

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

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)  
Освітній рівень

ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ У ФОРМУВАННІ МІЖСОБИСТІСНИХ  
СТОСУНКІВ У РАНЬОМУ ДОРОСЛОМУ ВІЦІ

Назва теми

Галузь знань - 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність - 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Шифр 24363

номер ІІІІ

Виконав: студент ІІ курсу, групи ППМ-23-1

  
Підпис

Олексій КРУК

Ініціали, прізвище

Керівник доктор філософії з психології, доцент

  
Підпис

Олена ПЕТЯК

Ініціали, прізвище

Науковий ступінь, вчене звання

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки  
доктор психологічних наук, професор

  
Підпис

Таїсія КОМАР

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

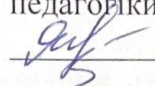
2 2 грудня 20 р.

Хмельницький, 2024

## ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту  
Кафедра психології та педагогіки  
Освітній рівень другий (магістерський)  
Галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»  
Спеціальність 053 «Психологія»  
Освітня програма освітньо-професійна програма «Психологія»  
Спеціалізація \_\_\_\_\_

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри психології та  
педагогіки Таїсія КОМАР

протокол № 5 від 14 грудня 2023р.

## ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Олексій КРУК

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Гендерні відмінності у формуванні міжособистісних стосунків у ранньому дорослому віці»  
Керівник кваліфікаційної роботи: Олена ПЕТЯК, доктор філософії з психології, доцент  
Затверджено наказом ректора університету від 26 серпня 2024 р. № 60
2. Строк подання студентом роботи на кафедру 02 грудня 2024 р.
3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: Опитувальник статевих ролей за методикою С. Бема. Методика «Малюнок чоловіка та жінки» Н. Романова. Опитувальник «Розподілення ролей у сім'ї», розроблений Ю. Альшиною, Л. Гозман та Е. Дубовською. Методика «Тест Лірі». Дослідження здійснювалось на базі Хмельницького національного університету, факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту. У дослідженні взяли участь 50 студентів закладу.
4. Зміст дипломної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1. Теоретичний аналіз гендерних відмінностей у формуванні міжособистісних стосунків у ранньому дорослому віці. Гендерні особливості у спілкуванні та міжособистісних відносинах; особливості міжособистісних конфліктів у контексті гендерних відмінностей; гендерні відмінності у розвитку емоційного інтелекту та їх вплив на міжособистісні взаємодії осіб раннього дорослого віку; розділ 2. Експериментальне дослідження гендерних відмінностей у формуванні міжособистісних стосунків у ранньому дорослому віці; організація та методи емпіричного дослідження; результати емпіричного дослідження; тренінг «Гендерна ідентичність та міжособистісні стосунки: Шлях

до гармонії та взаєморозуміння»; висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання, додаток А.

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень)

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

7. Дата видачі завдання 14 грудня 2023 року

### КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів (розділів) дипломної роботи магістра	Строк виконання етапу роботи	Примітка
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 02 січня 2024 р.	виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 03 березня 2024 р.	виконано
3	Оформлення вступу дипломної роботи.	До 01 вересня 2024 р.	виконано
4	I розділ дипломної роботи.	До 10 вересня 2024 р.	виконано
5	II розділ дипломної роботи.	До 01 жовтня 2024 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 01 листопада 2024 р.	виконано
7	Оформлення дипломної роботи.	До 01 грудня 2024 р.	виконано
8	Попередній захист дипломної роботи.	<u>08</u> листопада 2024 р.	виконано
9	Захист дипломної роботи (відповідно графіку)	<u>19</u> грудня 2024 р.	виконано

Здобувач Олексієв Олексій КРУК

Керівник роботи Петяк Олена ПЕТЯК

## АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «Гендерні відмінності у формуванні міжособистісних стосунків у ранньому дорослому віці»

Здобувач Олексій КРУК

Керівник Олена ПЕТЯК

Кваліфікаційна робота включає 78 сторінок, 5 таблиць, 3 рисунка, перелік джерел посилання складає 50 найменувань.

Ключові слова: міжособистісні стосунки, особистісний розвиток, гендерні ролі, емоційна близькість, молодь.

**Об'єктом дослідження** є формування міжособистісних стосунків у ранньому дорослому віці з урахуванням гендерних аспектів

**Предметом дослідження** гендерні відмінності у формуванні міжособистісних стосунків у ранньому дорослому віці.

За результатами дослідження розроблено тренінг «Гендерна ідентичність та міжособистісні стосунки: Шлях до гармонії та взаєморозуміння»

Одержані результати можуть бути використані в освіті, психологічному консультуванні, соціальній роботі та дослідженнях для розробки програм підтримки молоді та подолання гендерних стереотипів у міжособистісних стосунках.

Дипломник  Олексій КРУК

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 02 грудня 2024 р.

## ЗМІСТ

ВСТУП

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ФОРМУВАННІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У РАНЬОМУ ДОРОСЛОМУ ВІЦІ

1.1 Гендерні особливості у спілкуванні та міжособистісних відносинах

1.2 Особливості міжособистісних конфліктів у контексті гендерних відмінностей

1.3 Гендерні відмінності у розвитку емоційного інтелекту та їх вплив на міжособистісні взаємодії осіб раннього дорослого віку

Висновки до першого розділу

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ФОРМУВАННІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У РАНЬОМУ ДОРОСЛОМУ ВІЦІ

2.1 Організація та методи емпіричного дослідження

2.2 Результати емпіричного дослідження

2.3 Тренінг «Гендерна ідентичність та міжособистісні стосунки: Шлях до гармонії та взаєморозуміння»

Висновки до розділу

ВИСНОВКИ

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

ДОДАТОК А

# **РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ФОРМУВАННІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У РАНЬОМУ ДОРΟΣЛОМУ ВІЦІ**

## **1.1 Гендерні особливості у спілкуванні та міжособистісних відносинах**

Гендерні аспекти комунікації в контексті міжособистісних взаємодій є важливою проблематикою сучасної психології, що досліджує вплив гендерних ролей на стилі спілкування, способи взаєморозуміння та поведінкові патерни індивідів. Визначення і розуміння цих аспектів є необхідними для покращення якості міжособистісних стосунків, зокрема у ранньому дорослому віці, коли активно формується соціальна ідентичність, самооцінка та емоційна зрілість особистості. У цей період, на фоні соціальних і культурних змін, відбуваються значні трансформації у взаємодії між статями, що впливає на способи будування як романтичних, так і професійних стосунків. Оскільки гендерні стереотипи та ролі можуть формувати очікування і бар'єри в комунікації, їх дослідження є важливим для розвитку ефективних стратегій взаємодії та покращення соціальної адаптації молоді в умовах сучасного світу.

Гендерні аспекти комунікації відіграють ключову роль у формуванні та розвитку міжособистісних взаємодій у сучасному суспільстві. Розуміння цих аспектів є важливим для ефективного спілкування та побудови здорових стосунків у різних сферах життя, оскільки стилі комунікації можуть суттєво впливати на якість взаємодії між людьми, особливо в контексті романтичних, професійних та сімейних стосунків.

Вербальна комунікація є одним з основних аспектів, де проявляються гендерні відмінності. Дослідження показують, що жінки частіше використовують емоційно забарвлену лексику, експресивні вирази та інтонаційні варіації, що дозволяють їм передавати нюанси емоцій та

встановлювати більш тісний емоційний контакт. Вони також схильні до використання питальних форм, що дозволяє їм висловлювати сумніви або запитувати думки інших, що є важливою складовою міжособистісної підтримки та співпраці. Чоловіки, навпаки, схильні до більш прямолінійного та лаконічного стилю спілкування, де акцент робиться на чіткість, точність і логічність висловлювань. Чоловіки рідше вдаються до використання емоційно забарвленої лексики, що може бути пов'язано з традиційними соціальними очікуваннями, що вони повинні демонструвати стриманість і раціональність.

Додатково, дослідження вказують на різницю в стратегіях вирішення конфліктів: жінки схильні до більш компромісного підходу, використовуючи переговори та активне слухання для досягнення взаєморозуміння, тоді як чоловіки, як правило, обирають більш прагматичний результат орієнтований стиль, зосереджуючись на вирішенні проблеми. Також важливим аспектом є використання невербальної комунікації: жінки частіше звертають увагу на невербальні сигнали співрозмовника, інтерпретуючи їх як показник емоційного стану, тоді як чоловіки, як правило, звертають менше уваги на ці деталі. Однак важливо зазначити, що ці відмінності не є універсальними і можуть варіюватися залежно від культурних, соціальних і індивідуальних факторів. У сучасному суспільстві, де відбуваються значні зміни в гендерних ролях, спостерігається тенденція до більшої гнучкості в комунікаційних стратегіях обох статей, що сприяє розвитку більш рівноправних і відкритих стосунків. Тому розуміння цих гендерних відмінностей і їх впливу на комунікацію може допомогти покращити взаєморозуміння між людьми та сприяти зменшенню конфліктів, покращуючи таким чином якість міжособистісних взаємодій.

Комунікаційні здібності та стратегії значною мірою залежать від гендерної приналежності, що відображається в різних підходах до

вираження емоцій, вирішення конфліктів та сприйняття соціальних ролей. Розуміння цих відмінностей є важливим не лише для покращення взаєморозуміння між чоловіками та жінками, але й для формування гармонійних і стабільних взаємин у сучасному суспільстві. Мовленнєве спілкування, його стратегії, стиль та тон часто визначаються гендерними (соціостатевими) і комунікативними статусами учасників взаємодії. Поведінка та стиль спілкування чоловіків і жінок значно зумовлені двома основними чинниками: психофізіологічними особливостями та гендерними стереотипами, які сприяють закріпленню та передаванню гендерних ролей через покоління. Ці стереотипи, що формуються в суспільстві, є основою для уявлень про норми та очікувані якості поведінки представників різних статей.

У формуванні чоловічого та жіночого стилів спілкування значну роль відіграє свідомість індивідів, яка розвивається під впливом культурних і соціальних уявлень про гендерні ролі. З самого народження діти вступають у взаємодію з оточенням і поступово опановують роль чоловіка або жінки. Дівчатка та хлопчики виростають у різних соціальних контекстах, що включає різні види діяльності та ігри. Ігри хлопців зазвичай мають виражену ієрархічну структуру, що включає елементи конфліктів і змагань. У свою чергу, виховання хлопців орієнтоване на розвиток таких якостей, як сила, витривалість, самоконтроль, наполегливість і почуття обов'язку, що також формує їх стиль комунікації, схильність до прямолінійного та раціонального підходу у вирішенні проблем.

Жінок виховують в умовах, які підкреслюють важливість емоційної чутливості, співчуття, догляду та підтримки. Це створює основу для розвитку більш співчутливого і обережного стилю спілкування, орієнтованого на створення емоційної близькості та взаєморозуміння. Такий підхід до виховання також може сприяти розвитку більш тонкого

сприйняття невербальних сигналів та емоційних нюансів у міжособистісних взаємодіях.

Таким чином, гендерні стереотипи та соціальні норми не лише формують індивідуальні комунікаційні стилі, а й впливають на взаємодію між статями, визначаючи не лише повсякденне спілкування, але й загальний емоційний клімат у стосунках. Розуміння цих механізмів дозволяє розвивати більш ефективні стратегії взаємодії, що сприяють зменшенню конфліктів і покращенню якості міжособистісних стосунків.

Чоловічість (маскулінність) повинна виявлятися в особистості чоловіків у різних аспектах поведінки, включаючи комунікативну сферу. Однак важливо зазначити, що особистість не обмежена лише виявленням традиційно чоловічих чи жіночих якостей відповідно до усталених гендерних стандартів. Цілком природно, що в характері кожної людини можуть поєднуватися риси поведінки, які не відповідають класичним гендерним стереотипам. У сучасному суспільстві спостерігається тенденція до розширення соціальних ролей, що дозволяє індивідам виражати свої особисті уподобання і характер поза межами статевих очікувань. Одні й ті ж люди можуть демонструвати різні мовленнєві та комунікативні характеристики в залежності від конкретної ситуації. Наприклад, у контексті інтерактивної бесіди чи емоційного обговорення важливими є емпатія, здатність слухати та виявляти підтримку, що традиційно асоціюється з «жіночими» якостями. З іншого боку, в ситуаціях, що вимагають прийняття рішень або лідерства, акцент може бути зроблений на рішучість, впевненість і здатність до дії, що часто вважаються «чоловічими» рисами.

Таким чином, людина може адаптувати свій стиль спілкування відповідно до контексту та вимог ситуації, що свідчить про гнучкість гендерних ролей у сучасному суспільстві. Виявлення певних рис, характерних для тієї чи іншої статі, не повинно бути обмеженим лише

традиційними уявленнями про чоловічі та жіночі якості. Сучасний підхід до гендеру дозволяє кожній людині комбінувати та використовувати різноманітні стратегії поведінки в залежності від особистих потреб і соціальних умов. Гармонійне поєднання чоловічих і жіночих якостей сприяє більш ефективному і успішному спілкуванню, дозволяючи людині адаптуватися до різноманітних життєвих ситуацій і вимог. Такий підхід ґрунтується на ідеї, що маскуліність і фемініність не є протилежними категоріями, а скоріше взаємопов'язаними, і їх прояви залежать від індивідуальних особливостей особистості та конкретного контексту взаємодії. Взаємодія між цими якостями дозволяє людині вибрати найбільш відповідні стратегії спілкування, що допомагає забезпечити гнучкість і ефективність у соціальних взаємодіях [18].

Отже, чоловіки і жінки намагаються використовувати мовні стратегії, які вважаються типічними для їх статі, відповідно до соціальних очікувань та індивідуальних переконань. Однак поняття "чоловічої" або "жіночої" мови є умовними, оскільки мова не може бути строго поділена за статевими ознаками. Існують два основні стилі комунікації — маскулінний і фемінний, які можуть бути використані незалежно від статевої приналежності, залежно від гендерної самоідентифікації особистості. Тому терміни "чоловіча мова" і "жіноча мова" варто сприймати як умовні, усвідомлюючи, що існує значна варіативність у комунікативних стратегіях, якими можуть користуватися люди, зважаючи на їх власну ідентичність і контекст ситуації. Цей підхід дозволяє уникнути обмежень і стереотипів, що пов'язують певні мовні особливості з чоловічими чи жіночими ролями, і сприяє більш комплексному розумінню мовленнєвих практик у міжособистісних стосунках [19, ст. 32]. Проте, незважаючи на загальну гнучкість гендерних ролей у мовленнєвій поведінці, існують певні характерні відмінності, які зумовлюють специфіку комунікації чоловіків та жінок. Ці різниці стосуються не тільки загальної стратегії спілкування, а й

конкретних тактик ведення розмови, вибору тем, методів досягнення комунікативного успіху, а також ступеня впевненості, ввічливості та кооперативності висловлювань.

Наприклад, дослідження вказують на те, що чоловіки частіше використовують аргументовані стратегії, роблячи акцент на логічному обґрунтуванні своїх думок, прагнучи до чітких і рішучих висловлювань. Це часто проявляється у їхньому прагненні до досягнення консенсусу через переконання або заперечення. Натомість жінки, як правило, більш схильні до прояву емпатії, орієнтуючись на емоційне розуміння співрозмовника та врахування соціальних аспектів комунікації. Вони зазвичай прагнуть створити атмосферу взаєморозуміння і підтримки, часто надаючи перевагу обговоренню тем, пов'язаних з міжособистісними взаєминами, емоціями та соціальними проблемами. Ці відмінності, що проявляються у мовленнєвій поведінці, свідчать про специфічні підходи до комунікації, характерні для кожної статі, однак важливо розуміти, що ці стратегії можуть змінюватися в залежності від контексту та індивідуальних особливостей особистості [23].

