МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УМАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет соціально-психологічної освіти та фізичної культури
Кафедра психології

Допущено до захисту
« » травня 2026 р.
В.о. зав. кафедри
_____ Борис ЯКИМЧУК

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У ЖІНОК

Виконала студентка IV курсу, 41 групи
освітньої програми «Психологія»
спеціальності 053 Психологія
Семко Дар'я Анатоліївна

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент
Діхтяренко Світлана Юріївна

Умань – 2026

ЗМІСТ

ВСТУП 3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ 6
1.1. Сутність гендерної ідентичності та теоретичні підходи до її дослідження 6
1.2. Закономірності формування гендерної ідентичності жінки в сучасному суспільстві 15
РОЗДІЛ 2. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У ЖІНОК 200
2.1. Соціально-психологічні чинники та гендерні ролі у формуванні ідентичності жінки 200
2.2. Психологічні особливості, проблеми та суперечності гендерної ідентичності жінки 255
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У ЖІНОК 322
3.1. Мета, завдання та організація емпіричного дослідження. 322
3.2. Методики та інструментарій дослідження гендерної ідентичності жінок. 344
3.3. Аналіз і порівняльна характеристика результатів дослідження ... 366
ВИСНОВКИ 433
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 477
ДОДАТКИ 500
ДОДАТОК А 500
ДОДАТОК Б 522
ДОДАТОК В 544

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. У сучасному суспільстві проблема гендерної ідентичності набуває особливої значущості у зв'язку з трансформаціями соціальних ролей, переосмисленням традиційних уявлень про жіночність та зростанням уваги до питань рівності, самореалізації й психологічного благополуччя особистості. Гендерна ідентичність є важливою складовою самосвідомості людини, що визначає її уявлення про себе, особливості поведінки, систему цінностей, міжособистісні взаємини та здатність до адаптації в соціумі.

Для жінок процес формування гендерної ідентичності має специфічні психологічні особливості, зумовлені впливом соціокультурних норм, гендерних стереотипів, очікувань суспільства та різноманітних соціальних ролей. В умовах сучасних соціальних змін жінки дедалі частіше стикаються з необхідністю поєднання традиційних і нових ролей, що може призводити до внутрішніх суперечностей, напруження, зниження самооцінки та появи психологічних труднощів.

Дослідження психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок є актуальним, оскільки дозволяє глибше зрозуміти механізми становлення жіночої самосвідомості, виявити рівень сформованості її основних компонентів, а також окреслити можливі напрями психологічної підтримки жінок на різних етапах життєвого шляху. Саме тому обрана тема є актуальною для сучасної психологічної науки та практики.

Об'єкт дослідження – гендерна ідентичність особистості.

Предмет дослідження – психологічні особливості гендерної ідентичності у жінок.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості гендерної ідентичності у жінок різних вікових груп.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати поняття гендеру та гендерної ідентичності у психологічній науці.

2. Розглянути основні психологічні теорії та підходи до вивчення гендерної ідентичності.

3. Визначити чинники формування гендерної ідентичності у жінок.

4. Охарактеризувати роль гендерних стереотипів і соціальних очікувань у становленні жіночої ідентичності.

5. Обґрунтувати критерії, показники та рівні сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок.

6. Провести емпіричне дослідження рівнів сформованості гендерної ідентичності у жінок різних вікових груп та проаналізувати отримані результати.

Теоретичною основою дослідження стали праці вітчизняних і зарубіжних науковців у галузі психології особистості, соціальної та гендерної психології, зокрема дослідження, присвячені проблемам гендеру, гендерної ідентичності, соціалізації та самосвідомості особистості.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети у роботі використано теоретичні методи дослідження: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення та систематизація наукових джерел.

Емпіричне дослідження здійснювалося за допомогою анкетування та методів кількісної обробки даних. Для оцінки рівнів сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності було застосовано авторські анкети, що дозволили визначити когнітивно-ціннісний, соціально-рольовий та особистісно-рефлексивний критерії. Вибірку дослідження склали 30 жінок різних вікових груп.

Практичне значення роботи. Результати дослідження можуть бути використані у практичній діяльності психологів, у консультативній та просвітницькій роботі з жінками, а також у навчальному процесі при викладанні дисциплін із психології особистості, соціальної та гендерної психології.

