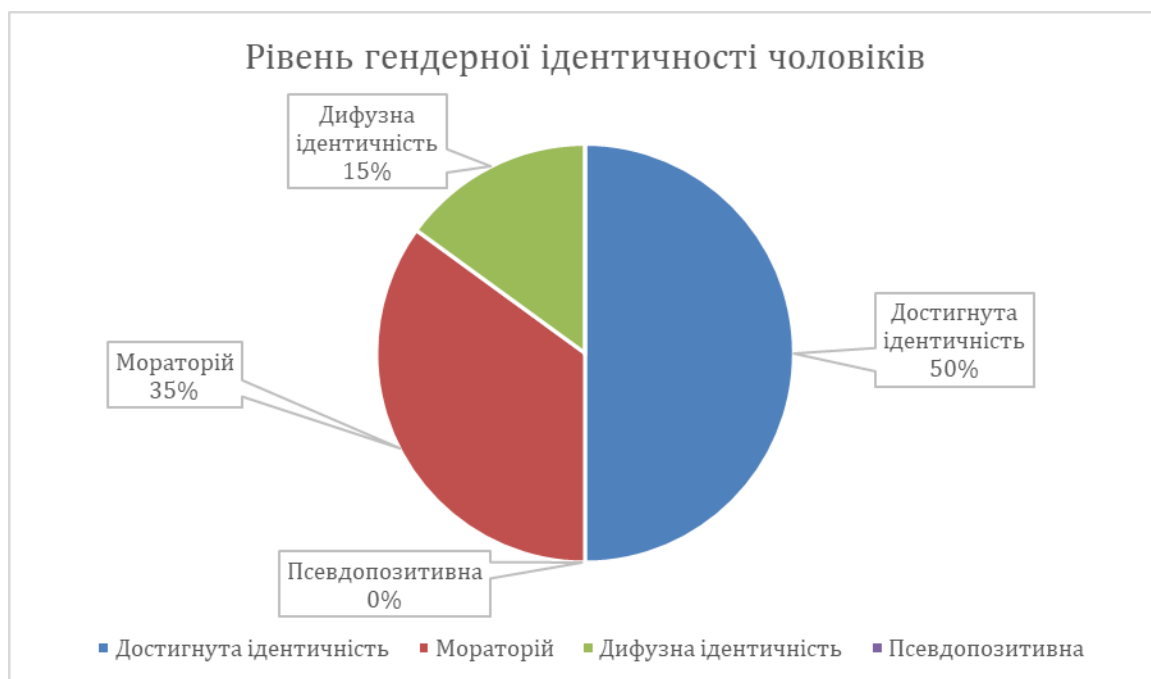


Рисунок 2.7 – Результати рівня гендерної ідентичності чоловіків

За результатами дослідження, рівень гендерної ідентичності жінок загалом вищий, ніж у чоловіків. Так, серед жінок досягнута ідентичність спостерігається у 13 з 20 випадків (65 %), мораторій – у 7 випадках, дифузна ідентичність і псевдопозитивна – у 0 випадках. Серед чоловіків досягнута ідентичність спостерігається у 10 з 20 випадків (50 %), мораторій – у 7 випадках, дифузна ідентичність – у 3 випадках (15 %), псевдопозитивна – у 0 випадках. Порівняльні

результати дослідження рівень гендерної ідентичності жінок та чоловіків представлені у таблиці 2.13.

Таблиця 2.13 – Порівняння результатів дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді за методикою «Дослідження гендерної ідентичності» (Л. Шнейдера)

Рівень гендерної ідентичності	Жінки	Чоловіки
Достигнута ідентичність	13 (65 %)	10 (50 %)
Мораторій	7 (25 %)	7 (35 %)
Дифузна ідентичність	0 (0 %)	3 (15 %)
Псевдопозитивна	0 (0 %)	0 (0 %)

Результати дослідження свідчать про те, що гендерні відмінності в самосвідомості студентської молоді є і проявляються, зокрема у рівні гендерної ідентичності. Жінки, в цілому, мають вищий рівень гендерної ідентичності, ніж чоловіки. Це може бути пов'язано з різними соціально-культурними факторами, які впливають на формування гендерної ідентичності у представників різних статей.

Так, наприклад, жіночі гендерні ролі традиційно пов'язані з турботою про інших, сім'ю та домівку. Ці ролі часто вимагають від жінок чіткої гендерної ідентифікації, яка допомагає їм виконувати свої обов'язки. Чоловічі гендерні ролі, навпаки, традиційно пов'язані з успіхом у кар'єрі та досягненням цілей. Ці ролі не завжди вимагають від чоловіків чіткої гендерної ідентифікації, а іноді навіть навпаки.

Результати за використаними у нашому дослідженні методиками узгоджуються між собою.

Враховуючи результати дослідження, можна зробити певні висновки та обговорити потенційні корекційні заходи. Основний висновок полягає в тому,

що існують гендерні розбіжності в самосприйнятті студентів, які впливають на їхні особистісні характеристики та вибір життєвого шляху.

Коригування гендерних стереотипів та навчання емпатії та рівноправної співпраці також можуть виявитися ефективними у розвитку гендерної ідентичності у студентській молоді. Розуміння та усвідомлення наших власних уявлень про гендер може допомогти уникати дискримінації та нерівноправного ставлення до інших.