По-друге, відмінності у мовленнєвій поведінці між чоловіками та жінками спостерігаються на всіх рівнях мови, включаючи фонологічний, лексичний та граматичний. Наприклад, у фонологічному плані чоловіки і жінки можуть мати різні особливості інтонації та тону голосу: жінки частіше використовують більш мелодійний і варіативний тон, тоді як чоловіки схильні до більш прямолінійного та низького звучання. Лексичні відмінності стосуються вибору слів та фраз, де жінки часто обирають більш емоційно забарвлені або співчутливі вирази, а чоловіки — більш конкретні та функціональні терміни. Також спостерігаються граматичні відмінності: жінки можуть використовувати складніші структури речень, зокрема для вираження складних думок або залучення співрозмовника до діалогу, тоді як чоловіки зазвичай надають перевагу коротким і чітким

реченням [8, ст. 2]. Ці відмінності підкреслюють, що соціокультурні та контекстуальні фактори значно впливають на способи мовного вираження, формуючи не лише мову як інструмент комунікації, а й відображаючи культурні норми та соціальні ролі. Вони свідчать про те, що різні стилі мовлення не визначаються тільки біологічною статтю, а є результатом соціальних очікувань та виховання в конкретному культурному середовищі [20]. Стиль комунікативної поведінки формується під впливом специфічних особливостей, притаманних представникам різних статей (дивитися таблицю 1.1):

**Таблиця 1.1 – Типові характеристики комунікативної поведінки чоловіків і жінок**

<b>Типова жінка</b>	<b>Типовий чоловік</b>
Потребує захисту	Незалежний
Тактична	Домінує
Ніжна	Агресивний
Говірка	Підприємливий
Емоційна	Приховує емоції
Розуміє почуття інших	Легко приймає рішення
Не використовує грубих виразів	Має ділові навички

Ця таблиця ілюструє деякі типові відмінності у комунікативних стилях між жінками та чоловіками. Важливо зазначити, що ці характеристики є загальними і не обов'язково відображають поведінку кожної окремої особи. Тренди в комунікації, як показують дослідження,

можуть варіюватися залежно від соціального контексту, особистісних рис та ситуації взаємодії.

Науковці зазначають, що середній чоловік зазвичай виявляє такі риси, як агресивність, цілеспрямованість, незалежність, здатність до домінування, а також вміння швидко приймати рішення і приховувати свої емоції [17]. Ці характеристики визначають основні цілі комунікації для чоловіків. Для них спілкування часто є інструментом вирішення конкретних проблем, а мовлення використовується здебільшого для отримання інформації та підтвердження власної компетентності. Більш глибокі мотиви, хоча й можуть залишатися непоміченими під час комунікації, суттєво впливають на вибір мовленнєвих стратегій та сценаріїв поведінки у процесі взаємодії [38].

Поняття "чоловічої розмови" в основному стосується тем, що традиційно асоціюються з мужністю та відображають стереотипні гендерні уподобання. Для чоловіків характерне обговорення різних аспектів, які вважаються частиною їхньої ідентичності, зокрема технічних новинок та досягнень, що підкреслюють їхню активність і практичність. Чоловіки часто обирають теми, які дозволяють продемонструвати знання в технічних або фізичних сферах, незалежно від їх професійної діяльності. Одними з таких тем є обговорення автомобілів, їх технічних характеристик, нових технологій у автомобільній промисловості, а також інновацій у сфері моторозробок. Чоловіки можуть бути глибоко зацікавлені в деталях, таких як двигуни, трансмісії, паливні системи та особливості експлуатації транспортних засобів. Це часто супроводжується захопленням конкретними марками автомобілів або мотоциклів, порівнянням моделей і характеристик, а також обміном враженнями від поїздок і тест-драйвів [38, ст. 12].

Також популярними є теми, пов'язані зі спортом, зокрема футболом, баскетболом, регбі, бойовими мистецтвами, а також спортивними

досягненнями, статистикою і аналізом матчів. У більш неформальних розмовах чоловіки можуть обговорювати спортивне обладнання, технічні особливості різних видів спорту та їхні власні досягнення. Важливими є також обговорення нових гаджетів і технологій, таких як смартфони, комп'ютери, відеоігри, а також технічні новинки в області електроніки та цифрових технологій. Тема комп'ютерних ігор, зокрема, часто займає значну частину розмов, де чоловіки можуть обговорювати нові релізи, стратегії, характеристики ігрових систем та персональних комп'ютерів. Ці теми відображають не тільки особисті інтереси, а й закріплені в культурі стереотипи щодо того, що є "чоловічими" інтересами і як вони мають впливати на мовлення [48, ст. 21]. У розмовах чоловіків значну роль також відіграють теми, що стосуються жінок, включаючи їхню зовнішність, поведінку та взаємини з ними. Важливим аспектом таких розмов є обговорення сексуальних тем, яке може включати власний досвід, уявлення та прагнення. Ці розмови відображають не лише особисті інтереси, а й соціально-культурні установки, які формують стилі комунікації і мовленнєвий репертуар чоловіків, впливаючи на те, які теми вони вважають важливими і прийнятними для обговорення.

Ще однією характерною темою для чоловіків є політика, економічні питання, глобальні події та наукові досягнення. Чоловіки частіше акцентують увагу на таких питаннях, оскільки вони асоціюються з соціальною значущістю і високим статусом. Це також може бути пов'язано з прагненням до самовираження через демонстрацію обізнаності в питаннях, що мають глобальний або суспільний контекст. Водночас здоров'я стає важливою темою для обговорення з віком, коли чоловіки починають активно замислюватися про своє фізичне самопочуття. Обговорення профілактики захворювань, методів лікування або фізичної активності набирає популярності, оскільки стає частиною загальної турботи про своє здоров'я [18].

У порівнянні з цими темами, обговорення власної зовнішності, яке є популярним серед жінок, чоловіки практикують значно рідше. У той час як жінки часто говорять про моду, красу та стиль, чоловіки, як правило, не надають великого значення обговоренню таких аспектів своєї зовнішності. Це може бути пов'язано з гендерними стереотипами, які визначають зовнішність як менш важливу для чоловічої ідентичності. Що стосується побутових тем, то багато чоловіків часто уникають обговорення домашніх справ та рутинних побутових питань, оскільки ці теми традиційно сприймаються як менш важливі або навіть "нечоловічі". Це також пов'язано з соціальними уявленнями про те, що чоловіки мають зосереджуватися на більш серйозних, "значущих" аспектах життя, таких як кар'єра або публічні досягнення.

Чоловіки часто виявляють однолінійність у спілкуванні, концентруючись на одній, чітко визначеній темі. Їм важлива суть висловлювання, а дрібні деталі часто залишаються поза увагою. Цей стиль спілкування також супроводжується психологічною "глухотою", коли чоловіки можуть не помічати деталей, що не стосуються основної теми розмови, і ігнорувати репліки, які не відповідають їхнім інтересам. Для них важливіше вираження думок логічно та послідовно, а зайвого словесного вираження вони уникають. Водночас, чоловіки часто проявляють нетерпимість до жіночих схильностей до натяків, образних висловлювань і обговорення дрібних аспектів, які вони вважають менш суттєвими для основної теми розмови. Така орієнтація на лаконічність і прямолінійність у спілкуванні може виглядати як прагнення до мінімізації "емоційних відхилень" і фокусування на фактах [8, ст. 12]. Крім того, чоловіки, які схильні до контролю над ситуацією та вважають себе компетентними, часто намагаються взяти ініціативу в спілкуванні, використовуючи стратегії домінування. Це може проявлятися в прагненні контролювати хід розмови, уникаючи неприємних чи незручних тем або ж

активно відстоювати основну тему, при цьому замінюючи її або обриваючи співрозмовника. Чоловіки також можуть застосовувати прийоми маніпуляції, такі як перебивання, неузгодження чи ігнорування коментарів, або навіть мовчання в моменти, коли вони хочуть нав'язати свою точку зору. Ці стратегії взаємодії часто служать для підкреслення їхньої соціальної ролі, незалежності, маскулінності та статусу, що може проявлятися як бажання утримувати контроль і домінувати в розмові.

Цей фактор впливає на вибір чоловіками монологічного стилю спілкування. Вони часто отримують задоволення від "слухання себе", своїх думок та переконань, і менш чутливі до емоційного стану співрозмовника. Чоловіки виражають свою думку впевнено і категорично, прагнучи продемонструвати свою компетентність і переконаність у правоті. Вони часто вступають у дискусії, аби підтвердити свою точку зору або висловити незгоду з партнером. Така манера спілкування може мати конфліктний або агресивний відтінок, оскільки основна мета полягає в тому, щоб довести свою правоту чи надати пораду. На відміну від цього, у жінок переважає колаборативний підхід до комунікації: для них важливіше створення контакту зі співрозмовником через відкритий діалог. Жінки схильні до слухання, підтримки і врахування емоційного стану інших, що дозволяє будувати більш гармонійні, взаємо підтримуючі стосунки. У їхньому спілкуванні більше уваги приділяється створенню емоційного зв'язку і співпраці, що може сприяти кращому взаєморозумінню і меншій ймовірності конфліктів [25, ст. 23].

Згідно з дослідженнями англійських та американських вчених, було визначено ряд характерних фонетико-фонологічних особливостей жіночого мовлення, які включають, зокрема, вищий основний тон голосу, більшу мелодійність і варіативність інтонаційних структур. У свою чергу, чоловіче мовлення характеризується такими фонетичними рисами, як нижчий основний тон голосу, більший голосовий діапазон, знижена

здатність до зміни голосового регістру, більша сила голосу, а також вища частота використання лабіалізації (уподобання звуків, що вимагають участі губ) та назалізації (звуки, що утворюються через носову порожнину). Ці фонетичні особливості формують основу гендерних відмінностей у мовленнєвій поведінці і є важливими для розуміння гендерно зумовлених стилів комунікації [18]. Ці фонетико-синтаксичні відмінності значно впливають на сприйняття голосу чоловіків та жінок у міжособистісній комунікації. Жіночий голос, як правило, має більш мелодійну та варіативну якість, що дозволяє їм виражати більшу кількість емоційних відтінків. Це, в свою чергу, робить жінок більш схильними до використання інтонаційних змін для передачі почуттів і емоцій, тоді як чоловіки, як правило, орієнтуються на лексичні засоби та часто обирають більш прямолінійний стиль спілкування. Чоловічий голос, з його широким діапазоном та більшою силою, звучить більш впевнено і категорично. Це підкреслюється повільнішим темпом мовлення та паузами, які надають сказаному додаткову вагу. Синтаксичні особливості чоловічого мовлення включають більш деталізовані висловлювання та складні синтаксичні структури. Чоловіки зазвичай використовують повні речення, активно виражають наказові форми (наприклад, "Зачини вікно"), в той час як жінки можуть обирати більш м'які й непрямі способи висловлювання (наприклад, "Мені холодно"). Вони також рідше використовують питальні конструкції, такі як "Ви згодні?" або "Ви так вважаєте?", оскільки, як правило, чоловіки впевнені в своїй точці зору і менше схильні до звертання уваги на реакцію співрозмовника [22, ст. 13].

Ще однією характерною рисою чоловічої мовленнєвої поведінки є рідке використання простих реплік-реакцій (наприклад, "так", "ні", "ну"), які часто служать інструментами підтримки діалогу або заохочення до спільної розмови. Це пояснюється тим, що чоловіки не завжди схильні до кооперативного стилю спілкування і частіше зосереджуються на передачі

власної позиції, ніж на залученні співрозмовника до спільного обговорення [32].

Гендерні відмінності в комунікації проявляються не тільки у вербальних аспектах спілкування, але й у невербальних, які також мають важливе значення для соціальної взаємодії. Жести, міміка, пози, рухи та погляди часто передають емоції, ставлення і оцінки співрозмовників, що є важливими інструментами у побудові міжособистісних відносин. Чоловіки, як правило, менш схильні до вільного вираження своїх емоцій і часто демонструють менш різноманітну міміку, порівняно з жінками. Якщо під час спілкування у чоловіків вираз обличчя залишається стабільним, то жінки, як правило, здатні змінювати свої вирази обличчя кілька разів, чітко відображаючи різноманіття емоцій. Наприклад, емоції, такі як страх, відраза, здивування або радість, у чоловіків можуть виявлятися менш виразно, що ускладнює їхню ідентифікацію. Ці відмінності в невербальній комунікації можуть впливати на те, як співрозмовники сприймають емоційний стан іншої особи, і на загальну динаміку взаємодії.

Що стосується вербальних аспектів, то дослідження в галузі лінгвістики та лінгвогендерології вказують на різницю в використанні мовних одиниць між чоловіками та жінками. Чоловіки частіше вживають іменники і дієслова, що робить їх мовлення більш фактичним і орієнтованим на конкретні дії та об'єкти. Жінки, в свою чергу, схильні використовувати більше прикметників та прислівників, що дозволяє їм виражати більш детальні описи, емоційні відтінки та нюанси своїх думок і почуттів. Ці відмінності не тільки відображають гендерні стереотипи, але й вказують на більш загальні мовні тенденції, які зумовлені соціальними та культурними факторами.

Однією з ключових задач сучасної лінгвістики є вивчення комунікативної взаємодії між представниками різних гендерних груп у

контексті мовних параметрів. Зокрема, важливо досліджувати, як гендерні відмінності в мовленнєвих практиках впливають на ефективність спілкування та на формування міжособистісних стосунків, а також на можливість створення більш інклюзивного та взаємо поважного мовного середовища [13]. Гендерний статус учасників комунікації безпосередньо впливає не лише на вибір стратегій і тактик мовленнєвої взаємодії, а й на її загальний тон, стиль і характер. Різні гендерні ролі визначають не тільки вербальні, а й невербальні аспекти спілкування, що підтверджується результатами численних досліджень гендерної комунікації.

1. **Міміка.** Однією з найбільш помітних відмінностей є виразність обличчя. Чоловіки, як правило, використовують менше виразів обличчя порівняно з жінками, що може вказувати на менш емоційну реакцію або схильність до стриманості в демонстрації почуттів.

2. **Параметрики мовлення.** До цього аспекту входять такі характеристики, як тон, висота звуку та швидкість мовлення. Дослідження показують, що жінки значно частіше використовують ці параметри для передачі значень, емоцій та настроїв, в той час як чоловіки, як правило, орієнтуються більше на чіткість і лаконічність своїх висловлювань [16]. Це може відображати різницю в тому, як кожен з гендерів підходить до комунікації: жінки схильні більш емоційно забарвлювати своє мовлення, тоді як чоловіки віддають перевагу прямому і логічному стилю.

3. **Фізичний простір.** Чоловіки часто демонструють більшу прихильність до близького фізичного контакту в спілкуванні, часто стоячи ближче до інших чоловіків або жінок, ніж вони б це робили з іншими чоловіками. Це може бути виразом прагнення до домінування або встановлення соціального статусу в рамках взаємодії. Жінки, в свою чергу, теж часто обирають близький контакт, але здебільшого у ситуаціях, де є відчуття підтримки чи емоційного зв'язку, наприклад, у спілкуванні з

іншими жінками або у приватних просторах (машина, маленька кімната тощо).

4. **Дотик.** Дотик є важливим елементом невербальної комунікації, і чоловіки та жінки використовують його по-різному. Жінки частіше використовують дотик як засіб емоційної підтримки або для зміцнення соціальних зв'язків, наприклад, тримають руку співрозмовника для підтримки. Чоловіки, в свою чергу, можуть застосовувати дотик для демонстрації домінування чи дружнього привітання, як-от плескання по спині або удари по плечу. Це відображає соціальні ролі і стереотипи, згідно з якими чоловіки більше схильні до фізичних проявів контролю і авторитету [34].

5. **Зоровий контакт.** Жінки використовують зоровий контакт як важливий інструмент підтримки зв'язку з співрозмовником, що допомагає їм продемонструвати зацікавленість та увагу до партнера по розмові. Чоловіки ж інколи можуть уникати зорового контакту або навіть слухати з закритими очима, що може свідчити про зосередженість на думках або прагнення зберегти певну дистанцію в комунікації.

Ці невербальні аспекти, такі як міміка, пара метрики мовлення, фізичний контакт, зоровий контакт і використання дотику, відображають глибокі соціальні і культурні норми, які визначають роль кожного гендеру в процесі комунікації. Вони також свідчать про те, що хоча чоловіки та жінки можуть використовувати однакові інструменти спілкування, їх застосування має свої характерні відмінності, що корелюють з традиційними соціальними очікуваннями щодо поведінки кожної зі статей.

Як можна помітити, гендерні стереотипи значною мірою впливають на невербальну поведінку чоловіків і жінок, і це є важливою складовою їх комунікативної поведінки. Це стосується не лише вербальних аспектів, але й тонких, але суттєвих невербальних сигналів, таких як міміка, жести, фізичний контакт, зоровий контакт тощо. Різниця у тому, як чоловіки та

жінки сприймають і використовують ці невербальні елементи, часто відображає культурно закріплені уявлення про те, що є "чоловічим" або "жіночим" у спілкуванні.