Дані про апробацію. Матеріали бакалаврського дослідження доповідалися на засіданні кафедри психології, на IX Всеукраїнських

психологічних читаннях «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів» (Умань, 14 травня 2026 р.). Теоретичні результати дослідження висвітлено у публікації.

Структура бакалаврської роботи. Бакалаврська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновка, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи відповідає вимогам бакалаврської кваліфікаційної роботи.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

1.1 Сутність гендерної ідентичності та теоретичні підходи до її дослідження

Проблема гендерної ідентичності є однією з ключових у сучасній психології, оскільки вона відображає складні процеси самовизначення особистості в контексті соціокультурних норм, очікувань і ролей. У науковому дискурсі гендерна ідентичність розглядається як інтегративна характеристика особистості, що формується у процесі соціалізації та відображає усвідомлення людиною своєї належності до певної гендерної групи [1, с. 1].

Поняття «гендерна ідентичність» слід відрізняти від біологічної статі. Якщо стать визначається анатомо-фізіологічними ознаками, то гендер є соціально сконструйованою категорією, яка включає систему ролей, норм і очікувань щодо поведінки чоловіків і жінок у суспільстві [2]. У цьому контексті гендерна ідентичність виступає як результат інтеріоризації соціальних норм, що регулюють поведінку індивіда.

У психології існує кілька підходів до визначення сутності гендерної ідентичності. Один із перших – психоаналітичний підхід, представлений працями З. Фройда. Відповідно до цього підходу, формування гендерної ідентичності пов’язане з процесами ідентифікації дитини з батьками протилежної або своєї статі, а також із подоланням Едіпового комплексу [3, с. 87]. Хоча ця концепція зазнала критики, вона стала основою для подальших досліджень у галузі гендерної психології.

Біхевіористичний підхід акцентує увагу на ролі навчання та підкріплення у формуванні гендерної поведінки. Згідно з ним, гендерна ідентичність формується через механізми наслідування, заохочення та покарання, які сприяють засвоєнню соціально прийнятних моделей поведінки [4, с. 63]. Діти

засвоюють гендерні ролі, спостерігаючи за поведінкою дорослих і отримуючи відповідну реакцію з боку соціального оточення.

Когнітивний підхід, представлений роботами Ж. Піаже та Л. Колберга, розглядає гендерну ідентичність як результат активної пізнавальної діяльності дитини. Відповідно до цього підходу, дитина самостійно конструює уявлення про гендер, проходячи певні стадії розвитку: гендерну ідентифікацію, гендерну стабільність і гендерну константність [5, с. 134]. Цей підхід підкреслює роль внутрішніх когнітивних процесів у формуванні гендерної ідентичності.

Соціально-конструктивістський підхід розглядає гендер як продукт соціальної взаємодії та культурних практик. Представники цього напряму (С. Бем, Дж. Батлер) вважають, що гендерна ідентичність не є сталою, а формується у процесі постійної взаємодії індивіда з соціальним середовищем [6, с. 78]. Зокрема, теорія гендерних схем С. Бем підкреслює, що людина організовує інформацію про себе та інших відповідно до гендерних категорій, які існують у культурі.

Важливе місце у дослідженні гендерної ідентичності займає гуманістичний підхід, який акцентує увагу на самореалізації особистості. Представники цього напряму (К. Роджерс, А. Маслоу) розглядають гендерну ідентичність як частину Я-концепції, що формується у процесі особистісного розвитку та самопізнання [7, с. 156]. У цьому контексті гендерна ідентичність є динамічним утворенням, яке може змінюватися під впливом життєвого досвіду.

Сучасні дослідження підкреслюють мультидисциплінарний характер вивчення гендерної ідентичності. Вона розглядається як багатовимірне явище, що включає когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти [8, с. 59]. Когнітивний компонент відображає знання та уявлення про гендер, емоційний – ставлення до власної гендерної належності, а поведінковий – відповідні моделі поведінки.

Особливу увагу в сучасній психології приділяють дослідженню гендерної ідентичності жінок, оскільки вона формується в умовах суперечливих соціальних очікувань. З одного боку, традиційні уявлення про жіночність

передбачають орієнтацію на сім'ю, турботу та емоційність, з іншого – сучасне суспільство висуває вимоги до професійної реалізації та незалежності [9, с. 101]. Це створює внутрішні конфлікти, які впливають на формування цілісної гендерної ідентичності.