Отже, на основі результатів дослідження можна зробити висновок, що самосприйняття студентської молоді є складним і багатограним явищем. Гендерні розбіжності в самосприйнятті виявляються у різних рівнях гендерної ідентичності. Важливо розуміти та враховувати ці розбіжності для створення рівних умов розвитку особистості кожного студента незалежно від їхньої гендерної приналежності.

### **2.3 Рекомендації щодо корекції самосприйняття студентської молоді з урахуванням гендерних особливостей**

На основі нашого теоретичного та емпіричного дослідження і, спираючись на праці Н. Гайсонюк, Т. Говорун, О. Кікінеджи, Н. Мартинюк, М. Нестеренко, В. Поліщук, М. Кун, С. Бем, Т. Мак-Партланд, Л. Шнейдера [8–10; 13; 21–23; 32; 41; 53; 60; 70; 35] ми розробили низку рекомендації щодо корекції самосприйняття студентської молоді з урахуванням її гендерних особливостей.

#### ***Загальні рекомендації.***

Зважаючи на те, що жінки, згідно нашого емпіричного дослідження, виявили вищий рівень гендерної ідентичності, можна рекомендувати проведення додаткових заходів підтримки та розвитку гендерної ідентичності у чоловіків. Наприклад, можна організувати тренінги та семінари, спрямовані на допомогу чоловікам у виявленні своїх гендерних ролей, розвитку емоційної ідентичності та формуванню мети в житті.

Також, враховуючи, що чоловіки більше акцентують увагу на своїх професійних ролях і фізичних характеристиках та здібностях, можна зосередитися на розвитку їхньої гнучкості та адаптивності. Наприклад, можна запропонувати курси і тренінги з вивчення м'яких навичок, комунікації та лідерства, що дозволить чоловікам розвивати інші аспекти своєї особистості, які також мають важливе значення для успіху в сучасному суспільстві.

Однак, треба пам'ятати про індивідуальні особливості кожної людини та не обмежуватися лише гендерними стереотипами. Кожен студент має свої власні уподобання, інтереси та цілі, і важливо створити умови, щоб кожен міг розвиватися відповідно до своїх потреб та потенціалу.

Іншим аспектом, який варто врахувати, є роль соціально-культурного середовища в формуванні гендерної ідентичності студентів. Для прогресивного розвитку суспільства потрібно сприяти створенню рівних можливостей та умов для розвитку як у жінок, так і в чоловіків.

Необхідно знайти способи підвищення гендерної свідомості серед студентської молоді та сприяти розумінню різних гендерних ролей і можливостей. Залучення до дискусій та освітніх заходів з теми гендеру може допомогти студентам розібратися в цьому питанні та розвивати свою гендерну ідентичність без стереотипів та обмежень.

Також важливо підтримати студентську молодь у визначенні своїх індивідуальних гендерних ролей та допомогти їм розвиватися та досягати своїх мет. Створення різноманітних можливостей для здобуття освіти, роботи та особистісного зростання допоможе студентам налагодити гармонійні стосунки з собою та оточуючими.

Крім цього, варто підкреслити важливість розуміння та поваги до власної гендерної ідентичності і іншої гендерної ідентичності. Створення безпечного та толерантного середовища на кампусі та взаємодія з іншими студентами різної гендерної приналежності сприятиме розумінню та прийняттю різних гендерних позицій.

### *Рекомендації щодо корекції самосприйняття для студенток жіночої статі.*

У сучасному світі самосприйняття жінок та їхня гендерна ідентичність зазнають значних змін і переосмислення. Для студенток, особливо на початку їхнього навчання університеті, цей період може бути вирішальним для їхнього особистісного розвитку. З цієї причини важливо враховувати гендерні особливості та надати їм рекомендації щодо корекції самосприйняття.

Перш за все, студентки повинні знати і розуміти свої права та можливості. Вони повинні знати, що мають право на рівну працю, навчання та розвиток, як і чоловіки. Необхідно постійно нагадувати собі та оточуючим про це і не приймати дискримінацію або нерівні умови як норму [7].

Наступною рекомендацією є створення і поліпшення підтримуючої мережі. Студентки можуть шукати підтримку серед рівних, які можуть бути взірцями та надавати підтримку в професійному й особистому розвитку. Групи за інтересами або професійні клуби можуть стати чудовим місцем для знайомства з подібно мислячими та мотивованими студентками і встановлення цінних зв'язків.

Додатково, важливо поглибити своє самопізнання та розуміння власних цінностей. Це допоможе студенткам зосередитися на тому, що їм дійсно важливо, і забезпечить більшу впевненість у собі та своїх рішеннях. Крім того, важливо розвивати свої навички комунікації і лідерства, що допоможе студенткам виявити свій голос і нести зміни у своєму оточенні.

Формування здорового ставлення до тіла та самооцінки є ще однією важливою аспектом корекції самосприйняття. Студентки повинні розуміти, що кожне тіло унікальне та заслуговує на нашу повагу і прийняття. Здоровий спосіб життя, у якому враховуються фізичні та емоційні потреби, є ключем до добробуту та позитивного самосприйняття [37].