У результаті цих гендерних відмінностей, мовлення чоловіків і жінок може суттєво різнитися. Наприклад, жінки зазвичай використовують більше емоційно забарвлену лексику та частіше орієнтуються на кооперацію в спілкуванні, тоді як чоловіки схильні до прямолінійності та домінування в розмові. Такі особливості можуть стати причиною непорозумінь або навіть конфліктів у спілкуванні, якщо одна зі сторін не враховує ці відмінності або неправильно інтерпретує невербальні та вербальні сигнали. Недооцінка або ігнорування цих різниць може призвести до комунікативних помилок, адже партнери по спілкуванню можуть неправильно трактувати наміри та емоції один одного. Наприклад, агресивний або впертий тон чоловіка може бути сприйнятий як напад або неготовність до компромісу, тоді як для нього це може бути просто вираженням впевненості або бажання донести свою точку зору. З іншого боку, жінки можуть зустрічати неадекватне ставлення до свого бажання виражати емоції через невербальні сигнали або багатозначні висловлювання, які чоловіки можуть трактувати як непотрібне "завалювання" розмови деталями [21, ст.3].

Отже, важливо усвідомлювати ці гендерні відмінності в комунікації, щоб побудувати більш ефективне і гармонійне спілкування, враховуючи особливості поведінки кожного з учасників. Зрозуміння та прийняття різниць допомагає уникати непорозумінь і конфліктів, що може сприяти більш продуктивним і конструктивним взаємодіям у будь-яких сферах життя.

Науковці вважають, що середній чоловік характеризується агресивністю, цілеспрямованістю, незалежністю, здатністю до домінування, вмінням швидко приймати рішення і приховувати свої емоції.

Ці та інші риси перш за все визначають цілі комунікації для чоловіків. Вони розглядають спілкування як інструмент для вирішення виникаючих проблем, а мовлення використовують переважно для отримання інформації та підтвердження своєї компетентності. Глибинні мотиви часто залишаються непоміченими мовцями, але активно впливають на сценарії їхньої мовленнєвої поведінки.

*Вплив соціокультурних факторів:* Спілкування чоловіків формується під сильним впливом соціокультурних очікувань і гендерних стереотипів. Виховання, соціальні норми, медіа активно формують уявлення про те, якими повинні бути «справжні» чоловіки, що також значною мірою визначає їхні мовленнєві стратегії. З малих років хлопці навчаються тому, що певні емоційні вирази або манери поведінки вважаються «слабкими» або «нечоловічими». Це створює певну стратегію спілкування, де важливими є точність, лаконічність, прагнення до результату і мінімізація емоційних проявів, таких як тривога чи уразливість.

*Залежність від контексту:* Попри те, що гендерні стереотипи суттєво впливають на базові стратегії спілкування, у реальному житті чоловіки можуть адаптувати свої мовленнєві стратегії залежно від контексту і ситуації. Наприклад, у формальних або професійних умовах чоловіки зазвичай використовують більш формальний, лаконічний стиль комунікації, де акцент робиться на чіткість і ефективність. У той час як у більш приватних чи неформальних ситуаціях вони можуть проявляти більшу емоційну відкритість, але й тут зберігається певна стриманість. Цей адаптивний підхід дозволяє чоловікам ефективно взаємодіяти в різних соціальних ситуаціях, навіть в умовах різних стереотипних уявлень.

*Комунікація як засіб підтвердження статусу:* Для багатьох чоловіків спілкування є не тільки інструментом вирішення конкретних проблем, але й способом демонстрації свого соціального статусу та контролю. Це особливо важливо в професійних чи конкурентних

контекстах, де мовлення може слугувати способом підкреслення своєї експертності, лідерських якостей та домінування. У таких випадках чоловіки використовують мовленнєві стратегії, що сприяють утвердженню їхнього авторитету, уникаючи при цьому відкритої емоційної виразності, яка може бути сприйнята як слабкість.

*Роль емоцій у чоловічому мовленні:* Чоловіки рідше за жінок відкрито демонструють емоції в процесі спілкування. Однак це не означає, що вони не переживають емоцій. Більш того, чоловіки часто демонструють емоції через інші механізми: замість безпосереднього вираження почуттів вони можуть вдаватися до раціоналізації, дії або навіть гумору. Таким чином, хоча чоловіки й демонструють меншу емоційну відкритість, їхній стиль комунікації часто включає замасковані або непрямі форми вираження емоцій, що дозволяє їм зберігати свою «чоловічу» ідентичність і соціальний статус [32].

*Відмінності в реакціях на конфлікти:* Спілкування чоловіків часто спрямоване на ефективне вирішення конфліктів. У ситуаціях, де є напруга чи незгода, чоловіки схильні обирати прямолінійні стратегії, намагаючись вирішити проблему без надмірних емоцій. Вони можуть зосереджуватись на фактах, логіці та практичних аспектах конфлікту, уникаючи інтенсивних емоційних виразів. Чоловіки рідше звертаються до компромісів чи емоційної підтримки в конфліктах, оскільки їх основною метою є не лише знайти рішення, але й продемонструвати свою компетентність і силу у вирішенні проблем.

Такий підхід дозволяє комплексно подивитись на мовлення чоловіків, як на складну систему, що формується під впливом численних факторів, включаючи культурні, соціальні, психологічні та ситуаційні контексти.

## **1.2. Особливості міжособистісних конфліктів у контексті гендерних відмінностей**

Міжособистісні конфлікти є важливою складовою соціальної взаємодії, і їхній вирішенням супроводжуються численні труднощі, зокрема ті, що пов'язані з гендерними відмінностями. Гендерні стереотипи, соціальні ролі та культурні очікування значною мірою формують стратегії комунікації та поведінки в конфліктних ситуаціях. Ці стереотипи, в свою чергу, можуть визначати не тільки стиль і тактики вирішення конфліктів, але й спосіб інтерпретації ситуацій, що виникають, а також реакції на них. У сучасних умовах, коли гендерна рівність стає важливим аспектом суспільних змін, розуміння гендерних відмінностей у комунікації та конфліктному вирішенні набуває особливої актуальності.

Чоловіки і жінки мають різні підходи до вирішення конфліктів, що обумовлено як біологічними, так і соціокультурними факторами. Відмінності у стилях комунікації, прагненнях до домінування або співпраці, а також у реакціях на стрес можуть спричиняти значні розбіжності в розв'язанні конфліктних ситуацій.

За словами українського вченого Л. Новик, стереотипи щодо ролей чоловіків і жінок у конфліктних ситуаціях часто ґрунтуються на традиційних уявленнях про поведінку кожної статі. Чоловіків зазвичай асоціюють з рішучістю, прагненням до домінування і здатністю до швидких, логічних рішень. Вони сприймають конфлікти як можливість вирішення проблем, де важливо зберегти контроль над ситуацією. У свою чергу, жінки часто зосереджені на емоційних аспектах і збереженні гармонії у відносинах, намагаються знайти компроміс, акцентуючи увагу на емоційному розумінні іншої сторони [13].

Так, наприклад, в дослідженнях С. Шаповал зазначається, що чоловіки схильні до прямолінійних, агресивних або асертивних стратегій

вирішення конфліктів, орієнтуючись на досягнення швидкого результату. Жінки, навпаки, проявляють більше емоційної відкритості та бажання підтримувати відносини, тому вони часто схильні до більш інклюзивних, співпрацюючих стратегій [19]. Це відображає традиційні уявлення про «чоловічу» і «жіночу» поведінку у стресових ситуаціях.

Чоловіки і жінки застосовують різні стратегії в розв'язанні конфліктів, що зумовлено їх психологічними особливостями та соціальними ролями.

Чоловіки зазвичай вибирають стратегії, орієнтовані на вирішення проблеми. Вони схильні до:

Асертивності і домінування, де конфлікт сприймається як виклик, який потрібно подолати за допомогою логічного підходу та збереження контролю.

Інструментального підходу, при якому вони прагнуть домогтися бажаного результату шляхом використання прямих або агресивних засобів.

Уникнення конфлікту, якщо розв'язання проблеми не є очевидним або передбачає емоційну напругу. У таких випадках чоловіки можуть намагатися «закрити» тему, а не заглиблюватися в її деталі.

Жінки, в свою чергу, більш схильні до стратегій, орієнтованих на емоційний аспект конфлікту:

Компромісу та співпраці, де вони намагаються задовольнити потреби обох сторін і знайти таке рішення, яке б не призвело до погіршення відносин.

Емоційної підтримки і відкритого вираження почуттів, що дозволяє створити атмосферу довіри й взаєморозуміння.

Непряма комунікація, коли конфлікт намагаються вирішити через побічні підходи — натяки, обговорення через третіх осіб, замість прямого зіткнення [8, ст. 2].

Психологічний вимір також є важливим чинником у конфліктному вирішенні між статями. М. Мартиненко вказує на те, що чоловіки зазвичай переживають конфлікти через призму статусу та контролю, тоді як для жінок конфлікти часто асоціюються із загрозою для міжособистісної близькості та емоційного благополуччя. Це зумовлює різний рівень стресу, що виникає у кожній статі під час конфліктів.

Чоловіки менш схильні до відкритого вираження своїх емоцій і частіше обирають пригнічення почуттів, що призводить до більших внутрішніх напружень, але і менше виявів емоційного стресу зовні. Це може також спричинити агресивну або захисну реакцію в процесі конфлікту, особливо якщо їхній авторитет або контроль над ситуацією ставиться під сумнів.

Жінки схильні до більш емоційно відкритої реакції на конфлікти, що дозволяє їм глибше переживати ситуацію, але також дає змогу краще розуміти і виражати емоції іншої сторони. Така емоційна залученість може стати причиною як переваги в розв'язанні конфлікту через співчуття, так і перешкодою у швидкому вирішенні, якщо конфлікт виходить за межі емоційної сфери [12].

Гендерні відмінності у конфліктах мають значний вплив на міжособистісні та професійні стосунки. У командній роботі або на роботі чоловічий стиль вирішення конфліктів, орієнтований на швидке вирішення проблеми, може не враховувати важливості емоційних аспектів, що може спричинити напруження у взаємодії з жінками. Водночас, жінки можуть бути сприйняті як надмірно емоційні чи неконкретні, що може ускладнити досягнення консенсусу.

Як зазначають українські дослідники, такі розбіжності можуть призводити до комунікативних помилок, непорозумінь та навіть ескалації конфліктів в групах, якщо одна зі сторін не розуміє специфіки стилю і методів вирішення конфліктів іншою стороною [16]. Це особливо

актуально у професійній сфері, де успішна кооперація залежить від здатності до компромісу і правильного розуміння реакцій та поведінки інших.

Отже, гендерні відмінності у вирішенні конфліктів відображають складні соціальні та психологічні процеси, що визначають поведінку чоловіків і жінок у стресових ситуаціях. Розуміння цих відмінностей є важливим для успішної комунікації та конструктивного вирішення конфліктів у різних сферах життя — як в особистих стосунках, так і в професійному середовищі. Дослідження, проведені українськими науковцями, підкреслюють важливість урахування гендерних аспектів для досягнення ефективної взаємодії та зниження емоційної напруги в процесі комунікації.

У дослідженні Ю. Альшиної та І. Борисова статево-ролева диференціація трактувалася як багатогранний показник, що охоплює не лише реальний розподіл ролей у родині, а й ставлення подружжя до цього розподілу. Основними факторами, що призводять до рольових конфліктів у сім'ї, є ситуації, коли очікування щодо поведінки партнера в контексті його ролі не відповідають реальній ситуації. Іншими словами, конфлікти виникають, коли подружжя сподівається, що їхні партнери виконуватимуть свої обов'язки в сім'ї згідно з певними уявленнями, але ці очікування не відповідають дійсності. Гендерний конфлікт виникає через розбіжності між соціальними уявленнями про характерні риси та поведінку чоловіків і жінок і реальними діями індивіда, який не здатний або не хоче відповідати цим уявленням і соціальним вимогам (Л. Степанова) [45, ст. 3].

При вивченні гендерних конфліктів важливо не лише аналізувати їхні причини, але й визначити ефективні поведінкові стратегії, які можуть допомогти конструктивно вирішити виникаючі протиріччя.

Міжособистісний конфлікт може проявлятися у двох формах: відкритому, коли сторони активно протистоять одна одній через прямі дії,

та латентному, коли конфлікт виражається непрямими способами, через створення перешкод для опонента. Вибір стратегії поведінки під час конфлікту залежить від звичок, установок, інтересів особистості та її попереднього досвіду у вирішенні подібних ситуацій. У чоловіків і жінок часто спостерігаються різні переваги в стилях поведінки під час конфліктів. Жінки зазвичай вибирають стратегії, які спрямовані на збереження стосунків, а не на досягнення особистих цілей, такі як компроміс, угода або зменшення ворожості. Чоловіки, навпаки, схильні до застосування більш агресивних стратегій, намагаючись домінувати над партнером. Коли конфлікту не можна уникнути, жінки часто використовують стратегію пристосування, а чоловіки — стратегію суперництва [14, ст. 31].

Як зазначає І. Дев'ятова, статеві відмінності в поведінці під час конфліктних ситуацій виявляються через вплив гендерних стереотипів на сприйняття учасниками конфлікту осіб іншої статі, наявність певних особистісних рис у чоловіків і жінок, а також у виборі способів вирішення конфліктів. Існують гендерні відмінності у виборі стилів поведінки під час конфліктів, які можна дослідити за допомогою типології стилів поведінки в конфлікті, розробленої К. Томасом і Р. Кілменом. Чоловіки, як правило, схильні обирати стратегії, орієнтовані на співпрацю та компроміс, що означає прагнення знайти рішення, яке задовольнить інтереси всіх учасників конфлікту через взаємні зусилля та переговори. Ці стратегії включають співпрацю, де обидві сторони активно працюють над досягненням спільного результату, та компроміс, коли кожен з учасників поступається частиною своїх вимог для досягнення угоди [22].

Жінки, зі свого боку, частіше вибирають стратегії, які або активно відстоюють їхню позицію (конфронтація), або намагаються уникнути конфлікту. Стратегія конфронтації передбачає прямий і рішучий підхід до вирішення конфлікту, в якому жінки не бояться виражати свої погляди та

наполягати на своїй точці зору. Натомість стратегія уникання конфлікту включає спроби відкласти або уникнути вирішення суперечки, що часто пов'язано з бажанням зберегти гармонію та уникнути емоційного напруження. Детальне розуміння гендерних відмінностей у поведінці під час конфліктів може значно сприяти розробці ефективних стратегій управління конфліктами та покращенню взаємин між людьми різної статі. Наприклад, для чоловіків корисним буде розвиток навичок активного слухання та методів співпраці, оскільки це допоможе їм краще розуміти потреби та погляди інших учасників конфлікту, сприяючи більш конструктивному вирішенню суперечок. Це також допоможе покращити емоційну чутливість і здатність до взаємодії в складних ситуаціях.

Для жінок, в свою чергу, буде корисно освоїти техніки конструктивної конфронтації, що дозволить більш чітко і впевнено відстоювати свої погляди, не вступаючи при цьому в емоційно виснажливі конфлікти. Також важливо навчитися ефективно використовувати стратегії уникання конфліктів, коли це доречно, для того щоб не загострювати ситуацію і зберігати емоційну рівновагу в складних дискусіях. Збалансований підхід до конфліктів, що враховує гендерні особливості, може призвести до більш гармонійних і продуктивних взаємодій між чоловіками і жінками, зменшуючи напругу та покращуючи взаєморозуміння.

Для ефективного вирішення гендерних конфліктів у сім'ї важливо дотримуватися певних принципів у стосунках між подружжям. До них відносяться:

1. ***Збереження особистої гідності партнера.*** Важливо підтримувати почуття власної гідності кожного партнера, уникати приниження або образ.

2. ***Постійне виявлення поваги.*** Поважати думки, почуття та потреби партнера, навіть якщо вони відрізняються від власних.

3. **Контроль за емоціями.** Вміння контролювати прояви гніву, роздратування та інших негативних емоцій, щоб не ескалувати конфлікт.

4. **Уникання постійного акцентування на помилках партнера.** Важливо не згадувати старі помилки партнера, що може посилювати напруження та породжувати взаємне невдоволення.

5. **Припинення наростаючої напруги.** Вчасно помічати і зупиняти ситуації, коли конфлікт починає набирати серйозних обертів.

6. **Почуття довіри.** Не піддаватися сумнівам у вірності партнера та не мучити ані себе, ані його такими питаннями.