Таким чином, гендерна ідентичність є складним психологічним утворенням, що формується під впливом біологічних, соціальних і психологічних факторів. Різноманітність теоретичних підходів свідчить про багатогранність цього явища та необхідність комплексного підходу до його дослідження. У контексті вивчення гендерної ідентичності жінок важливо враховувати соціокультурні умови, які визначають специфіку її формування.

Подальший аналіз сутності гендерної ідентичності потребує звернення до міждисциплінарного підходу, який дозволяє розглядати дане явище не лише в межах психології, а й у контексті соціології, антропології, філософії та культурології. Такий підхід дає можливість глибше зрозуміти механізми формування гендерної ідентичності як складного соціально-психологічного феномену [46, с. 33].

У сучасній психології гендерна ідентичність розглядається як складова особистісної ідентичності, яка формується в процесі взаємодії індивіда із соціальним середовищем. Вона виступає результатом інтеграції індивідуального досвіду, соціальних норм та культурних цінностей [30, с. 72]. Важливо зазначити, що цей процес не є лінійним, а характеризується постійною динамікою, що відображає змінність соціальних умов.

Одним із важливих аспектів дослідження гендерної ідентичності є її зв'язок із процесом ідентифікації. Ідентифікація виступає як механізм засвоєння соціальних ролей і моделей поведінки через ототожнення з іншими людьми або соціальними групами. У дитячому віці це, як правило, батьки або найближче оточення, а в дорослому – соціальні та професійні групи [42, с. 54].

Значну роль у формуванні гендерної ідентичності відіграє мова як засіб соціалізації. Через мовні конструкції передаються культурні уявлення про гендерні ролі, формуються відповідні стереотипи та очікування. Дослідження

показують, що навіть граматичні особливості мови можуть впливати на сприйняття гендеру та самоідентифікацію особистості [39, с. 28].

Важливим напрямом дослідження є вивчення гендерної ідентичності у контексті теорії соціальної ідентичності. Відповідно до цієї теорії, людина визначає себе через належність до певних соціальних груп, зокрема гендерних. Це визначення супроводжується формуванням позитивного або негативного ставлення до власної групи та інших соціальних категорій [48, с. 91].

Окремої уваги заслуговує концепція гендерної ролі як структурного елементу гендерної ідентичності. Гендерна роль визначає соціально схвалювані форми поведінки, які очікуються від представників певної статі. Вона формується під впливом культурних норм і може змінюватися залежно від історичного періоду та соціального контексту [45, с. 47].

Слід підкреслити, що в сучасному суспільстві відбувається процес деконструкції традиційних гендерних ролей. Це проявляється у розширенні можливостей для самореалізації жінок і чоловіків, а також у формуванні нових моделей гендерної поведінки [33, с. 105]. Така трансформація сприяє розвитку індивідуалізованих форм гендерної ідентичності.

У межах сучасних досліджень особливу увагу приділяють феномену гендерної самосвідомості. Вона включає усвідомлення власної гендерної належності, оцінку відповідності соціальним нормам та формування особистісного ставлення до гендерних ролей [26, с. 62]. Гендерна самосвідомість є важливим чинником психологічного благополуччя особистості.

Дослідники також звертають увагу на роль емоційного компонента у структурі гендерної ідентичності. Саме емоційне ставлення до власної гендерної належності визначає рівень прийняття себе та задоволеність власною ідентичністю [41, с. 77]. Негативне ставлення може призводити до внутрішніх конфліктів і психологічних труднощів.

У контексті сучасних соціальних змін важливим є дослідження впливу глобалізації на формування гендерної ідентичності. Глобалізаційні процеси сприяють поширенню нових культурних моделей, що впливають на уявлення

про гендерні ролі та поведінку [29, с. 134]. Це призводить до зростання різноманітності форм гендерної ідентичності.

Необхідно також враховувати вплив цифрового середовища на формування гендерної ідентичності. Соціальні мережі створюють нові можливості для самопрезентації та самовираження, але водночас можуть сприяти формуванню нереалістичних стандартів ідеальної зовнішності та поведінки [47, с. 58].