Зрештою, найважливішою рекомендацією є визнання та прийняття своєї сили та потенціалу. Студентки повинні вірити у себе та свої здібності, а також не

боятися виходити зі зони комфорту і розвиватися. Це може вимагати праці та відданості, але нарешті буде варте зусиль.

Отже, рекомендації щодо корекції самосприйняття студенток-жінок мають на меті стимулювати їхній особистісний розвиток і забезпечити можливості для досягнення свого потенціалу. Це включає знання своїх прав, створення підтримуючого середовища, самопізнання, розвиток навичок та визнання власної сили. Корекція самосприйняття є тривалим процесом, але може принести значні користі і стати основою для успішного особистісного та професійного розвитку.

### ***Рекомендації щодо корекції самосприйняття студентів чоловічої статі.***

Самосприйняття студентів чоловічої статі є важливим аспектом їхнього особистісного розвитку. В сучасному світі гендерні ролі та очікування змінюються, тому важливо, щоб студенти чоловічої статі розвивали гнучкість у відношенні своєї гендерної ідентичності та мали можливість розкривати свої потенційні можливості.

Перш за все, важливо коригувати стереотипи про мужність і чоловічі ролі. Студентам чоловічої статі слід усвідомити, що справжня мужність полягає не у відповідності до стереотипів, а в урахуванні власних цінностей і настанов. Важливо заохочувати студентів до виявлення емоцій, емпатії та здатності до співчуття, що сприятиме побудові здорових стосунків і підвищенню самооцінки [16].

Другою рекомендацією є зонування розвитку соціальних навичок. Студентам чоловічої статі може бути корисно зосередитися на вдосконаленні комунікаційних вмінь, умінні будувати здорові стосунки з іншими, а також створювати підтримуюче середовище. Підтримуюча спільнота може стати цінним ресурсом для подолання стресу і важкостей, а також забезпечити студентам чоловічої статі підтримку у творчому й особистому розвитку.

Третя рекомендація – це створення балансу між академічними цілями та самообізнаністю. Студентам чоловічої статі важливо розвивати свої інтереси поза класними заняттями та активно досліджувати світ. Вони можуть знайти своє покликання та пристрасність, що забезпечить їм більшу самореалізацію та здоровий баланс у житті.

Крім того, студентам чоловічої статі варто акцентувати увагу на самозвітності і підтримці психічного здоров'я. Важливо відпочивати, навчатися стримувати і виражати емоції, а також освідомлювати власні потреби і надавати їм пріоритет.

Нарешті, однією з головних рекомендацій є активна участь в сприянні рівноправності та повагу до всіх гендерних груп. Студентам чоловічої статі слід прагнути створити та підтримувати безпечне та толерантне середовище для всіх студентів, незалежно від їхньої гендерної ідентичності [29].

Отже, рекомендації щодо корекції самосприйняття студентів чоловічої статі базуються на розвитку гнучкості у стосунку до гендерної ідентичності, формуванні здорових відносин, підвищенні комунікаційних вмінь, прагненні до самообізнаності та підтримці психічного здоров'я. Ці рекомендації мають на меті підтримати саморозвиток, який стане фундаментом для успішного особистісного та професійного росту студентів чоловічої статі.

### ***Рекомендації щодо корекції самосприйняття студентів для викладачів***

У сучасному освітньому середовищі важливо не лише навчати студентів фаховим навичкам, але й створювати умови для їхнього різностороннього розвитку та формування комплексної особистості. Зокрема, гендерні особливості можуть впливати на те, як студенти сприймають та розвивають себе у навчальному процесі.

Самосприйняття студентів має велике значення для їхнього академічного та особистісного розвитку. Психологи та викладачі можуть відгравати важливу роль у позитивному самосприйнятті та корекції негативних уявлень про себе. Нижче ми пропонуємо декілька рекомендацій, які можуть бути корисними:

1. Приділяйте увагу індивідуальності. Кожен студент – унікальна особистість зі своїми власними талантами, навичками та потенціалом. Підкреслюйте цінність кожної людини та її внеску у групову діяльність. Дайте можливість студентам сформуванню своєї ідентичності та почувати себе цінними в контексті навчання та життя.

2. Розвивайте позитивну атмосферу співпраці. Важливо створити сприятливу атмосферу в групі, де студенти підтримують одне одного та взаємодіють у дружній і відкритій манері. Пропонуйте спільний підхід до групових завдань, сприяйте співпраці та доброзичливості між студентами. Це дасть студентам можливість відчувати себе важливими та потрібними для успіху групи [24].

3. Зосередьтеся на розвитку сильних сторін. Допомагайте студентам виявити та розвинути їхні сильні сторони. Приділяйте увагу успіхам та досягненням студентів, підтримуйте їхні зусилля та покажіть, як їхні особисті якості і навички можуть бути корисними в різних сферах життя.

4. Допомагайте прийняти помилки та невдачі: помилки та невдачі – це невід’ємна частина навчання та розвитку. Підтримуйте студентів у процесі вивчення та надайте їм позитивний організаційний клімат, що дозволяє сприймати помилки як можливості для вдосконалення та розвитку.