7. **Прояв терпіння та доброти.** Важливо пам'ятати про значення проявів терпіння, доброти і турботи, які сприяють зміцненню стосунків.

У цьому контексті гендерний підхід сприяє формуванню партнерської моделі стосунків, що ґрунтується на рівноправності. Основні риси такої моделі:

- **Рівноправність.** Це взаємовідносини між двома рівноправними суб'єктами, де кожен партнер має власну цінність і готовий до взаємних поступок.
- **Комунікація на рівних умовах.** Партнери вислуховують один одного без переривань, не оцінюють поспішно висловлювання та не нав'язують свої поради.
- **Перемовини як стратегія вирішення конфліктів.** У разі розбіжностей і конфліктів партнерська модель передбачає використання стратегії переговорів, що допомагає досягти взаєморозуміння без примусу [8, ст. 2].

Психологи підкреслюють, що партнерський стиль взаємодії є важливим для формування здорових, гармонійних відносин і для розвитку майбутнього людини. Це не тільки допомагає будувати довіру і

взаєморозуміння, але й сприяє розвитку навичок конструктивного вирішення конфліктів.

*Спільне життя вимагає готовності до компромісів* — це важливий аспект для подружжя, яке має враховувати потреби один одного і бути готовим до поступок. Окрім того, розвиток таких якостей, як взаємна повага, довіра і розуміння, є фундаментальним для тривалих і гармонійних відносин [25, ст.7].

Отже, гендерні конфлікти виникають через різницю в моделях поведінки, цінностях та підходах до вирішення проблем між чоловіками і жінками. Одним із найбільш яскравих проявів таких конфліктів є подружні конфлікти, де гендерні невідповідності виникають через розбіжності між очікуваною і реальною поведінкою партнерів. Для вирішення цих конфліктів можна використовувати згадані принципи, або звертатися до посередників, таких як медіатори чи сімейні терапевти. Таким чином, дослідження гендерних особливостей показує, що вони мають значний вплив на конфліктну взаємодію, визначаючи не тільки вибір стилю поведінки, але й соціальні установки щодо розв'язання конфліктів. Врахування цих особливостей в процесі комунікації сприяє досягненню гармонії та взаєморозуміння у стосунках.

### **1.3. Гендерні відмінності у розвитку емоційного інтелекту та їх вплив на міжособистісні взаємодії осіб раннього дорослого віку**

У нашому повсякденному житті ми постійно прагнемо збалансувати свої емоції. Людей, які успішно володіють цією здатністю, можна відрізнити від оточуючих завдяки їхній кращій здатності взаємодіяти із соціальним і професійним середовищем, що сприяє покращенню фізичного та психічного здоров'я [23]. У сучасній психології термін "емоційний інтелект" охоплює вміння розпізнавати як свої власні, так і

чужі емоції, а також здатність ефективно управляти ними для досягнення своїх цілей [18]. Крім того, емоційний інтелект включає в себе здібності до розуміння і контролю емоцій, як власних, так і тих, що проявляються у інших людей. Аналіз емоційного інтелекту, проведений серед тисячі чоловіків і жінок, показав, що жінки, в середньому, краще усвідомлюють свої емоції, проявляють більшу емпатію та мають кращі навички в міжособистісному спілкуванні. Чоловіки, в свою чергу, виявляють більшу впевненість у собі, оптимізм і адаптивність. Крім того, було виявлено, що чоловіки краще справляються зі стресом, ніж жінки [27, ст. 4]. Проте існує також чимало подібностей у їхніх емоційних навичках.

Оскільки жінки зазвичай є більш емоційними та інтимними у стосунках порівняно з чоловіками, їх емоційний інтелект повинен бути вищим. Це зумовлено впливом суспільства, яке по-різному соціалізує представників обох статей, як показали дослідження Duckelt і Raffalli та Sandhu і Mehrotra. Крім того, вищий рівень емоційного інтелекту у жінок також можна пояснити деякими рисами їх особистості, що підтверджують дослідження Taria та Dunn [54]. Вони відзначили, що дівчата отримують вищі оцінки в таких сферах, як емпатія, соціальна відповідальність та міжособистісні стосунки, порівняно з хлопчиками. Дівчата виявляють більшу чутливість у своїх стосунках з батьками, друзями та братами і сестрами. Ці якості сприяють розвитку їхнього емоційного інтелекту вже в ранньому дорослому віці. Дослідження, що фокусується на гендерних відмінностях у емоційному інтелекті, виявило суттєві розбіжності між чоловіками і жінками за кількома ключовими показниками, такими як наполегливість, незалежність, стійкість до стресу та контроль над імпульсами (Kaneez) [53]. Середні бали для чоловіків і жінок відрізняються, що свідчить про те, що чоловіки зазвичай проявляють більше наполегливості, самовпевненості, незалежності та здатності управляти ситуаціями порівняно з жінками. Чоловіки також частіше

демонструють імпульсивну наполегливість. Однією з причин цих відмінностей є те, що чоловіки відіграють важливу роль у нашому суспільстві. Цілком природно, що чоловіки та жінки мають різну організацію, що відображається у відмінностях у нейроанатомії та структурах мозку. Ці відмінності на базовому рівні впливають на наше мислення і поведінку [27]. Однак, я вважаю, що процес соціалізації — навчання прийнятної поведінки в суспільстві — може мати ще більший вплив на формування нашої ідентичності в соціальному контексті.

Сінгх досліджував наслідки як низького, так і високого рівня емоційного інтелекту. За його даними, низький емоційний інтелект, ймовірно, призводить до загального відчуття незадоволення, яке проявляється у почуттях, наведених у Таблиці 1.3.

Таблиця 1.3 – Психологічні стани та емоційні реакції: негативний спектр

Невдача	Гнів	Млявість	Нестабільність
Страх	Депресія	Сум	Залежність
Самотність	Розчарування	Стурбованість	Тривожність
Провина	Порожнеча	Фрустрація	Образа

Високий рівень емоційного інтелекту сприяє виникненню позитивних емоцій, які перелічені у Таблиці 1.3.

Вдячливість	Мотивація	Автономність	Незалежність
Піднесення	Задоволення	Баланс	Впевненість
Самоконтроль	Спокій	Любов	Повага

Щастя	Фокус	Радість	Довіра

В емоційній сфері існують певні гендерні відмінності, які можуть стати джерелом конфліктів і непорозумінь у подружньому житті. Гендерні відмінності в емоціях і емоційному інтелекті часто проявляються в різних аспектах міжособистісних стосунків та внутрішнього самопочуття.

Зокрема, дослідження показують, що жінки зазвичай демонструють вищий рівень емоційного інтелекту в контексті міжособистісних стосунків. Це включає більшу чутливість до емоцій інших людей, кращу здатність до емпатії та навички ефективного спілкування. Жінки частіше відзначаються глибоким розумінням емоцій партнера, що дозволяє їм краще реагувати на потреби та переживання інших, а також вирішувати конфлікти через компроміси та переговори [43, ст. 22].

Чоловіки, з іншого боку, можуть проявляти вищий рівень емоційного інтелекту на внутрішньо особистісному рівні. Це означає, що вони частіше фокусуються на саморегуляції та контролі своїх власних емоцій, а також на досягненні особистих цілей через логічний аналіз і планування. Це може виражатися в їхньому умінні стримувати власні емоції під час стресових ситуацій і ухвалювати рішення на основі раціонального оцінювання, а не емоційного сприйняття. Такі відмінності в емоційному інтелекті можуть впливати на способи, якими чоловіки та жінки вирішують конфлікти в стосунках. Жінки можуть схилитися до обговорення і вираження емоцій як способу розв'язання проблем, тоді як чоловіки можуть обирати більш стримані підходи, зосереджуючи увагу на логічних і практичних аспектах конфлікту. Ці різниці можуть призвести до непорозумінь, коли один партнер очікує від іншого певної емоційної реакції або поведінки, яка не відповідає його власному стилю управління емоціями. Розуміння цих

гендерних відмінностей може допомогти в подоланні потенційних конфліктів у стосунках, сприяючи більш ефективній комунікації та взаєморозумінню. Це також підкреслює важливість навчання навичкам емоційного інтелекту, які можуть поліпшити якість міжособистісних стосунків та зменшити рівень стресу і непорозумінь у парі.

Жінки, починаючи з підліткового віку, часто виявляють підвищену схильність до проявів депресії, суму, сорому, страху і тривоги. Ці емоційні реакції можуть бути більш вираженими в їхньому житті в порівнянні з чоловіками. Хоча чоловіки також відчувають подібні "нечоловічі" емоції, їх прояв у спілкуванні часто обмежений через соціальні норми та культурні стереотипи, які вважають ці емоції слабкістю [32].

Зазвичай чоловіки схильні стримувати свої емоції під час безпосереднього спілкування, намагаючись не виявляти їх публічно. Вони можуть демонструвати ту ж готовність говорити про свої емоційні проблеми, як і жінки, якщо це відбувається в умовах конфіденційності, наприклад, під час магнітофонного запису чи у листі до журналу. Це може свідчити про те, що хоча чоловіки можуть відчувати подібні емоції, соціальні очікування заважають їм відкрито їх виражати в особистому спілкуванні.

Таким чином, різні соціальні норми та культурні очікування формують способи, якими чоловіки та жінки виражають свої емоції. Жінки часто мають більшу свободу виявляти емоційні стани та вірять у важливість обговорення своїх почуттів, тоді як чоловіки можуть бути більш стриманими, особливо в публічних чи соціально чутливих ситуаціях. Ці відмінності можуть впливати на те, як кожна стать управляє своїми емоціями та справляється зі стресом, що в свою чергу може позначатися на їхньому психічному здоров'ї і міжособистісних стосунках. Різниця в інтенсивності вираження емоцій між чоловіками і жінками може бути зумовлена кількома факторами. По-перше, жінки зазвичай

демонструють вищу рівень особистісної активності порівняно з чоловіками, що може проявлятися у більш відкритому вираженні своїх емоцій. Вони часто схильні до глибшого аналізу своїх почуттів і їх обговорення, що може зумовлювати їх більшу емоційну експресивність.

По-друге, соціальні норми та культурні стереотипи також відіграють важливу роль у формуванні цих відмінностей. Чоловіки, відповідно до традиційних гендерних ролей, часто зазнають тиску стримувати свої емоції. Ця тенденція до "обмежувальної емоційності" виникає через культурні очікування, які вважають відкритий прояв емоцій у чоловіків слабкістю або невідповідним [42, ст. 31]. У багатьох культурах чоловікам навчають, що бути емоційно стриманим є ознакою сили та самоконтролю. Таким чином, хоча чоловіки можуть також відчувати глибокі емоції, їхній стиль вираження може бути значно стриманішим через соціальний тиск. Вони часто використовують менш явні способи демонстрації своїх почуттів або взагалі намагаються уникати їх відкритого прояву. Це може включати самоконтроль або використання інших механізмів захисту, щоб відповідати соціальним стандартам мужності. У свою чергу, жінки, які мають більшу свободу у вираженні своїх емоцій відповідно до культурних норм, можуть активно шукати способи обговорення та обробки своїх почуттів. Це створює враження, що жінки є більш емоційними порівняно з чоловіками, хоча це може бути результатом різних соціальних і культурних очікувань, а не об'єктивних відмінностей в емоційних переживаннях.

Яскраві гендерні відмінності в обробці емоційної інформації стають помітні вже в підлітковому віці [1]. Сучасні дівчата, загалом, краще регулюють і контролюють свої емоції порівняно з юнаками. Вони більш ефективно вербалізують свої почуття, володіють розширеним словниковим запасом для опису емоційних станів і мають розвинуту здатність до емпатії.

Гендерні стереотипи часто обмежують вираження емоцій, які не відповідають традиційним уявленням про чоловічу або жіночу поведінку. Для чоловіків відкритий прояв емоцій, що не відповідають уявленням про "мужність", часто призводить до осуду і насмішок, тому вони зазвичай намагаються приховати свої почуття, за винятком гніву, агресії та гордоців. Прояви суму, депресії, страху, а також соціальні емоції, такі як сором і зніяковілість, часто вважаються неприйнятними для чоловіків. Ті чоловіки, які відкрито демонструють такі емоції, часто отримують негативну оцінку порівняно з жінками, і їм рідше надається підтримка. Навпаки, агресивні чоловіки часто сприймаються як більш привабливі та компетентні, ніж їх неагресивні однолітки.

Як результат, багато чоловіків навчилися приховувати свої справжні почуття, включаючи біль і любов. Навіть коли чоловік глибоко любить, йому може бути складно відкрити свої емоції і адекватно на них відреагувати [25]. Для жінок вираження гніву та агресії зазвичай вважається неприйнятним. Агресивні жінки часто сприймаються як менш привабливі і стикаються з численними труднощами у взаєминах. Багато жінок не можуть ефективно захищати себе чи свої погляди і, вважаючи гнів за "недоречний", можуть прийняти на себе роль жертви.

Жінки зазвичай виявляють більше емпатії порівняно з чоловіками. Однією з можливих причин цього є те, що ігри дівчат з ляльками сприяють розвитку емпатійної чутливості, тоді як іграшки для хлопчиків не мають такого ж ефекту. За словами Д. Блока, через це чоловіки можуть мати менший досвід у сфері емпатії, що в свою чергу може призводити до труднощів у реагуванні на емоційний дискомфорт інших людей.

Ще однією причиною є те, що чоловіки часто опиняються в ситуаціях, де від них очікується прояв сили, незалежності та домінування [37]. Ці прагнення до змагання та суперництва рідко поєднуються з розвитком емпатійної чутливості. Тиск ззовні, що стимулює незалежність і

суперництво, часто починає формуватися ще в дитинстві. Відомо, що емоційні відмінності між дорослими чоловіками і жінками значною мірою зумовлені різними підходами до виховання дітей. Конкуренція в соціальних сферах вимагає від чоловіків вміння контролювати власне збудження і стримувати вираження "нечоловічих" емоцій, щоб не демонструвати свої слабкості супернику. У ситуаціях конкуренції чоловіки часто вдаються до агресивного тиску, оскільки соціально їм дозволено виражати гнів. Підтримка хлопчиків у вираженні агресії і гніву, разом із заборонаю на прояви суму, тривоги та уразливості, готує їх до ролі конкурентоспроможних здобувачів, які орієнтовані на індивідуальні досягнення, владу та статус. З іншого боку, ситуація не така однозначна. Наприклад, деякі дослідження показують, що жінки в середньому краще за чоловіків у певних аспектах емпатії, тоді як чоловіки можуть бути ефективнішими у справлянні з тривожними емоціями. Коли ми говоримо про гендерні відмінності в поведінці, маємо на увазі дві різні "криві" для чоловіків і жінок, які в значній мірі перекриваються. Це означає, що будь-який чоловік може досягти рівня емпатії, який перевищує рівень будь-якої жінки, і навпаки, жінка може бути так само чи навіть більш ефективною у справлянні з тривожними станами, ніж чоловік [28, ст. 2].

У сфері сімейних взаємин найбільш ефективною є стратегія поведінки, що включає прояв позитивних емоцій та контроль над зовнішніми проявами агресії. Жінок заохочують виражати такі емоції, як теплоту, життєрадісність, уразливість і зніяковілість, тоді як прояви гніву і агресії часто не схвалюються. Це стимулює жінок до виконання ролей виховательок і берегинь домашнього вогнища, що відповідає традиційним соціальним очікуванням. Крім того, роль "того, хто підкорюється" сприяє розвитку здатності уважно розпізнавати емоції інших людей, адже це дозволяє краще адаптуватися до потреб і настроїв партнерів. Жінки, виконуючи ці соціальні ролі, часто виявляють високу чутливість до

емоційних станів оточуючих, що сприяє гармонійним сімейним стосункам та забезпечує ефективне управління емоційним кліматом в родині.

Чому між чоловіками та жінками можуть виникати такі відмінності?