Важливим напрямом досліджень є вивчення гендерної ідентичності в умовах соціальних криз і трансформацій. У такі періоди відбувається переосмислення традиційних ролей і норм, що може сприяти як розвитку, так і дезорганізації гендерної ідентичності [24, с. 90].

Таким чином, розширений теоретичний аналіз дозволяє зробити висновок, що гендерна ідентичність є складною, багаторівневою системою, яка формується під впливом різноманітних факторів і постійно змінюється в процесі соціального розвитку. Її дослідження потребує комплексного підходу, що враховує як індивідуально-психологічні, так і соціокультурні аспекти.

У сучасному науковому дискурсі гендерна ідентичність розглядається як динамічне утворення, що не є раз і назавжди заданим. Вона формується у процесі безперервної взаємодії особистості із соціальним середовищем і може зазнавати трансформацій протягом усього життєвого шляху. Це дозволяє розглядати її не як статичну характеристику, а як процес постійного самоконструювання [12, с. 41].

Важливим аспектом сучасного розуміння є відхід від бінарної моделі гендеру. У традиційній науці гендер ототожнювався з двома жорстко визначеними категоріями – «чоловічим» і «жіночим». Натомість сучасні підходи підкреслюють континуальний характер гендерної ідентичності, де можливе поєднання різних психологічних характеристик незалежно від біологічної статі [10, с. 58].

Історично формування наукових уявлень про гендерну ідентичність пройшло кілька етапів. На першому етапі домінували біологічно детерміновані пояснення, які пов'язували поведінку людини виключно зі статтю. Другий етап характеризувався розвитком соціально-рольових концепцій, де основна увага приділялася впливу соціалізації. Сучасний етап є інтегративним і поєднує біологічні, психологічні та соціокультурні фактори [5, с. 96].

Значний внесок у розвиток теорії гендерної ідентичності зробили когнітивні підходи. Вони підкреслюють активну роль індивіда у формуванні уявлень про гендер. Особистість не лише засвоює готові соціальні норми, а й інтерпретує їх, створюючи власну систему гендерних уявлень, яка впливає на поведінку та самооцінку [13, с. 73].

Окремо слід відзначити інтерсекційний підхід, який дозволяє розглядати гендерну ідентичність у взаємозв'язку з іншими соціальними характеристиками – класом, віком, культурною належністю, освітою. Це дає змогу зрозуміти, що досвід формування гендерної ідентичності є різним для різних соціальних груп жінок [46, с. 88].

У процесі соціалізації важливу роль відіграє сім'я як первинний агент формування гендерних установок. Саме в сімейному середовищі дитина вперше засвоює уявлення про «жіноче» та «чоловіче», які надалі можуть як закріплюватися, так і трансформуватися під впливом інших соціальних інститутів [30, с. 63].

Не менш значущим є освітнє середовище, яке виступає простором вторинної соціалізації. Школа та інші освітні інституції формують уявлення про соціальні ролі через навчальні матеріали, взаємодію з педагогами та однолітками. У цьому контексті освіта може як відтворювати стереотипи, так і сприяти їх подоланню [42, с. 91].

Сучасні дослідження також акцентують увагу на впливі медіапростору. Засоби масової інформації та соціальні мережі створюють потужні візуальні та поведінкові моделі гендеру, які часто мають ідеалізований характер. Це може

спричиняти формування нереалістичних очікувань щодо власної зовнішності та соціальної ролі [39, с. 77].

Важливою характеристикою сучасної гендерної ідентичності є її зв'язок із процесами глобалізації. Відкритість культурних кордонів сприяє поширенню нових моделей поведінки та самовираження, що призводить до збільшення варіативності гендерних ідентичностей і зменшення жорсткості традиційних норм [48, с. 102].

Окремої уваги заслуговує феномен гендерної самосвідомості. Він передбачає усвідомлення власної гендерної належності, рефлексію щодо соціальних очікувань та формування особистісного ставлення до них. Високий рівень гендерної самосвідомості сприяє більш гармонійному самосприйняттю та психологічному благополуччю [45, с. 62].

Також важливо враховувати емоційний компонент гендерної ідентичності. Емоційне ставлення до власної гендерної ролі визначає рівень внутрішнього прийняття себе. Негативне сприйняття може призводити до внутрішніх конфліктів, тривожності та зниження самооцінки [33, с. 77].