5. Надавайте індивідуальну підтримку. Бути доступними та відкритими для студентів, які можуть потребувати індивідуальної підтримки. Організуйте індивідуальні консультації та діалогові практики, щоб допомогти студентам зрозуміти та змінити негативні уявлення про себе та розвивати позитивне самосприйняття.

6. Шануйте різноманітність. Урізноманітніть навчальний процес різними підходами та методами навчання, які враховують різні типи інтелекту та навчальні стилі студентів. Це допоможе студентам зрозуміти, що їхні різноманітні здібності і таланти є цінними та бажаними [6].

7. Проводьте тренінги та семінари з розвитку навичок самосприйняття: організуйте тренінги та семінари для студентів з питань самооцінки,

стимулювання мотивації, розвитку емоційного інтелекту та роботи зі стресом. Надайте студентам конкретні інструменти і техніки, які допоможуть їм покращити своє самосприйняття.

8. Підтримуйте активне залучення до навчання. Стимулюйте студентів брати активну участь у навчальному процесі, надайте їм можливість висловити свою думку та ділитися своїми ідеями. Це збільшить їхню самодовіру і сприятиме позитивному самосприйняттю.

9. Розробіть партнерську співпрацю. Посилуйте співпрацю між студентами та викладачами, створюючи партнерські відносини. Попри те, що викладачі мають академічний досвід і знання, вони також можуть навчитися від своїх студентів. Забезпечення партнерської співпраці допоможе студентам бачити себе як цінну та рівноцінну складову навчального процесу.

10. Використовуйте позитивне підсилення. Підкресліть досягнення та успіхи студентів, працюйте з ними над розвитком позитивних моментів. Використовуйте позитивне підсилення, щоб зміцнити самосприйняття та мотивацію студентів.

Усі ці рекомендації можуть бути ефективними для покращення самосприйняття студентів. Викладачі та психологи мають вплив на формування позитивного самосприйняття студентів, тому їхні зусилля важливі для створення сприятливого навчального середовища.

Нами також було розроблено тренінг на тему «Гендерне самосприйняття молоді» (Додаток А), щоб поглибити розуміння учасників щодо біологічних і соціальних аспектів статі і гендеру. Наш тренінг спрямований на те, щоб створити комфортне середовище для обговорення питань гендерної ідентичності, гендерних стереотипів і як вони впливають на самосприйняття студентської молоді.

#### ***Анотація заняття***

*Актуальність тренінгу.* Тренінг допомагає усвідомити та вирішити гендерні стереотипи, які можуть обмежувати можливості людей та призводити

до дискримінації на робочому місці, в освіті та в інших сферах. Розуміння гендерних відмінностей сприяє покращенню комунікації та взаєморозуміння між чоловіками та жінками в різних контекстах.

Тренінг сприяє формуванню свідомого підходу до рівності та інклюзивності, сприяючи створенню суспільства, де кожна особа має рівні можливості та права. Зрозуміння різниці між статями може допомогти розвивати лідерські якості, оскільки учасники тренінгу можуть більше адаптуватися до різних стилів керівництва. Гендерний тренінг може допомогти учасникам розкрити та розуміти свої власні гендерні ідентичності, сприяючи психосоціальному благополуччю та самовизначенню.

*Мета тренінгу* – спрямована на створення учасникам можливостей глибоко розуміти та адекватно реагувати на гендерні аспекти в сучасному суспільстві та в формуванні свідомого ставлення до гендерної рівності, взаєморозуміння та підвищенні навичок усунення гендерних стереотипів.

*Завдання:*

1. Розкрити основні термінів і поняття.
2. Розглянути вплив зовнішніх факторів на формування гендерної ідентичності.
3. Визначити наслідки гендерних стереотипів для суспільства.
4. Застосовувати здобуті знань через взаємодію у групових вправах.
5. Сприяти відкритим дискусіям та обміну думками.

*Адресна група* – студентська молодь.

*Тривалість* – 8 годин.

*Форма* – групова, очна форма.

*Перелік необхідного обладнання:* папір для писання, ручки, олівці, або фарби.

*Перелік планованих методів і прийомів:* міні-лекції, групова дискусія, рольова гра, сюжетна гра, казка, малювання тощо.

*Очікувані результати:* учасники отримають глибше розуміння термінів, концепцій та гендерних динамік, що лежать в основі сучасного суспільства та

розвиватимуть свідомість стосовно впливу гендерних стереотипів та виявлять їх в різних аспектах життя.

### 3. Короткий зміст заняття:

а) вступна частина: вітання, знайомство, встановлення контакту з групою, повідомлення правил роботи та цілей заняття.

б) основна частина – перелік вправ відповідно до цілей та завдань;

Вправа «Знайомство» [62];

Вправа «Очікування» [63];

Вправа «Встановлення правил у групі» [63];

Вправа «Традиційні уявлення про чоловіка та жінку» [62];

Інформаційне повідомлення «Гендерні стереотипи» [63];

Вправа «Що таке гендер» [62];

Вправа «Ми з тобою схожі...» [62];

Вправа «Малюємо ромашку» [62];

Вправа «Самокритика» [7];

Вправа «Розкриття троянди» [64];

Вправа «Що нас об'єднує і в чому ми індивідуальність» [62];

Вправа «Мій портрет» [7];

Вправа «Угода» [7];

Вправа «Що я беру з собою...» [62];

в) заключна частина: рефлексія, прощання, домашнє завдання.