Одна з можливих причин полягає в історичному поділі праці, що існував на ранніх етапах людської історії. Чоловіки займалися полюванням, тоді як жінки відповідали за догляд за дітьми, збори ягід та інших їстівних продуктів. Жінки також займалися підтриманням вогнища, проводили час із іншими жінками та дітьми в печерах і житлах, готували їжу і виготовляли одяг. Таким чином, еволюційний розвиток і накопичений досвід сприяли тому, що жінки, в середньому, мають більш розвинені навички емоційного інтелекту. Таке розмежування праці, хоча і менш виражене, все ще існує в наш час. Досі сім'ї часто виховують хлопців і дівчат так, щоб вони мали різні інтереси, навички та захоплення. Виховання, а не лише генетика, формує відмінності в емоційному інтелекті, що призводить до того, що жінки зазвичай мають кращі загальні навички в цій сфері порівняно з чоловіками. Хлопці часто займаються конструюванням і технічними справами, в той час як дівчата більше залучені до організації домашніх заходів і гри з ляльками [17]. Цей підхід до виховання швидко змінюється, і ми вже спостерігаємо зростаючу відкритість до гендерно нейтральних методів виховання. Це може суттєво вплинути на розвиток емоційного інтелекту у майбутньому.

Друга причина, ряд досліджень вказують на те, що вагітність може сприяти розвитку навичок емоційного інтелекту. Вона активізує певні ділянки мозку, відповідальні за комунікацію і турботу. Таким чином, вагітність може підвищити здатність жінки до догляду за дитиною, покращуючи її емоційний інтелект. Також культурний стереотип стверджує, що жінки більше орієнтовані на емоції, частіше плачуть і більше часу приділяють своїм почуттям. Таким чином, крім сімейного

виховання, культура в цілому ймовірно сприяє розвитку вищого рівня емоційного інтелекту у жінок [6, ст. 12].

Третя причина. Існують певні відмінності в структурі мозку чоловіків і жінок. Мозок має дві півкулі: ліву і праву. Ліва півкуля зазвичай відповідає за мовні функції, тоді як права півкуля управляє символічним мисленням. Наприклад, ліва півкуля асоціюється з англійською мовою, а права – з математикою. Обидві півкулі з'єднані мозолистим тілом – мереживом нервових волокон, яке дозволяє їм працювати як разом, так і окремо. У жінок мозолисте тіло, як правило, товще і активніше, що сприяє більш збалансованій роботі обох півкуль. Це дозволяє жінкам краще поєднувати когнітивні навички (IQ) з емоційним інтелектом. У чоловіків, навпаки, часто домінує права півкуля, що може спричиняти їхній більший акцент на символічному мисленні і меншу орієнтацію на емоційні аспекти. Крім того, для лівші структура півкуль може бути відмінною: приблизно у третини лівші півкулі розташовані так, що права відповідає за мовні функції, а ліва – за символічне мислення [22, ст. 12].

Деякі науковці стверджують, що результати можуть бути упередженими, оскільки вимірювання не завжди позбавлені гендерної упередженості, а більшість дослідників є чоловіками. Проте в дослідженнях, що використовують рейтингові інструменти, і чоловіки, і жінки оцінюють жінок як більш обізнаних у навичках емоційного інтелекту, тоді як ділові навички оцінюються як сильніші у чоловіків як чоловіками, так і жінками [23].

Отже, незалежно від того, чи причини цього полягають у генетичних, культурних, сімейних чи мозкових факторах, жінки, ймовірно, мають трохи кращі навички емоційного інтелекту в порівнянні з чоловіками. Проте слід зазначити, що деякі жінки можуть мати відмінні ділові навички, які перевершують навички всіх чоловіків на Землі, тоді як деякі чоловіки можуть володіти навичками емоційного інтелекту, що

перевищують можливості всіх жінок у світі. Те, що дійсно вражає в емоційному інтелекті, це те, що численні дослідження пов'язують його з досягненням успіху в кар'єрі, особистому житті та керівництві. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту зазвичай досягають більших успіхів у порівнянні з тими, у кого цей показник нижчий, незалежно від їхнього IQ.

### **Висновки до першого розділу**

У суспільному житті всі міжособистісні та між групові стосунки, які встановлює індивід, визначаються його/її гендерними ролями та гендерною ідентичністю, яку приписує суспільство. Таким чином, можна припустити, що всі форми взаємин, які людина будує з іншими, розвиваються відповідно до її гендерної ідентичності. Отже, не буде помилковим стверджувати, що гендерна ідентичність індивіда суттєво впливає на формування цих відносин. Одним з ключових комунікаційних бар'єрів, з якими стикаються у процесі міжособистісного спілкування, є стереотипи, пов'язані з гендерною ідентичністю. Стереотипи, пов'язані з гендерною ідентичністю, формуються на основі гендерних ролей, яких навчають кожну людину при входженні в суспільство. Ці стереотипи перетворюються на бар'єри міжособистісного спілкування, часто проявляючись ще до початку взаємодії. Тому важливо розуміти, як зміст стереотипів про гендерну ідентичність, їх джерела та сприйняття впливають на комунікаційні бар'єри в процесі спілкування.

Отже, у комунікативній поведінці чоловіків і жінок існують реальні відмінності, що формуються під впливом гендерних стереотипів, які базуються на різних ціннісних орієнтаціях, характерних для суспільства в певний час. Ці відмінності у комунікаційних стилях та мовленні свідчать про існування чоловічого (маскулінного) та жіночого (фемінного) мовних

стилів, які не завжди відповідають біологічній статі мовця. Однак, оскільки суспільство активно формує індивідуальні правила і стандарти поведінки для чоловіків і жінок, важливо знати ці особливості та враховувати їх у процесі спілкування. Підсумовуючи результати, можна зазначити, що емоційний інтелект та його компоненти розвиваються по-різному у представників обох статей у ранньому дорослому віці. Існують відмінності у здатності розуміти та контролювати власні емоції, а також у розвитку соціальних навичок. Чоловіки мають перевагу у цих аспектах емоційного інтелекту, тоді як жінки випереджають чоловіків у диференціації власних емоцій та емпатії.

## РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ У ФОРМУВАННІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У РАНЬОМУ ДОРОСЛОМУ ВІЦІ

### 2.1. Організація та методи емпіричного дослідження

У дослідженні взяли участь 50 осіб, серед яких було рівне представництво за гендером: 25 жінок та 25 чоловіків. Метою дослідження було вивчення гендерних відмінностей у міжособистісних стосунках у ранньому дорослому віці. Для цього було використано комплекс методик, які дозволяють дослідити різні аспекти гендерної ідентичності та міжособистісної взаємодії. Зокрема, були застосовані такі методики:

1. *Методика "Малюнок чоловіка і жінки"* Н. Романової – учасникам надавалася 10–15 хвилин для виконання завдання, яке передбачало створення малюнка чоловіка і жінки з подальшим аналізом їхніх гендерних уявлень та стереотипів.

2. *Методика "Розподіл ролей у сім'ї"* Ю. Альошина, Л. Гозман і Е. Дубовської – завдання було спрямоване на вивчення уявлень учасників щодо традиційних та сучасних гендерних ролей у сімейному контексті. Час для виконання завдання становив 20 хвилин.

3. *Методика "Тест Лірі"* – цей тест давав змогу оцінити рівень самооцінки і стійкості гендерних ролей у контексті особистісних характеристик учасників. На виконання завдання було відведено приблизно 30 хвилин.

4. *Методика Сандри Бем "Маскулінність-фемінність"* – завдання, яке включало оцінку рівня маскулінності та фемінності, дозволяло оцінити гнучкість гендерної ідентичності учасників. Час виконання – 20–25 хвилин.

1. Першою методикою, що була застосована в дослідженні, стала *"Малюнок чоловіка і жінки"* Н. М. Романової. Ця техніка є проєктивною і має суттєві переваги для вивчення гендерних аспектів особистості, оскільки дозволяє глибше досліджувати внутрішні уявлення та емоційні реакції респондентів. Проєктивний характер методики дає можливість респондентам виражати свої персональні переконання, ставлення та емоції через художню діяльність. Такий підхід сприяє виявленню глибинних аспектів особистості, які можуть залишатися непомітними при використанні традиційних методів збору даних, таких як опитувальники чи структуровані інтерв'ю. Важливою особливістю цієї методики є її здатність відкривати приховані психологічні конфлікти, стереотипи або установки, які респонденти можуть не усвідомлювати або не готові висловлювати вербально. Це дозволяє вивчати такі складні та суб'єктивні аспекти, як гендерні уявлення, що можуть мати суттєвий вплив на міжособистісні стосунки.

Завдяки проєктивному підходу, методика також дозволяє враховувати культурні впливи, адже респонденти можуть наділяти свої малюнки культурно зумовленими атрибутами, що відкриває можливість аналізувати гендерні стереотипи в межах конкретного соціокультурного контексту. Це дає змогу виявити як традиційні уявлення, так і сучасні тенденції в гендерних ролях, які можуть бути більш гнучкими чи динамічними. Оскільки процес малювання є творчим і емоційно насиченим, малюнки не лише відображають раціональні уявлення про гендер, але й можуть демонструвати емоційне сприйняття ролей чоловіка і жінки. Це особливо важливо для глибшого розуміння гендерної ідентичності, оскільки взаємодія когнітивних та емоційних процесів респондента може вказувати на важливі психологічні механізми, які лежать в основі гендерних установок.

Крім того, методика дозволяє здійснити індивідуальний підхід до інтерпретації результатів. Аналіз малюнків може враховувати індивідуальні особливості, такі як стиль малювання, колірні рішення, пропорції зображених фігур, що дає змогу виявити особисті уявлення респондента щодо мужності, жіночності, рівності чи ієрархії між статями. Таким чином, методика "Малюнок чоловіка і жінки" дає дослідникам унікальну можливість не тільки аналізувати загальні гендерні стереотипи, а й розуміти індивідуальні варіації в сприйнятті гендерних ролей, що сприяє більш точному розкриттю складних психосоціальних процесів у ранньому дорослому віці. Для оцінки результатів проведення методики використовувалися відсоткові дані, що забезпечує чітке та кількісне відображення розподілу та частотності певних характеристик і уявлень, представлених у малюнках. Використання відсоткових показників дозволяє не тільки здійснити порівняння між різними групами респондентів, але й виявити загальні тенденції у сприйнятті гендерних ролей, що існують серед учасників дослідження. Такий підхід сприяє формуванню більш об'єктивної картини щодо того, які гендерні стереотипи чи уявлення домінують в групі, а також дає змогу виявити найбільш виражені чи потенційно проблемні аспекти гендерної соціалізації, які можуть потребувати подальшого аналізу або корекції в соціальних і культурних контекстах. Завдяки використанню відсоткових даних можна здійснити детальний аналіз зв'язків між гендерними уявленнями та іншими психологічними чи соціальними характеристиками, що дозволяє глибше розкрити механізми формування гендерних ролей в ранньому дорослому віці [8].

Другою методикою, що була застосована в дослідженні, стала "*Розподіл ролей у сім'ї*", яка використовувалась для оцінки того, як чоловік і дружина реалізують різні функціональні ролі в межах сімейної структури. В рамках цієї методики визначався ступінь виконання кількох

ключових ролей, що є важливими для функціонування сім'ї, і зокрема для гендерного розподілу обов'язків між партнерами. Оцінка включала наступні ролі:

- *Матеріально відповідальний:* Ця роль визначає відповідальність одного з партнерів за фінансове забезпечення сім'ї, що включає як заробіток, так і управління сімейним бюджетом. Це важливий аспект гендерних відносин, оскільки традиційно часто асоціюється з чоловічою роллю, хоча в сучасних сім'ях це може бути більш гнучким і розподіленим між партнерами.

- *Хазяїн (хазяйка) будинку:* Роль, яка охоплює ведення домашнього господарства, підтримання порядку в домі та організацію побутових справ. Це традиційно вважається жіночою роллю, однак сучасні уявлення можуть показувати більш рівномірний поділ обов'язків між партнерами.

- *Відповідальний за виховання дітей:* Оцінка того, хто бере на себе основні обов'язки з виховання та навчання дітей, їх емоційний і соціальний розвиток. Це також є важливим аспектом гендерної соціалізації, оскільки в багатьох культурах існують очікування щодо гендерної специфіки в залученості батька і матері до виховання.

- *Організатор сімейної субкультури:* Роль, яка включає створення і підтримання сімейних традицій, звичаїв та організацію сімейного життя. Це дозволяє оцінити, як пара управляє соціальними і культурними аспектами сімейного життя, зокрема створенням емоційно значущих практик, що зміцнюють стосунки.

- *Організатор розваг:* Визначення, хто з партнерів відповідає за планування і проведення дозвілля та розважальних заходів для сім'ї. Ця роль є важливою для забезпечення емоційного благополуччя і підтримки здорових міжособистісних стосунків у сім'ї.

- *Сексуальний партнер*: Оцінка ролі, що пов'язана з підтримкою сексуальних відносин, а також забезпеченням емоційного і фізичного задоволення в парі. Це важливий аспект дослідження гендерних відносин, оскільки він має прямий вплив на рівень інтимної близькості і задоволеності в стосунках.

- *Психотерапевт*: Роль, що включає надання психологічної підтримки і допомоги у вирішенні особистих і міжособистісних проблем, а також управлінні емоційними конфліктами в сім'ї.

Методика дозволяє детально дослідити, як ці ролі розподіляються між партнерами, та оцінити, як кожен із них виконує свої функції на основі особистих уявлень і соціальних очікувань. Аналіз результатів дозволяє не тільки визначити, хто і яку роль бере на себе, але й дати уявлення про рівень задоволеності кожного партнера своєю роллю, а також про те, чи відповідає розподіл ролей очікуванням і потребам обох сторін. Цей підхід дає змогу виявити потенційні дисбаланси або напруження у сімейних стосунках, зокрема в контексті гендерних ролей, і зрозуміти, які з них можуть бути найбільш проблемними чи конфліктними в рамках досліджуваної групи [33].

Загалом, методика "Розподіл ролей у сім'ї" є важливим інструментом для вивчення гендерних відмінностей в міжособистісних стосунках, оскільки дозволяє розглядати ці ролі не лише як соціальні конструкції, але й як індикатори культурних і психологічних впливів, що формують гендерні стереотипи та очікування в сімейному контексті.

Наступною методикою, що була застосована в дослідженні, став "*Тест Лірі*". Цей тест призначений для оцінки особистісних характеристик як через самооцінку, так і через оцінку поведінки респондента спостерігачем. Методика дозволяє збирати інформацію про індивіда з двох різних точок зору: самооцінки та зовнішнього спостереження, що

забезпечує більш повне розуміння особистісних і соціальних характеристик учасника [34, ст. 12].

- *Самооцінка:* Учасники тесту відповідають на запитання, що допомагають їм оцінити власні особистісні риси, ставлення до себе і до інших. Це дозволяє виявити, як респонденти сприймають свої соціальні та міжособистісні якості, а також які гендерні уявлення і стереотипи можуть впливати на їх самооцінку. Самооцінка є важливим інструментом для вивчення внутрішнього ставлення людини до себе, що може корелювати з її поведінкою в міжособистісних стосунках та в сімейному чи професійному контексті.

- *Оцінка спостерігача:* Спостерігачі, які добре знайомі з поведінкою респондента, заповнюють анкети, базуючись на своїх спостереженнях за його взаємодіями з іншими людьми. Це дозволяє отримати зовнішню оцінку особистісних характеристик респондента, а також оцінку його міжособистісних відносин. Оцінка з боку спостерігача може виявити ті аспекти особистості, які можуть бути не очевидними для самого респондента, але які мають важливе значення для соціальної взаємодії.

Методика "*Тест Лірі*" забезпечує можливість створення комплексного портрета індивіда (наприклад, члена робочого колективу чи сімейного середовища), що включає не лише оцінку його індивідуальних характеристик, а й ставлення до інших. Це дає змогу оцінити як внутрішні аспекти особистості, так і зовнішні соціальні прояви поведінки, що є важливим для дослідження гендерних відмінностей у міжособистісних стосунках. Результати тестування подаються у вигляді відсоткових даних, що дозволяє здійснювати детальний аналіз і порівняння між різними членами групи. Використання відсоткових показників дає змогу виокремити значущі відмінності в особистісних характеристиках та міжособистісних відносинах, що в свою чергу дозволяє виявити

індивідуальні особливості, а також загальні соціальні чи психологічні тенденції в групі [34, ст. 15].

Цей підхід дозволяє не тільки оцінити особистісні риси індивідів, але й виявити соціально-психологічні динаміки, що можуть бути корисними для подальшого дослідження гендерних відмінностей у різних соціальних контекстах. Наприклад, це дозволяє оцінити, як соціальні очікування та гендерні стереотипи можуть впливати на самооцінку і взаємодію з іншими, а також як ці фактори можуть відображатися в поведінці та сприйнятті інших людей.