Запропонований тренінг може бути корисним у роботі викладачів і психологів, які працюють зі студентською молоддю, зокрема для психологічних служб вишів.

## Висновки до розділу 2

У другому розділі представлено результати проведеного нами емпіричного дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді.

Були використані такі методики: тест «Двадцяти тверджень на самоставлення» (М. Кун, Т. Мак-Партланд); методика дослідження самоставлення; тест «Автопортрет»; методика «Статеврольовий опитувальник» (С. Бем); методика «Вивчення гендерної ідентичності» (Л. Шнейдера).

Дослідження виявило відмінності у самосприйнятті студентської молоді за гендерною ознакою, що підтвердило нашу гіпотезу.

Зокрема з'ясовано, що жінки демонструють більшу схильність ідентифікувати себе з соціальними ролями, пов'язаними із турботою про інших та емоційним інтелектом, у той час як чоловіки частіше асоціюють себе з професійними ролями, досягненнями, а також із фізичними характеристиками та конкуренцією.

Жінки виявляють більш реалістичне сприйняття себе і світу, в той час як чоловіки мають тенденцію до ідеалізованого погляду. Також виявлено, що жінки більш схильні до розуміння себе в контексті відносин з іншими людьми та оточуючим світом, тоді як чоловіки акцентують увагу на своїх особистих досягненнях. Високий рівень гендерної ідентичності виявлено в жінок загалом у порівнянні з чоловіками.

Рівень маскуліності чоловіків дещо вищий, ніж у жінок, а в жінок дещо вищий рівень фемініності. Разом із тим обидві підвибірki демонструють значну кількість якостей, які традиційно вважаються притаманними протилежній статі.

Розроблено рекомендації щодо корекції самосприйняття студентської молоді з урахуванням гендерних особливостей, а також тренінг «Гендерне самосприйняття молоді», спрямований на усвідомлення і подолання гендерних стереотипів. Результати нашого дослідження подані у нашій публікації [51].

## ВИСНОВОК

1. Проведено теоретичне дослідження щодо гендерних особливостей самосприйняття у студентів, що дозволило визначити важливі аспекти взаємодії гендерних чинників і самосприйняття в молодіжному середовищі. Аналіз літературних джерел виявив, що самосприйняття є складним та багатогранним явищем, яке включає різні його аспекти, такі як фізичне, емоційне, соціальне, когнітивне самосприйняття, самопізнання та самоідентичність.

Виявлено, що самосприйняття – це складне утворення, яке включає такі елементи, як усвідомлення власної фізичної, емоційної та соціальної ідентичності, оцінку власних якостей, цінностей, ролей та мотивацій. Важливою частиною самосприйняття є когнітивний аспект, який включає в себе самоідентифікацію, самопізнання і знання про себе. Самосприйняття є динамічним та змінним явищем, взаємодія з яким може піддаватися впливам зовнішнього середовища, соціальних чинників та особистісного розвитку. Отже, цей процес можна розглядати як постійний шлях самовизначення та розкриття внутрішнього потенціалу особистості.

Показано, що на самосприйняття впливають різні гендерні чинники, які формують спосіб, яким особа сприймає та розуміє саму себе у соціокультурному контексті. Гендер визначається не лише біологічними різницями між чоловіками та жінками, але і соціальними ролями, стереотипами та очікуваннями, які пов'язані з певною гендерною ідентичністю.

У контексті гендерних відмінностей у самосприйнятті важливо враховувати соціокультурний вплив гендерних стереотипів, які визначають соціальні ролі та очікування для чоловіків і жінок. Ці стереотипи можуть впливати на усвідомлення власного «я», формування цінностей, ідентичності та ролей в суспільстві.

Також виявлено, що гендер визначає різні способи виявлення і вираження емоцій, що впливає на емоційний аспект самосприйняття. Отже, розуміння

гендерних відмінностей сприяє глибшому розкриттю та визначенню процесів формування самосприйняття в контексті соціокультурного впливу.

2. Здійснено емпіричне дослідження, яке показало, що гендерні стереотипи суттєво впливають на самосприйняття студентської молоді. Виявлено, що студенти проявляють різні тенденції у формуванні свого особистісного образу в залежності від гендерних особливостей.

Жінки виявили більшу схильність ідентифікувати себе з соціальними ролями, пов'язаними із турботою про інших та емоційним інтелектом. З іншого боку, чоловіки частіше асоціюють себе з професійними ролями, досягненнями, а також з фізичними характеристиками та конкуренцією.

У контексті сприйняття себе і світу жінки виявили більш реалістичне сприйняття, тоді як чоловіки виявили тенденцію до ідеалізованого погляду на себе. Також було виявлено, що жінки більш схильні до розуміння себе в контексті відносин з іншими людьми та оточуючим світом, тоді як чоловіки акцентують увагу на своїх особистих досягненнях. Високий рівень гендерної ідентичності виявлено в жінок загалом у порівнянні з чоловіками.

Таким чином, наявні відмінності у самосприйнятті студентської молоді за гендерною ознакою, що підтверджує гіпотезу нашого дослідження.