У завершальній частині дослідження була застосована методика С. Бем «*Маскулінність-фемінність*», яка є опитувальником, призначеним для діагностики психологічної статі та визначення рівня маскулінності, фемінності і андрогенності особистості. Ця методика дозволяє виявити, як різні риси, асоційовані з чоловічими та жіночими якостями, співвідносяться в межах індивідуальної психіки та як це впливає на міжособистісні стосунки. Вона спрямована на вивчення того, як індивід поєднує характеристики, що традиційно відносяться до однієї або іншої статі, а також чи є баланс між цими рисами (андрогенність), що може бути індикатором психологічної гнучкості і гармонії.

*Процедура проведення методики:*

- *Опитувальник:* Учасникам дослідження були надані анкети, що містили 60 особистісних якостей, які зазвичай асоціюються з чоловічими або жіночими рисами, а також деякими нейтральними характеристиками. Завданням респондентів було оцінити, наскільки кожна з цих якостей притаманна їм особисто. Це дозволяє зрозуміти, як респонденти самі себе сприймають у контексті соціально сформованих гендерних ролей.

- *Оцінка якостей:* Респонденти повинні були відзначити наявність або відсутність кожної з цих рис у себе, вказуючи на те,

наскільки вони вважають, що ці якості відображають їх власну особистість. Оцінка базується на суб'єктивному відчутті респондента, що дозволяє виявити, які саме характеристики гендерної ідентичності переважають у кожного учасника, і чи є у них переважання «чоловічих» або «жіночих» рис, або ж відзначається рівномірний розвиток як маскулінних, так і фемінних характеристик (андроґенність).

- *Анонімність:* Опитування проводилося анонімно, що сприяло більшій точності відповідей, оскільки респонденти не мали необхідності розкривати свою особистість. Це забезпечило чесність і відкритість у відповідях, адже респонденти могли без остраху виражати свої думки щодо власних гендерних характеристик, не переживаючи за соціальні оцінки.

*Мета методики:* Методика має на меті визначити психологічний профіль особистості через аналіз її маскулінності, фемінності та андроґенності. Маскулінність включає такі риси, як рішучість, самостійність, агресивність, а фемінність — ніжність, емоційність, чутливість. Андроґенність відображає наявність у людини як «чоловічих», так і «жіночих» рис у гармонійному поєднанні, що може бути індикатором психологічної гнучкості та адаптивності особистості. Це дозволяє вивчати не лише традиційні гендерні ролі, але й більше акцентувати увагу на індивідуальній здатності людини адаптуватися до різних ситуацій і ролей, як у сімейному, так і в соціальному контексті.

*Презентація результатів:* Результати тесту були представлені у вигляді таблиць, що чітко і наочно відображають рівень маскулінності, фемінності та андроґенності кожного учасника. Таке подання даних дозволяє здійснити порівняння між учасниками дослідження та провести детальний аналіз, визначаючи індивідуальні особливості кожної особистості в контексті її гендерної ідентичності.

Завдяки використанню цієї методики дослідники можуть не лише аналізувати рівень вираженості маскулінних і фемінних рис, але й зрозуміти, як ці характеристики взаємодіють між собою, а також визначити, чи є у респондентів гендерні стереотипи чи вони мають схильність до більш гнучких моделей поведінки.

*Інтеграція результатів методик:* Завдяки застосуванню цього набору методик дослідники отримують всебічне уявлення про те, як гендерні відмінності впливають на формування і розвиток міжособистісних стосунків у ранньому дорослому віці. Кожна з використаних методик фокусується на різних аспектах гендерної ідентичності та міжособистісних взаємодій:

- *Проективні уявлення та соціальні стереотипи* (через малюнки);
- *Розподіл соціальних ролей* (через аналіз сімейних обов'язків);
- *Особистісні риси та соціальні сприйняття* (через тест Лірі);
- *Гендерна ідентичність і її вплив на стосунки* (через методику маскулінності-фемінності).

Це дозволяє скласти комплексну картину того, як гендерні стереотипи і соціальні очікування впливають на взаємодію між людьми, а також як індивідуальні гендерні особливості можуть відображатися на міжособистісних стосунках в різних соціальних контекстах.

Таке комплексне дослідження дозволяє не тільки виявити індивідуальні та соціально-культурні фактори, що формують міжособистісні стосунки, але й зрозуміти, як ці фактори взаємодіють і впливають на формування гендерних ролей та стереотипів у сучасному суспільстві. Вивчення цих аспектів дає можливість визначити, як соціальні, психологічні та культурні норми визначають поведінку індивідів у межах гендерних ролей і взаємодії між чоловіками і жінками. Зокрема, це включає виявлення механізмів, які сприяють або обмежують гнучкість

гендерних уявлень і як ці уявлення впливають на розвиток міжособистісних стосунків у ранньому дорослому віці. Комплексний підхід до дослідження гендерних відмінностей дозволяє не тільки ідентифікувати домінуючі соціальні стереотипи, але й зрозуміти, як ці стереотипи можуть формувати очікування і поведінкові шаблони у повсякденному житті, на роботі, у сім'ї та в інших соціальних контекстах. Це створює підґрунтя для глибшого розуміння динаміки стосунків і взаємодії між чоловіками і жінками в умовах сучасної соціокультурної ситуації, де гендерні ролі стають дедалі більш динамічними та підданими змінам [32, ст. 22].

Завдяки отриманим результатам, дослідження також має практичне значення для розробки ефективних стратегій, спрямованих на покращення міжособистісної взаємодії та підтримку рівноправних стосунків у соціальному контексті. Розуміння того, як гендерні ролі впливають на соціальні взаємодії, дозволяє створювати інтервенції та освітні програми, які знижують негативний вплив гендерних стереотипів, сприяють більш рівноправному розподілу ролей у сім'ї та суспільстві та підтримують розвиток здорових і конструктивних міжособистісних відносин.

## **2.2 Результати емпіричного дослідження**

У період раннього дорослого віку індивіди активно формують та консервують свої соціальні і психологічні ідентичності, включаючи гендерні установки та міжособистісні стилі взаємодії. Гендерні установки являють собою систему переконань та уявлень особистості, які стосуються соціальних ролей та характеристик, що асоціюються з її статтю. Ці установки можуть значною мірою впливати на самосприйняття індивіда та його взаємодію з іншими людьми в соціальних контекстах. Міжособистісні стилі взаємодії, в свою чергу, відображають стратегії та методи, які

індивіди використовують для встановлення та підтримання стосунків з оточенням. Це включає не лише комунікативні стратегії, а й способи вирішення конфліктів, управління емоціями та загальний підхід до міжособистісної взаємодії. Оцінка гендерних установок та міжособистісних стилів взаємодії в ранньому дорослому віці є ключовою для розуміння їхнього впливу на соціальну адаптацію та розвиток міжособистісних стосунків. Оскільки ці фактори можуть істотно визначати успішність соціальної інтеграції та ефективність взаємодії в різних соціальних і професійних контекстах, важливим інструментом їх дослідження є застосування психологічних тестів, анкет, а також якісних методів дослідження, таких як інтерв'ю та спостереження.

Цільовою групою для застосування цієї методики є дорослі люди, оскільки саме в цьому віці гендерні установки стають більш стабільними і інтегрованими в загальну структуру особистості, що дає можливість для їх детального вивчення і оцінки.

*Склад методики:* Методика включає інструкцію для респондентів, а також рекомендації щодо обробки та інтерпретації отриманих результатів. Це дозволяє стандартизувати процес застосування методики та забезпечити коректну інтерпретацію даних.

На відміну від традиційних методик, які передбачають малювання людської фігури або конкретних соціальних ролей, методика «Малюнок чоловіка і жінки» зосереджена на відображенні гендерних установок через символічне зображення відносин між чоловіком і жінкою. Випробуванним надається завдання намалювати чоловіка і жінку, що дозволяє дослідити, як вони уявляють взаємодію між статями, зважаючи на їхні індивідуальні уявлення та соціальні впливи.

*Інструкція:* Учасникам запропоновано на чистому аркуші паперу олівцем намалювати чоловіка і жінку, без конкретних обмежень чи вимог щодо ситуації чи контексту зображення.

*Результати дослідження:* Аналіз результатів малюнків показав різноманітні гендерні установки серед жінок та чоловіків досліджуваної групи.

- **Жінки:** Більшість жінок (72%) зобразили чоловіка і жінку однакового розміру, без явної переваги одного персонажа над іншим. Фігури були ретельно промальовані, і їхня композиція не демонструвала домінування одного з персонажів. На деяких малюнках чоловік і жінка трималися за руки, що символізувало єдність і підтримку, що є характерним для установки «Опора». Ще 9% жінок зобразили пари, залучених до спільної діяльності, наприклад, посадка дерева, спільна робота за столом чи побутові сцени, що свідчить про гендерну установку «Співробітництво». Інші 18% малюнків продемонстрували установку «Тяжіння», де чоловік і жінка зображені обличчям один до одного з виразами обличчя, що відображають зацікавленість один одним. На деяких зображеннях один із персонажів дарує квіти іншому, що вказує на емоційну привабливість та важливість гетеросексуальних відносин.

- **Чоловіки:** Більшість чоловіків (67%) зобразили чоловіка і жінку однакового розміру, однак багато малюнків включали елементи, що символізували статус, наприклад, портфель, телефон або автомобіль. Це свідчить про важливість для таких респондентів кар'єри, соціального статусу та матеріальних цінностей, що корелює з установкою «Співробітництво». Приблизно 21% чоловіків зобразили пари, що стояли на певній відстані один від одного, створюючи враження самодостатності кожного персонажа. Відстань між персонажами варіювала від 1-3 см до 10-20 см, що вказує на риси, такі як стриманість, інтровертність, соціальна незручність, невпевненість у собі та тривожність, що можуть бути асоційовані з установкою «Незалежність». Однак, деякі чоловіки також демонстрували установки «Опора» або «Тяжіння», де зображали акти турботи чи підтримки, наприклад, тримання за руки або дарування квітів.

*Висновки:* Отримані результати свідчать про різноманітність гендерних установок серед респондентів. У жінок переважають установки на співпрацю, підтримку та емоційну близькість, тоді як у чоловіків більш вираженими є установки на соціальний статус, незалежність і самодостатність. Ці дані свідчать про важливість соціокультурних і психологічних аспектів гендерної соціалізації, що формуються в процесі взаємодії з оточенням та впливають на подальші міжособистісні стосунки.

*Гендерні стереотипи* є узагальненими уявленнями та переконаннями щодо ролей, рис та поведінки чоловіків і жінок у суспільстві. Вони проявляються у вигляді *гендерно-рольових стереотипів*, які визначають соціально прийнятні ролі та види діяльності для представників різних статей, а також стереотипів, що пов'язують певні психологічні та поведінкові характеристики з кожною статтю. Зазначені стереотипи тісно взаємопов'язані, оскільки прийнятність тієї чи іншої соціальної ролі для індивіда певної статі часто обґрунтовується наявністю в нього відповідних психологічних рис та характеристик.

Наприклад, *гендерно-рольовий стереотип* припускає, що соціально-професійна роль директора зазвичай вважається більш відповідною для чоловіків, оскільки їм традиційно приписують такі риси, як витривалість, стриманість, здатність до концентрації та кращі технічні навички. Натомість роль соціальної працівниці часто асоціюється з жінками, оскільки їм традиційно приписують чуйність, емпатію та здатність до встановлення міжособистісних контактів.

У процесі дослідження було вивчено гендерні уявлення респондентів щодо розподілу ролей у сім'ї. У таблиці (Табл. 2.2.) представлені результати, які показують, що більшість опитаних вважають роль піклування про емоційний комфорт сім'ї прерогативою жінок (70%). Стосовно ролі забезпечення безпеки сім'ї, 82% респондентів висловили думку, що ця функція переважно належить чоловікам. Щодо виховання

дітей, більшість респондентів (86%, зокрема 84% жінок і 90% чоловіків) вважають, що ця роль відноситься до жіночої. Подібна картина спостерігається й у випадку організації сімейного відпочинку: 78% опитаних (69% жінок і 82% чоловіків) поділяють думку, що ця роль здебільшого виконуються жінками. Нарешті, роль забезпечення затишку в домі також переважно асоціюється з жінками, про що свідчать відповіді 71% респондентів. Ці результати демонструють значну роль гендерних стереотипів у формуванні уявлень про розподіл сімейних обов'язків та підкріплюють традиційні уявлення про «жіночі» та «чоловічі» ролі у контексті домашнього господарства та виховання дітей.

Таблиця 2.2 – Розподіл сімейних ролей за статевою ознакою та їх спільна належність серед респондентів

Сімейна роль	Жіноча роль (%)	Чоловіча роль (%)	Ролі, що належать як жінкам, так і чоловікам в однаковій мірі (%)	Важко відповісти (%)
Турбота про емоційний комфорт	71	28	1	0
Забезпечення безпеки	3	14	81	2
Ведення домашнього господарства	49	47	2	2
Матеріальне забезпечення сім'ї	2	40	56	2
Виховання дітей	70	28	2	0
Прийняття важливих рішень	3	71	25	1
Забезпечення затишку в будинку	71	28	1	1
Організація сімейного відпочинку	2	76	19	3

---

---

У нашому суспільстві досі зберігається вплив гендерних стереотипів. Зокрема, серед молоді поширене переконання, що жінка повинна виконувати основні обов'язки в родині та відповідати за підтримку стосунків у сім'ї, в той час як чоловік традиційно має забезпечувати сім'ю через свою професійну діяльність. У багатьох випадках поділ ролей на «годувальника» і «домогосподарку» сприймається як природний порядок речей. Однак, водночас, вплив цих стереотипів поступово зменшується. Сучасні сім'ї все більше схиляються до гнучкішого розподілу обов'язків, що відповідає вимогам сучасного світу, де традиційні ролі вже не є настільки обов'язковими. Раніше, в умовах традиційних розширених сімей, цей поділ був зумовлений соціально-економічними обставинами, однак з часом змінились і потреби, і погляди на ролі жінок та чоловіків у родині.

Особливо це торкнулося прав жінок, адже часто їхньому праву на свободу вибору — ким бути, яким шляхом йти в житті і що вважати важливим — не надається належної уваги. Гендерні стереотипи продовжують підтримувати традиційні уявлення про те, що головна мета жінки — це відповідати на очікування чоловіків, бути матір'ю та зберігати домашній затишок. Однак сьогодні жінка має можливість бути незалежною в усіх сферах життя, що сприяє досягненню гендерної рівності. Попри це, стереотипи все ще впливають на нас на глибшому, підсвідомому рівні.

Зазвичай вважається, що способи комунікації у жінок і чоловіків значно відрізняються. Наприклад, існує уявлення, що чоловіки використовують спілкування переважно для отримання або передачі фактів, а також для самоствердження, в той час як жінки більше схильні до використання комунікації для встановлення і підтримки міжособистісних стосунків. Крім того, вважається, що жінки більш відкрито виражають свої емоції та часто звертаються за підтримкою, тоді як чоловіки, як правило,

орієнтовані на конкуренцію. Ці різниці можна пояснити не лише біологічними особливостями, але й соціальним навчанням, яке формує поведінкові патерни в залежності від статі. [8].

Ми схильні вважати, що соціальний та культурний контекст має значно більший вплив на стиль спілкування та поведінку людей, ніж природні біологічні відмінності між чоловіками та жінками. Хоча є певні біологічні фактори, наприклад, тестостерон, що може бути пов'язаний із підвищеною агресивністю у чоловіків, або варіації рівнів естрогену та прогестерону у жінок, які можуть впливати на настрій і емоції в різні фази менструального циклу, важливішим є те, як ці фізіологічні зміни взаємодіють із соціальними та культурними умовами. Саме ці умови формують особливості сприйняття, пізнавальної діяльності та міжособистісної комунікації, що також може суттєво впливати на поведінкові патерни у чоловіків і жінок. У вивченні міжособистісних відносин зазвичай виокремлюють два основні чинники: домінування-підпорядкування та дружелюбність-агресивність. Перший чинник описує відносини, в яких одна особа прагне зайняти лідерську позицію або встановити контроль, тоді як інша приймає підпорядковану роль. Другий чинник відображає емоційну складову взаємодії, де дружелюбність виражається через доброзичливість і співпрацю, а агресивність — через ворожість та схильність до конфліктів. Ці два чинники взаємодіють і визначають характер соціальних відносин, взаєморозуміння та способи вирішення конфліктів [18]. Ці фактори визначають загальне сприйняття особи в контексті міжособистісної взаємодії. У масштабному дослідженні, проведеному під керівництвом американського психолога Б. Бейлза, оцінка поведінки членів групи здійснюється за допомогою двох змінних, аналіз яких проводиться у тривимірному просторі, що формується трьома осями: домінування-підпорядкування, дружелюбність-агресивність і емоційність-аналітичність. Цей підхід дозволяє глибше зрозуміти динаміку взаємодії

між людьми та оцінити їх соціальні ролі, а також дає змогу виявити, як різні аспекти особистісної поведінки взаємодіють та впливають на групову взаємодію. Т. Лірі запропонував методику, яка дозволяє оцінювати поведінку індивідів з трьох різних точок зору: зовнішнього спостереження, самооцінки та оцінки близьких осіб, а також використовується для опису ідеального «Я». Інструкція для надання відповідей варіюється в залежності від рівня діагностики, що дає можливість більш точно оцінити різні аспекти особистості. Цей підхід дозволяє не лише визначити тип особистості, але й порівнювати результати по окремих складових, таких як «соціальне «Я», «реальне «Я», «мої партнери» та інші, що створює можливість для комплексного аналізу внутрішніх та зовнішніх проявів особистісних характеристик [9].