3. Розроблено рекомендації щодо корекції самосприйняття студентів з урахуванням їх гендерних відмінностей. Ці рекомендації об'єднані у кілька груп: загальні рекомендації, рекомендації для студенток жіночої статі, рекомендації для студенток чоловічої статі, рекомендації для викладачів. Окрім того, запропоновано тренінг «Гендерне самосприйняття молоді», який спрямований на усвідомлення і подолання гендерних стереотипів, поглиблення розуміння студентів щодо біологічних і соціальних аспектів статі і гендеру.

*Перспективи подальший досліджень* полягають у глибшому вивченні гендерних стереотипів у сучасному суспільстві, аналізі їх впливу на вибір професій, розкриття ролі медіа та соціокультурного середовища у формуванні гендерних уявлень, а також розвиток інтервенцій для зменшення впливу шкідливих стереотипів на індивідуальному і колективному рівнях.

## ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Акімова А. Н. Гендерні стереотипи і гендерна ідентичність особистості *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць. 2012. Вип. 15. С. 28–38. URL: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/160526> (дата звернення: 29.09.2023).
2. Байер О. О., Моцна С. В. Індивідуально-психологічні характеристики представників групи професій «людина-техніка». *Соціально-гуманітарні науки та сучасні виклики* : матеріали III Всеукр. наук. конф., 25–26 травня 2018 р. Дніпро, 2018. С. 243–244.
3. Барська В. О. Сучасні погляди на проблему «Я-концепції». *Психологія*. Київ. Вип. 2 (9). Ч.1. С.112–117.
4. Векторна мотиваційна система : навч. посіб. / упор., перекл. Гайсонюк Н. А., наук.ред. Пасніченко А. Е. Чернівці, 2013. 192 с.
5. Вілкова О. Сучасні моделі гендерної політики: сутність та особливості впровадження. *Політичний менеджмент*. 2008. № 1. С.160–165.
6. Вовк Л. М. Психолого-педагогічні аспекти теорії гендеру. *Наукові праці* : наук.-метод. журнал. Вип. 239. Т. 251. Педагогіка. Миколаїв : Вид-во ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. С. 100–107.
7. Вправи на усвідомлення особливостей самосприйняття і сприйняття себе іншими. URL: <https://studfile.net/preview/9775756/page:23/> (дата звернення: 28.09.2023).
8. Гайсонюк Н. Гендерні та культурні відмінності рольових моделей самопрезентації. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2016. Т. I. Вип. 44. С. 72–76.
9. Гайсонюк Н. Полікультурність світу як виклик психотерапії. *Соціально-психологічні чинники самореалізації творчої індивідуальності у полікультурному світі* : монографія / за наук. ред. І. М. Зварича. Чернівці, 2011. С. 241–265.

10. Гайсонюк Н. Роль векторної системи мотивації у дослідженні самопрезентації особистості. *Актуальні проблеми психології*: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том 11. Вип. 9. Київ, 2014. С. 182–194.
11. Галецька І., Сосновський Т. Психологічне здоров'я. *Психологія здоров'я: теорія і практика*. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2006. С. 89–122.
12. *Гендерні студії у вищій школі: сучасні виклики та досягнення* : матеріали Всеукраїнського науково-педагогічного підвищення кваліфікації, м. Львів, 5 вересня – 16 жовтня 2022 р. Одеса : видавничий дім «Гельветика», 2022. 120 с.
13. Говорун Т. В. Соціально-економічні аспекти гендерної асиметрії. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2010. Вип. 7. С. 79–89.
14. Гончаренко М. С., Гололобова О. О., Пасинок В. Г. Визначення здатності студентів до самопізнання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту* : наук. монографія за ред. проф. Єрмакова С. С. Харків : ХДАДМ (ХХП), 2007. №12. 176 с.
15. Данильченко Т. Стереотипи зовнішності: яким має бути людське тіло? Київ : *Соціальна психологія*. 2005. №6. 83 с.
16. Дороніна Т. О. Гендерна чутливість і гендерна культура: проблеми нерівності, дискримінації за статевими ознаками стосовно і чоловіків, і жінок у всіх різноманітних проявах / *Директор школи*. Україна. 2007. № 7. С. 68–70.
17. Заграй Л. Д. Теорії гендеру: гендерні дослідження у психології : навч. посіб. ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника». Івано-Франківськ : Петраш К. Т. 2019. 263 с.
18. Іванова Т. В., Карч М. О. Гендерна ідентичність як мультिवаріативний феномен. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. Серія: психологія. № 4. 2020. С. 28–33.