Опитувальник складається з 128 оцінювальних суджень, які розподілені на 8 типів міжособистісних відносин, кожен з яких включає 16 пунктів, упорядкованих за зростанням інтенсивності. Унікальність цієї методики полягає в тому, що судження, які належать до конкретного типу відносин, не йдуть підряд, а групуються по 4 елементи та повторюються через певні інтервали. Під час обробки результатів підраховується кількість відносин кожного типу.

Першим етапом обробки є підрахунок балів для кожного з 8 типів відносин. Далі проводиться оцінка ступеня вираженості кожного типу, що дозволяє визначити, наскільки виразно цей тип відносин проявляється у поведінці людини. Методика передбачає максимальний бал для кожного типу відносин у 16, які, в свою чергу, діляться на 4 рівні вираженості:

1. *Низький рівень вираженості (0–4 бали)* — адаптивна поведінка, що характеризується помірним проявом типу відносин.
2. *Помірний рівень вираженості (5–8 балів)* — також адаптивна поведінка, проте з більш вираженими ознаками типу відносин.

3. *Високий рівень вираженості (9–12 балів)* — екстремальна поведінка, яка може включати суттєві відхилення від загальних норм.

4. *Екстремально високий рівень вираженості (13–16 балів)* — екстремальна поведінка, що наближається до патологічних проявів.

Ця структура дозволяє оцінити ступінь вираженості кожного типу відносин та допомагає сформувати комплексний погляд на міжособистісну поведінку досліджуваної особи.

За результатами дослідження було виявлено наступні типи особистості серед чоловіків та жінок:

Таблиця 2.3 — Розподіл типів міжособистісних стосунків серед чоловіків та жінок за результатами дослідження

Тип особистості	Чоловіки	Жінки	Особливості в стосунках
<b>«Егоїстичний» тип</b>	35%	13%	Схильність до самозакоханості, домінування над іншими, ізольованість. У жінок цей тип проявляється в егоїстичних рисах і суперництві. Чоловіки з патологічним рівнем можуть мати труднощі в стосунках.
<b>«Авторитарний» тип</b>	20%	—	Чоловіки — домінантні лідери, які вимагають поваги і намагаються керувати. Можуть бути схильні до конфліктів через свою впертість і авторитарність. Це може призводити до залежних стосунків, особливо з жінками залежного типу.
<b>«Підпорядкований» тип</b>	10%	25%	Чоловіки демонструють скромність і поступливість, схильність підкорятися. Жінки цього типу зазвичай мають адаптивну поведінку, виконують обов'язки без власної думки, що може призводити до співзалежних стосунків.
<b>«Доброзичливий» тип</b>	10%	22%	Чоловіки з вираженою доброзичливістю, схильні до співпраці, ввічливі, прагнуть догодити. Жінки також схильні до співпраці, гнучкі у вирішенні проблем і сприяють гармонії в стосунках. Це сприятливий тип для стосунків.
<b>«Залежний» тип</b>	20%	30%	Чоловіки з слабо вираженою залежністю схильні до конформізму, м'якості та довірливості. Жінки, у свою чергу, можуть мати патологічну залежність, що призводить до наявності супротивників або агресії в

			стосунках.
«Альтруїстичний» тип	5%	10%	Чоловіки з високим рівнем альтруїзму відповідальні, чуйні, готові жертвувати своїми інтересами заради інших. Жінки з альтруїстичним типом — добрі, м'які, емоційно підтримують інших.
«Слабо виражений тип»	20%	—	Чоловіки цього типу схильні до суперництва, орієнтуючись на себе. Цей тип може бути адаптивним для побудови здорових стосунків, але вимагає розвитку емоційної чуйності та партнерської підтримки.

### Висновки:

**Жінки з "Залежним" типом і чоловіки з "Авторитарним" типом** можуть потрапляти в залежні стосунки через притягальність цих якостей. Однак це може призводити до дисгармонії та конфліктів.

**Чоловіки з «Егоїстичним» або «Авторитарним» стилем** (особливо з патологічним рівнем вираженості) можуть стикатися з труднощами у стосунках, оскільки їхня домінуюча поведінка і схильність до самозакоханості може бути проблемою.

**Жінки з "Альтруїстичним" та "Добррозичливим" типами** більш схильні до створення гармонійних стосунків завдяки своїй емоційній чуйності і співпраці.

**Адаптивність** є ключовим фактором для підтримання здорових, гармонійних стосунків, де партнери можуть зрозуміти і підтримати один одного, що веде до більш продуктивної комунікації та розуміння.

Загалом, гармонія в стосунках часто досягається завдяки сумісності стилів між партнерами, врахуванню їх індивідуальних рис та вміння адаптуватися до різних ситуацій.

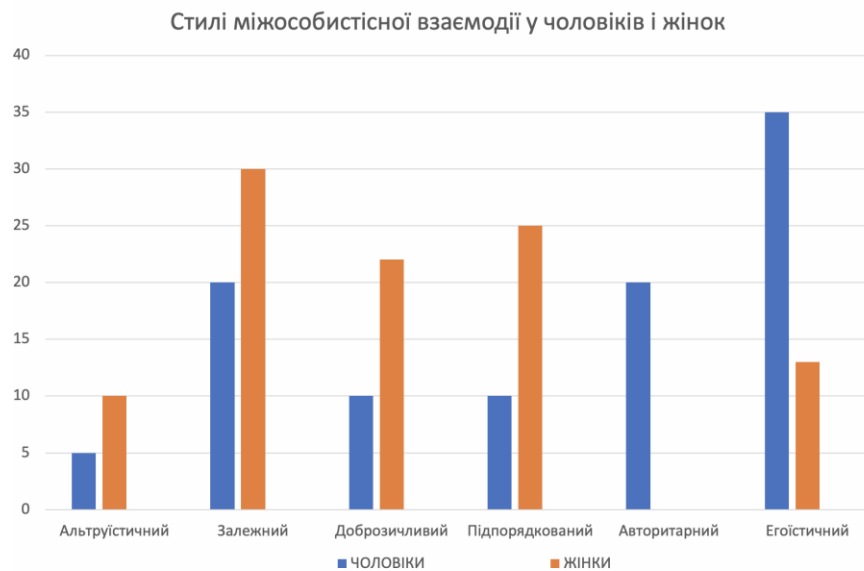


Рисунок 2.1 — Стили міжособистісної взаємодії у чоловіків і жінок

Гендерні ролі зазнають змін, і концепт гендеру стає все більш гнучким. Проте традиційні ролі продовжують впливати на наші комунікативні стратегії. Для тих, хто дотримується класичних жіночих гендерних норм, головною метою спілкування є встановлення і підтримка гармонійних відносин з іншими людьми. У той же час, для чоловіків основною метою комунікації є підтвердження власної ідентичності, що часто досягається через демонстрацію незалежності, контролю чи через публічні виступи [10].

Жінки часто спеціалізуються на «розмовах про взаєморозуміння», які спрямовані на створення, підтримку та зміцнення відносин. Ці розмови відзначаються вмінням комунікувати, виховувати, виражати емоції, проявляти емпатію та підтримку. Чоловіки ж зазвичай орієнтовані на виконання завдань і розв’язання конкретних проблем. Вони є експертами в «доповідних розмовах», які зосереджені на аналізі і вирішенні питань. Такий стиль комунікації характеризується конкурентним підходом, відсутністю сентиментальності, аналітичним мисленням і агресивною орієнтацією на досягнення результату [31].

Дебора Таннен, професор лінгвістики та авторка кількох книг про гендер і мову, описує кілька основних відмінностей у стилях комунікації між чоловіками та жінками. Згідно з її дослідженнями, **чоловіки** часто ведуть розмови у форматі доповіді, що слугує для демонстрації їхніх знань та досвіду. У таких розмовах вони зосереджуються на досягненні конкретних результатів і вирішенні завдань. Їхня комунікація часто має аналітичний і конкурентний характер, де важливо не тільки досягти цілей, а й продемонструвати свою компетентність і авторитет. Вони також зазвичай дають прямі вказівки, наприклад: «Це потрібно зробити до 17:00», що підкреслює їх орієнтацію на результат.

Жінки, натомість, часто зосереджуються на підтримці взаємин і створенні гармонійної атмосфери. Вони більше орієнтовані на розмови, спрямовані на взаєморозуміння, де головною метою є обмін інформацією та зміцнення відносин. Такий стиль комунікації вимагає розвитку емоційних навичок, емпатії і підтримки. Жінки часто формулюють запити, наприклад: «Чи не могли б ви зробити це до 17:00?», що створює атмосферу співпраці. Вони також схильні до прояснення ситуації через питання, що допомагає уникнути непорозумінь і забезпечує чіткість у взаєминах.

Існують й інші відмінності у сприйнятті емпатії та вибачень: жінки часто використовують фразу «Мені шкода» як вираз співчуття або занепокоєння, однак чоловіки можуть інтерпретувати це як прийняття відповідальності, хоча насправді це може бути просто виразом емоційної підтримки. Ще однією важливою різницею є те, що жінок часто оцінюють за їх зовнішнім виглядом, а чоловіків — за їх словами та діями.

Попри ці стереотипи, важливо зазначити, що ці відмінності можуть бути менш вираженими у конкретних випадках. Наприклад, можна зустріти чоловіків, які демонструють «жіночі» тенденції в комунікації, і

жінок, чий стиль спілкування схожі на «чоловічі». Таким чином, кожен індивідуум може проявляти різні риси комунікації незалежно від статі.

Джон Грей пояснює ці відмінності тим, що вони відображають різні цінності, цілі та потреби чоловіків і жінок. Чоловіки, зазвичай, орієнтовані на досягнення результатів і досягнення конкретних цілей, при цьому вони часто зосереджуються на самоорганізації і незалежності. У свою чергу, жінки акцентують увагу на підтриманні відносин і створенні співпраці для досягнення спільних цілей. Їхній стиль спілкування зазвичай є більш ввічливим, менш агресивним, і вони часто прагнуть досягти гармонії в колективі. У робочому середовищі ці різниці можуть викликати непорозуміння: чоловіки зазвичай прагнуть досягти конкретних результатів і відзначаються організованістю, тоді як жінки можуть бути більш схильними до створення дружньої та підтримуючої атмосфери для досягнення спільних цілей. Чоловіки, зазвичай, намагаються продемонструвати свою впевненість і рішучість, часто зосереджуючись на досягненні результату, тоді як жінки можуть проявляти більшу увагу до емоційного комфорту і взаєморозуміння.

Ці різниці, хоча й можуть призвести до певних непорозумінь у спілкуванні, не є непереборними. Важливо розуміти, що кожна людина може мати свій індивідуальний стиль комунікації, що не обов'язково залежить від статі, але від особистісних якостей та досвіду.

Опитувальник статевих ролей, розроблений Сандрою Бем, є одним з ключових інструментів для оцінки рівня прояву рис або поведінкових особливостей, які традиційно асоціюються з чоловічими або жіночими статевими ролями. Методика дозволяє діагностувати психологічну стать людини та визначити її рівень андрогінності, маскулітності і фемінності. Вона спрямована на вивчення того, як особистість поєднує ці якості і чи є в ній здатність до адаптації в залежності від соціальних ситуацій.

Концепція андрогенності, на якій ґрунтується методика, передбачає, що люди можуть мати як традиційно чоловічі, так і жіночі риси, що є важливим для адаптації поведінки. Андрогінні люди, за теорією Бем, здатні проявляти риси, що відповідають обом статям, що дозволяє їм бути більш гнучкими у соціальних ситуаціях. Це, в свою чергу, допомагає знижувати стрес і забезпечує більший успіх у різних сферах життя.

Типи, що визначаються за результатами опитувальника, включають:

1. Маскулінний тип — особистість, у якій переважають чоловічі риси, такі як рішучість, незалежність, впертість.
2. Фемінний тип — особистість, у якій переважають жіночі риси, такі як емоційність, чуйність, бажання допомагати іншим.
3. Андрогінний тип — особистість, яка має поєднання чоловічих і жіночих рис і може адаптувати свою поведінку залежно від ситуації.

Результати дослідження, проведеного за допомогою цього опитувальника, показують, що серед 25 жінок, 20 мали високий рівень фемінності і низький рівень маскулінності, тобто вони демонструють більш традиційні жіночі риси. Лише 6 жінок набрали більше балів за маскулінність, ніж за фемінність, що свідчить про наявність у них деяких чоловічих рис.

Щодо чоловіків, то 15 з них демонстрували високий рівень маскулінності і низький рівень фемінності, що є типовим для чоловічої статі за традиційними уявленнями. Однак інші 9 чоловіків набрали більше балів за фемінність, ніж за маскулінність, що свідчить про певний перехід або поєднання рис, характерних для обох статей.

Таким чином, результати дослідження показують важливість андрогенності для розвитку особистості, а також те, що більшість людей демонструють чітке дотримання традиційних статевих ролей. Однак є також ті, хто поєднує ці ролі, що дозволяє їм бути більш адаптивними та ефективними в різних ситуаціях.

Серед 25 жінок, які брали участь у дослідженні, 20 мали фемінний тип особистості, що характеризується емоційністю, чутливістю та інтуїтивним пізнанням. Жінки з фемінним гендерним типом, як правило, відчують більше задоволення від життя порівняно з тими, хто має маскулінний або невизначений тип. Це можна пояснити тим, що фемінні особистості часто орієнтовані на створення гармонійних відносин, сприйнятливі до емоційного досвіду і здатні підтримувати глибокі соціальні зв'язки, що сприяє їх психологічному благополуччю.

З 25 жінок, 6 мали маскулінний тип особистості. Це тип, який включає риси, традиційно асоційовані з чоловічими стереотипами — рішучість, незалежність, цілеспрямованість та прагнення до успіху. Проте, жінки з переважанням маскулінних рис часто мають найнижчі показники осмисленості, що може свідчити про високі вимоги до себе, які вони ставлять в контексті досягнення своїх цілей. Це може бути результатом надмірної орієнтації на досягнення матеріальних або кар'єрних цілей, що іноді призводить до зниження уваги до емоційних і соціальних аспектів життя.

Таким чином, жінки, які мають фемінний тип особистості, часто демонструють більш високий рівень емоційного благополуччя і задоволення життям, в той час як жінки з маскулінними рисами можуть відчувати більші труднощі через високі внутрішні вимоги та орієнтацію на досягнення конкретних результатів, що може обмежувати їх задоволення від життя в цілому

ТИП ОСОБИСТОСТІ У ЖІНОК

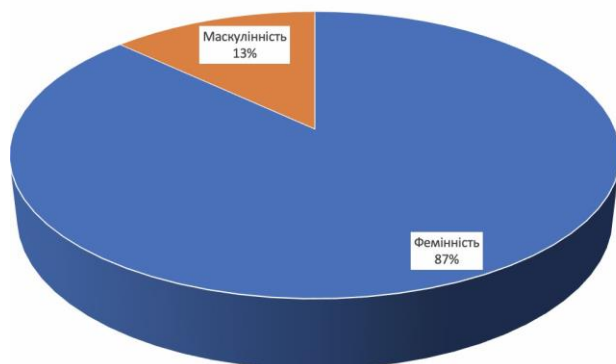


Рисунок 2.2 —Типи особистості у жінок

Серед 25 чоловіків 91% мають маскулінний тип особистості, який характеризується такими рисами, як впевненість у собі, захист власних переконань, незалежність, аналітичність, лідерські якості, схильність до ризику та швидкість прийняття рішень. Інші 9% чоловіків мають фемінний тип особистості, для якого характерні емоційність, м'якість, ніжність, турботливість, практичність, консерватизм, інтуїтивність, реалістичність, комунікативність, чутливість та емпатія.