19. Історія європейської ментальності / за ред. Петера Дінцельбахера. Львів, 2004. 720 с.
20. Кашлюк Ю. І. Психологічне здоров'я і психологічне благополуччя особистості як складові задоволеності життям. *Психологічний Часопис*. 2017. С. 47–54.
21. Кікінежді О.М. Формування гендерної культури молоді. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. №10. С.19-36.
22. Кікінежді О. М. Психологічні детермінанти гендерного самовизначення особистості в умовах соціально-психологічної трансформації українського суспільства. *Вісник Львівського університету*. 2017. Вип. 1. С. 58–67.
23. Кікінежді О. М. Гендерна ідентичність особистості: когнітивна парадигма. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Сер. Психологія і педагогіка. 2013. Вип. 22. С. 51-56.
24. Кічук А. В. Феноменологія психологічного здоров'я особистості: деякі теоретичні аспекти дослідження : наукове зібрання праць національної академії державної прикордонної служби України ім. Б. Хмельницького. Серія: психологічні науки. 2019. № 1. 147–158 с.
25. Коваленко А. Б., Корнєв М. Н. Соціальна психологія : підручник. Київ : Геопринт, 2006. 400 с.
26. Конкурс інноваційних ідей молодих вчених «ІІМВ ХНУ 2023». URL: <https://khmnu.edu.ua/konkurs-innovacziynyh-idej-molodyh-vchenyh-iimv-hnu-2023/> (дата звернення 01.12.2023).
27. Кубриченко Т. В. Ідентичність особистості у гендерному вимірі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Серія психологічна. Вип. 2(2). 2012. С. 323-331.
28. Кузнецов М.А., Шаповалова В.С. К 82 Студентські страхи: Види, структура, динаміка та шляхи корекції. Харків. «Діса плюс». 2016. 342 с.
29. Куценко Г.В. Образ і картина світу як чинники самодетермінації особистості. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць Кам'янець

Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Кам'янець Подільський : Аксіома, 2009. № 3. С. 212–222.

30. Лавриненко Н. В. Гендерні стереотипи масової свідомості. *Українське суспільство: моніторинг – 2000 р.* Інформаційно-аналітичні матеріали / за ред. В. М. Ворони, А. О. Ручки. Київ : інститут соціології НАН України, 2000. С. 211–235.

31. Максименко С. Д. Генетико-психологічні витоки розвитку і саморозвитку особистості. URL: [http://maksymenko-psychology.org.ua/sites/default/files/praci/Tvory/Stattya\\_-\\_Genetyko-psyhologichni\\_vytoky\\_rozvytku\\_i\\_samorozvytku\\_osobystosti.htm](http://maksymenko-psychology.org.ua/sites/default/files/praci/Tvory/Stattya_-_Genetyko-psyhologichni_vytoky_rozvytku_i_samorozvytku_osobystosti.htm) (дата звернення 20.08.2023).

32. Мартинюк Н. Самопізнання як чинник особистісної зрілості студентської молоді. Проблеми та перспективи наук в умовах глобалізації: матеріали VIII Всеукр. наук. конф. Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2012. 314 с.

33. Марценюк Т. Гендерна рівність і недискримінація: посібник для експертів і експерток аналітичних центрів. Київ. 2014. 65 с.

34. Методика «Автопортрет». URL: [https://stud.com.ua/82704/psihologiya/metodika\\_avtoportret](https://stud.com.ua/82704/psihologiya/metodika_avtoportret) (дата звернення 30.10.2023).

35. Методика «Вивчення гендерної ідентичності» (Л. Шнейдера). URL: [https://deps.snu.edu.ua/media/filer\\_public/86/ff/86ff2fcf-74f7-46bd-a0fa12f5509edbd8/materiali\\_xv\\_vseukrayinskoyi\\_naukovo\\_praktichnoyi\\_konferentsiyi\\_gender\\_2022.pdf](https://deps.snu.edu.ua/media/filer_public/86/ff/86ff2fcf-74f7-46bd-a0fa12f5509edbd8/materiali_xv_vseukrayinskoyi_naukovo_praktichnoyi_konferentsiyi_gender_2022.pdf) (дата звернення 30.10.2023).

36. Методика дослідження самоствавлення. URL: [https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2014/12/Psykhodiahnostyka\\_Metodychni\\_rekomendatsii\\_OPP\\_2021.pdf](https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2014/12/Psykhodiahnostyka_Metodychni_rekomendatsii_OPP_2021.pdf) (дата звернення 30.10.2023).

37. Миколайчук М. І. Культурно-ціннісна та релігійна детермінація становлення ідентичності особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2008. № 12 (117). С. 68–70.
38. Москаленко В. В. Соціальна психологія : підручник. Вид. 2, перероб. та доп. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 688 с.
39. Мунтян І. С. Гендерний підхід у професійній підготовці студентів вищих педагогічних закладів: Автореф. дис....канд. пед. наук: 13.00.04. Одеса, 2004. 19 с.
40. Мухамедьяров Н.Н. Образ фізичного Я особистості як складова Яконцепції людини : *педагогіка і психологія*. 2006. №1. 90–98 с.
41. Нестеренко М. О. Набуття гендерної ідентичності особистістю в проєкції різних теоретичних підходів. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2013. Вип. 46 (2). С.187–196. URL: [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/VKhnpu\\_psykhol\\_2013\\_46\(2\)\\_23.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/VKhnpu_psykhol_2013_46(2)_23.pdf) (дата звернення 05.08.2023).
42. Нестеренко М.О. Розвиток наукових уявлень про гендерну ідентичність і її структуру у психології. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С.Сковороди. Психологія*. 2011. Вип.41. С.128-137. URL: [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Vkhnpu\\_psykhol\\_2011\\_41\\_17.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Vkhnpu_psykhol_2011_41_17.pdf) (дата звернення 06.08.2023).
43. Онопрієнко Л. Гендерні відносини у сім'ї і суспільстві. *Соціальна психологія*. 2009. №2. С. 152–159.
44. Орґєєва С. В., Хачатрян В. В., Лозенко Н. М. Відповідальність за власне здоров'я як домінантний аспект здоров'язбереження студентів. *Вісник Національного авіаційного університету*. Серія: Педагогіка. Психологія : зб. наук. пр. К. Національний авіаційний університет. 2017. Вип. 1(10). С. 102–107.
45. Основи теорії гендеру: юридичні, політологічні, філософські, педагогічні, лінгвістичні та культурологічні засади: монографія. К.: «Хай-Тек Прес», 2018. 348 с.

46. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, В. Л. Зливкова, С. Б. Кузікової. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2015. 430 с.

47. Павлик Н. П. Компетентність як категорія теорії виховання. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/4454/1/1Kompetent.pdf> (дата звернення: 04.08.2023).

48. Підготовка працівників психологічної служби до професійної діяльності на засадах гендерної рівності : *спецкурс для слухачів очно-дистанційної форми навчання в системі післядиплом. пед. освіти*. НАПН України, Ун-т менедж. освіти. Київ. 2013. 40 с.

49. Подкоритова Л. О., Карпова Д. Є., Ігумнова О. Б., Комар Т. В. Диференційна психологія : навч. посіб. Хмельницький : ХНУ, 2022. 202 с.

50. Подкоритова Л., Зоріна К. Вплив гендерних стереотипів на самосприйняття молоді. Abstracts of XII International Scientific and Practical Conference. Bordeaux, France. Pp. 375–376. URL: <https://eu-conf.com/ua/events/youth-education-and-science-through-today-s-challenges/>

51. Подкоритова Л., Зоріна К. Емпіричне дослідження гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді. *Psychology Travelogs* : науковий журнал, № 2 (4), 2023. С. 56-63.

52. Подкоритова Л., Зоріна К. Теоретичні основи виявлення гендерних особливостей самосприйняття студентської молоді. *Формування особистості сучасного фахівця як суб'єкта самотворення в умовах освітнього простору* : матеріали XIII Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції, 2023. С. 17–19.

53. Поліщук В. М. Вікова і педагогічна психологія : навч. посіб. 4-те вид., стер. Суми : Університетська книга, 2019. 352 с.

54. Проблеми формування громадянського суспільства в Україні: виклики та колізії. Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ. 2020. 284 с.

55. Руденко В. М., Руденко Н. М. Математичні методи в психології : підручник Київ, 2009. 384 с.

56. Савіна М.І. Психологічні особливості гендерних взаємин. *Зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2012. Т.24. 4–5. С. 186–193. URL: [http://nbuv.gov.ua/j-pdf/pzpp\\_2012\\_24\\_5\\_23.pdf](http://nbuv.gov.ua/j-pdf/pzpp_2012_24_5_23.pdf) (дата звернення 05.08.2023)

57. Самопізнання URL: <http://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BF%D1%96%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F> (дата звернення 20.08.2023).

58. Семиченко В. Гендерні особливості самосприйняття студентів у контексті соціально-психологічних відносинах. *Соціальна психологія*. 2009. №2. С. 143–151.

59. Терлецька Л. Г. Процес самопізнання, його структура і роль у становленні особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. № 14. 2012. С. 152–158.

60. Тест двадцяти тверджень на самоствавлення (М. Кун, Т. Мак-Партланд). URL: <https://studfile.net/preview/5263787/page:10/> (дата звернення 30.10.2023)

61. Томпсон Д., Прістлі Д. Біологічна стать, соціальна стать і сексуальність. *Соціологія*. Львів 1998. С. 70-104.

62. Тренінг «Гендер – це цікаво». URL: <https://naurok.com.ua/trening-gender---se-sikavo-13591.html> (дата звернення 28.09.2023).

63. Тренінг «Гендер і стосунки між статями». URL: <https://vseosvita.ua/library/trening-gender-i-stosunki-miz-statami-dla-ucniv-8-klasu-438360.html> (дата звернення 28.09.2023).

64. Тренінг «Формуємо гармонійну особистість». URL: <https://vseosvita.ua/library/trening-formuemo-garmonijnu-osobistist-245903.html> (дата звернення 28.09.2023).

65. Філософський енциклопедичний словник / за ред. Шинкарука В.І. Київ: Абрис, 2002. 751 с.

66. Харріс Д. Поширеність турботи про зовнішність в населенні в цілому. *Британський журнал пластичної хірургії*. 2001. № 54. С. 223–226.
67. Шебанова В. І., Шебанова С. Г. Феноменологічна специфіка внутрішньої тілесності. *Вісник післядипломної освіти*. 2012. 8. С. 338–343.
68. Щотка О. П. Гендерна психологія : навч. посіб. Ніжин : Видавець ПП Лисенко М. М., 2019. 359 с.
69. Bem S.L. Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 1981. 88, P. 155 – 162.
70. Tracy L. Tylka, Nichole L. Wood-Barcalow What is and what is not positive body image? Conceptual foundations and construct definition *Body Image*, Volume 14, 2015, p. 118–129.