ТИП ОСОБИСТОСТІ У ЧОЛОВІКІВ

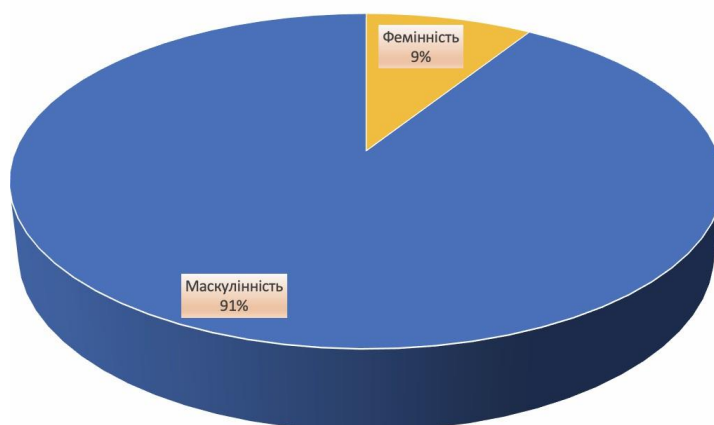


Рисунок 2.3 Типи особистості у чоловіків

Гендерна ідентичність є важливим елементом у формуванні самоусвідомлення особистості. Вона визначає, як людина сприймає свою

статеву приналежність і як це впливає на її сприйняття себе в контексті соціальних та культурних норм. Образ "Я" формується через взаємодію особистості зі своїм оточенням та через соціалізацію, яка включає освоєння статево-рольових стереотипів та очікувань. У процесі цього соціального навчання людина адаптує свою поведінку, враховуючи традиційно визначені рольові норми, що асоціюються з чоловічою та жіночою поведінкою.

Сучасні тенденції показують, що традиційні уявлення про маскулінність та фемінність змінюються. Спостерігається тенденція до фемінізації чоловічої поведінки та маскулізації жіночої, що має широкий вплив на різні сфери життя, включаючи професійну діяльність. Наприклад, жінки з високими показниками маскулінності (такими, як рішучість, лідерські якості, аналітичне мислення) часто займають керівні посади. Чоловіки з високим рівнем фемінності, натомість, можуть стикатися з труднощами у світі, де традиційно цінуються агресивність та незалежність.

Однак, незважаючи на зміни в суспільстві, традиційні стереотипи іноді призводять до того, що чоловіки з високим рівнем маскулінності та жінки з високим рівнем фемінності можуть зіткнутися з труднощами, якщо їх поведінка не відповідає традиційним статево-рольовим очікуванням. Це може відбуватися в професійному середовищі або в особистих відносинах, коли людина не відповідає сприйнятому "ідеалу" своєї статі. Натомість андогінні особистості, які поєднують як маскулінні, так і фемінні риси, демонструють більшу гнучкість і здатність адаптуватися до змінних обставин. Їх здатність діяти відповідно до ситуації дозволяє їм краще справлятися з викликами, що виникають в умовах, де традиційні статеві ролі більше не є визначальними. Така гнучкість також допомагає знижувати рівень стресу та полегшує адаптацію до нових вимог соціальних і професійних контекстів. Вони

мають здатність приймати різноманітні ролі в залежності від ситуації, що дозволяє їм бути більш ефективними у різних сферах діяльності.

Таким чином, в умовах сучасної соціальної динаміки важливим є не лише сприйняття статі через призму традиційних ролей, а й усвідомлення та розвиток андрогінних рис, що дозволяє людям досягати успіху в змінних умовах і забезпечує більшу гармонію в міжособистісних стосунках та професійній діяльності.

### **2.3 Гендерна ідентичність та міжособистісні стосунки: Шлях до гармонії та взаєморозуміння**

Вивчення гендерної ідентичності та міжособистісних стосунків є важливим напрямом соціально-психологічних досліджень, оскільки гендер є одним з основних чинників, що визначають соціальну поведінку людини. З точки зору соціальної психології, гендерні стереотипи та очікування є потужними факторами, що впливають на взаємодію між людьми, особливо у ранньому дорослому віці, коли формуються важливі соціальні зв'язки, в тому числі партнерські та професійні.

На сьогоднішній день традиційні гендерні ролі, а також стереотипи, пов'язані з ними, можуть стати бар'єром для розвитку гармонійних стосунків, оскільки сприяють укоріненню певних соціальних очікувань та обмежень. Гендерні стереотипи визначають, як чоловіки та жінки повинні себе поводити, які ролі вони повинні виконувати у сім'ї, на роботі, в суспільстві. Однак ці стереотипи не завжди відповідають реальним потребам людей, і їхнє усвідомлення та коригування може бути важливим кроком до поліпшення міжособистісних стосунків.

Тренінг, що розроблений у рамках цього дослідження, має на меті допомогти учасникам краще зрозуміти гендерні відмінності, їхній вплив на стосунки та розвинути навички ефективної комунікації з урахуванням

гендерних аспектів. Зокрема, тренінг має на меті сприяти розвитку гендерної гнучкості та усвідомленого підходу до стереотипів, що дозволить створити більш відкриті, рівноправні та гармонійні взаємодії.

*Мета тренінгу:*

Розвиток усвідомленості учасників щодо впливу гендерної ідентичності та гендерних стереотипів на міжособистісні стосунки, а також навчання ефективним методам комунікації, заснованим на гендерній гнучкості і взаємоповазі.

*Цілі тренінгу:*

1. Ознайомлення учасників з поняттями гендерної ідентичності, стереотипів і ролей.
2. Розпізнавання та аналіз впливу гендерних стереотипів на комунікацію та міжособистісні взаємодії.
3. Сприяння розвитку гендерної гнучкості та здатності адаптувати свою поведінку в різних контекстах.
4. Покращення навичок ефективної комунікації між чоловіками та жінками в різних соціальних ситуаціях.
5. Створення умов для розвитку здорових і рівноправних стосунків.

Тренінг спрямований на те, щоб допомогти учасникам краще зрозуміти, як гендерні уявлення та стереотипи впливають на їхнє спілкування та взаємодії з іншими людьми. Учасники дізнаються про основи гендерної ідентичності, визначатимуть власні стереотипи та усвідомлюватимуть, як вони формують очікування та поведінку в стосунках. Тренінг також надасть практичні інструменти для розвитку комунікаційних навичок, здатності до гнучкої адаптації у відповідь на гендерні різниці, а також допоможе формувати більш здорові та гармонійні стосунки.

*Завдання тренінгу:*

1. Поглибити розуміння учасників щодо гендерних ролей, стереотипів і їхнього впливу на поведінку в стосунках.
2. Навчити учасників розпізнавати гендерні стереотипи та працювати з ними для поліпшення міжособистісних стосунків.
3. Сприяти розвитку гендерної гнучкості і здатності адаптуватися до змінних соціальних умов.
4. Розвинути навички ефективної комунікації, побудови рівноправних та підтримуючих стосунків.
5. Надати учасникам конкретні техніки для вирішення конфліктів на основі взаємоповаги і розуміння гендерних відмінностей.

Цей тренінг спрямований на розвиток критичного мислення щодо гендерних стереотипів та їх впливу на міжособистісні стосунки. За допомогою інтерактивних вправ та теоретичних знань учасники здобудуть розуміння гендерної ідентичності та навчатися використовувати гнучкий підхід до комунікації. Тренінг не тільки підвищує рівень усвідомленості гендерних аспектів, але й дає конкретні навички для побудови більш ефективних, рівноправних і гармонійних стосунків у різних соціальних контекстах.

### **Висновки до другого розділу**

Дослідження гендерних стереотипів виявило, що вони негативно впливають не лише на індивідуальні стосунки, але й на суспільство в цілому. Гендерні стереотипи мають численні деструктивні аспекти, здатні призводити до серйозних соціальних наслідків. Зокрема, вони посилюють розрив між статями, виступаючи як фактор, що зводить до крайнощів соціальні відмінності між ними. Крім того, гендерні стереотипи обмежують розвиток особистісних якостей, що не відповідають традиційно закріпленим уявленням про гендерні ролі. Наприклад, існує стереотип, згідно з яким чоловіки повинні бути стриманими,

урівноваженими та без емоцій в міжособистісних стосунках. Натомість жінкам дозволяється вільно виражати емоції, зокрема плакати, коли вони відчують образу. Така емоційність у жінок стала однією з усталених соціальних норм. Проте для чоловіків прояв емоцій, зокрема сліз, часто сприймається як порушення норм мужності, що може призводити до розвитку феміфобії — негативного ставлення до проявів жіночності. Це лише поглиблює існуючі гендерні відмінності.

У цьому контексті особливу увагу слід приділяти впливу гендерної комунікації на міжособистісні стосунки, аналізу причин і способів вирішення конфліктів, а також врахуванню емоційного інтелекту, що також впливає на взаємодії між статями. Незважаючи на те, що дослідження підтверджують існування цих відмінностей, важливо уникати стереотипного підходу до аналізу чоловіків і жінок. Багато чоловіків можуть використовувати стилі спілкування, які традиційно асоціюються з жінками, і навпаки. Тому при вивченні гендерної комунікації необхідно враховувати не тільки загальні закономірності, а й індивідуальні нюанси взаємодії.

Проте, якщо суспільства продовжать рухатись у напрямку зменшення стереотипних очікувань щодо статей, це може значно знизити кількість міжособистісних конфліктів між чоловіками і жінками, а також полегшити життя всіх членів суспільства. Оскільки чоловіки і жінки мають працювати разом і виконувати свої біологічні та соціальні ролі в гармонії, важливо створювати умови для розвитку рівноправних і взаємопідтримуючих стосунків, які базуються на розумінні та повазі до гендерних відмінностей.

## ВИСНОВКИ

Протягом вже понад двох тисячоліть суспільства не змогли досягти ідеалу гармонії та єднання між чоловіком і жінкою, оскільки вони не змогли знайти належну взаємодію та співпрацю. Тенденція розвитку гендерних досліджень повинна зосереджуватись на вивченні чоловіка та жінки як єдиного соціального об'єкта, який взаємодіє гармонійно, доповнюючи та збагачуючи один одного, утворюючи ціле. Поведінка, а також зовнішній вигляд кожної особистості, яка бере участь у соціальних стосунках, є відображенням гендерної ідентичності індивіда в інтегрованій структурі, де всі елементи взаємно доповнюють один одного.

Суспільства, що надають особливу увагу гендерній рівності, прагнуть запобігти процесам, які можуть призвести до розмивання чітких уявлень про поведінку та зовнішність осіб відповідно до їхньої статі, застосовуючи різноманітні механізми соціального контролю. Гендерні характеристики, таким чином, проявляються в усьому світі через певні спільні аспекти, хоча традиційна категоризація поведінки та зовнішності осіб за статтю з часом зазнала пом'якшення в сучасному суспільстві. У дослідженнях було проаналізовано гендерні установки та їхній вплив на формування міжособистісних стосунків, а також визначено рівень виразності стилів спілкування у чоловіків і жінок. Враховуючи це, була розроблена програма тренінгу, спрямована на покращення міжособистісних взаємодій між представниками різних гендерів шляхом пом'якшення або усунення впливу гендерних стереотипів.

Визначення чоловіків і жінок за певними моделями поведінки, зовнішнім виглядом та рольовими очікуваннями формує гендерні стереотипи. Ці стереотипи виникають із самого початку соціалізації людини та суттєво впливають на процес міжособистісного спілкування. Внаслідок цього гендерні стереотипи можуть стати серйозною перешкодою

для ефективної комунікації та призвести до виникнення конфліктів, оскільки взаємний обмін сенсами, що є основою міжособистісного спілкування, може ускладнюватись або ставати неможливим.

З урахуванням усіх аспектів стереотипів гендерної ідентичності, можна стверджувати, що ці стереотипи мають багатогранну структуру, яка суттєво впливає на процес міжособистісного спілкування. Зокрема, стереотипи, що формуються вже на етапі першої зустрічі, можуть значною мірою визначати характер комунікації та відіграють ключову роль, зважаючи на стать кожної особи. Основними факторами, які можуть зменшити вплив стереотипів на процес спілкування, є: збільшення рівня знань про індивіда або ситуацію, що підлягає стереотипізації; нейтралізація детермінуючих чинників, які спричиняють формування стереотипів; зменшення упередженості індивіда в групі та скорочення соціальної дистанції між різними групами. Зниження цих факторів дозволяє створити умови для більш відкритого та об'єктивного сприйняття співрозмовника.

Водночас важливо зазначити, що спроба аналізувати стереотипи гендерної ідентичності в контексті міжособистісного спілкування лише через призму гендерних ролей може призвести до спрощеного та одновимірного підходу до оцінки ситуації. Стереотипи, що виникають у процесі комунікації, підлягають впливу численних факторів, таких як соціальний статус особи, культурні погляди на гендерні відмінності, історичний контекст, релігійні та економічні умови. Крім того, стиль спілкування людини, включаючи манеру говорити, слухати, невербальну комунікацію (мова тіла тощо), також має значний вплив на міжособистісні взаємодії та на формування стереотипних уявлень. Тому для більш комплексного розуміння міжособистісного спілкування важливо враховувати всі ці фактори, а не лише гендерні ролі.

У період раннього дорослого віку відбувається інтенсивний розвиток оцінних здібностей, що дозволяє людям краще розуміти емоційний стан інших. Як чоловіки, так і жінки при оцінці партнера орієнтуються на вже сформовані стереотипи і еталони поведінки. Судження про іншу особу визначаються ідеалізованими уявленнями, на які чоловіки та жінки свідомо чи несвідомо покладаються при оцінці один одного. Це впливає на міжособистісне спілкування, яке є основним механізмом розвитку зв'язків, адже спілкування дозволяє виявляти психічні та емоційні якості партнерів.

Ключовим для взаєморозуміння є не лише здатність адекватно оцінювати психологічні особливості партнера, але й розуміння того, як ці особливості проявляються через призму індивідуальних систем цінностей. Виявлення таких особливостей можливе через аналіз умов, що сприяють або перешкоджають взаєморозумінню. Різниця в умовах може проявлятися у ситуаціях, коли чоловіки та жінки переживають значущі емоційні події. Для чоловіків важливий когнітивний аспект спілкування, що полягає у прагненні знайти рішення проблеми, тоді як для жінок важливіше вираження співчуття та емпатії — прагнення до розуміння, а не до вирішення проблеми. Це різне сприйняття та реакція на емоційні стани може бути основою для конфліктів у міжособистісних взаємодіях.

Чи можна стверджувати, що гендерна ознака є соціальним стереотипом? Безумовно, це є можливим, оскільки гендерні стереотипи варіюються в залежності від культурних контекстів. Наприклад, в іспанській культурі вміння готувати асоціюється з ознакою справжнього чоловіка, тоді як у багатьох слов'янських країнах це вважається типовою жіночою відповідальністю. Такі стереотипи не лише формують гендерні ролі, але й можуть призводити до дискримінації за статевою ознакою, зокрема у питаннях розподілу лідерських позицій у суспільстві, де чоловіки зазвичай займають керівні посади.

Емпіричні дослідження підтверджують, що існує зв'язок між рівнем емпатії та статевою приналежністю, а також виявляють вплив гендерних стереотипів і установок на міжособистісні відносини. Зокрема, результати дослідження свідчать, що гендерні відмінності значно впливають на вибір стратегії поведінки у людей раннього дорослого віку. У межах тренінгу було розроблено соціально-психологічні концепти гендерної ідентичності та досліджено їхню структуру і розвиток. Також удосконалено уявлення учасників про роль і становище чоловіків і жінок у суспільстві та в сім'ї, а також їхні навички міжстатевої взаємодії. В умовах сучасності важливо створити як теоретичну, так і практичну базу для впровадження гендерного підходу та визнання впливу статі на соціальну і когнітивну поведінку особистості. Перспективи подальших досліджень полягають у уточненні отриманих результатів на більших вибірках і вивченні специфіки впливу статево-рольової ідентичності осіб раннього дорослого віку на вибір стратегій поведінки, що допоможе зменшити кількість міжособистісних конфліктів.