У сучасному суспільстві відбувається поступова деконструкція традиційних гендерних ролей. Це проявляється у розширенні можливостей для професійної та особистісної самореалізації жінок, що сприяє формуванню більш гнучких та індивідуалізованих моделей гендерної ідентичності [26, с. 105].

Водночас слід зазначити, що ці трансформаційні процеси можуть супроводжуватися внутрішніми суперечностями. Жінка часто опиняється в ситуації конфлікту між традиційними очікуваннями суспільства та сучасними вимогами до активності й автономності, що впливає на стабільність її гендерної ідентичності [41, с. 90].

Таким чином, сучасне розуміння гендерної ідентичності виходить за межі простого поділу на чоловіче та жіноче і розглядає її як складний, багаторівневий та динамічний феномен, який формується під впливом широкого спектра соціальних, культурних і психологічних чинників.

У сучасній психологічній науці дедалі більше уваги приділяється аналізу динамічності гендерної ідентичності як процесу, що не завершується у певному віковому періоді, а продовжує змінюватися протягом усього життя. Це означає, що гендерна ідентичність може зазнавати корекції під впливом нових соціальних ролей, життєвого досвіду та змін у соціокультурному середовищі. Такий підхід дозволяє розглядати її як відкриту психологічну систему, яка здатна до розвитку та трансформації.

Важливим чинником у цьому процесі є життєві кризи особистості, які виступають своєрідними «точками перегляду» власної ідентичності. Перехідні періоди – підлітковий вік, рання дорослість, період материнства або професійних змін – часто супроводжуються переосмисленням гендерних ролей та формуванням нових моделей самосприйняття. У такі моменти відбувається активізація рефлексивних процесів, що сприяє більш усвідомленому ставленню до власної гендерної належності.

Окремо слід відзначити вплив соціальних змін на трансформацію уявлень про гендер. Сучасне суспільство характеризується поступовим зменшенням жорстких нормативних вимог до чоловічих і жіночих ролей. Це створює умови для більшої варіативності поведінкових моделей і дозволяє жінкам обирати індивідуальні траєкторії розвитку, не обмежуючись традиційними сценаріями.

У цьому контексті важливим є поняття «гендерної гнучкості», яке відображає здатність особистості адаптувати свої поведінкові та рольові моделі відповідно до змін соціального середовища. Високий рівень гендерної гнучкості сприяє психологічній стійкості, зниженню рівня внутрішніх конфліктів та більш ефективній соціальній адаптації.

Слід також звернути увагу на роль особистісної автономії у формуванні гендерної ідентичності. Автономність передбачає здатність індивіда самостійно визначати власні цінності, цілі та життєві стратегії, не повністю залежачи від зовнішніх соціальних очікувань. У жінок із високим рівнем автономії спостерігається більш інтегрована та стабільна структура гендерної ідентичності.

Водночас у багатьох випадках формування автономної ідентичності ускладнюється соціальним тиском та внутрішньо засвоєними стереотипами. Навіть за умов формальної рівності зберігаються культурні очікування, які можуть обмежувати прояв індивідуальності. Це створює приховані конфлікти між особистими прагненнями та соціальними нормами.

У сучасних дослідженнях також підкреслюється значення самоактуалізації як центрального механізму розвитку гендерної ідентичності. Самоактуалізація передбачає прагнення особистості до реалізації власного потенціалу, що включає як професійний, так і особистісний розвиток. У цьому процесі гендерна ідентичність виступає не як обмеження, а як ресурс для самовираження.

Важливим аспектом є також вплив культурної різноманітності на формування гендерних уявлень. У глобалізованому світі жінка має доступ до різних культурних моделей жіночності, що розширює її уявлення про можливі сценарії самореалізації. Це сприяє формуванню більш гнучкої та індивідуалізованої ідентичності.

Однак така різноманітність може також створювати труднощі вибору та підвищувати рівень внутрішньої невизначеності. Надмірна кількість соціальних моделей іноді ускладнює процес ідентифікації та призводить до тимчасової дезорієнтації у власних життєвих пріоритетах.

У цьому контексті важливою є роль психологічної підтримки, яка сприяє інтеграції різних аспектів особистості. Консультативна та психотерапевтична робота дозволяє жінці краще усвідомити власні потреби, цінності та внутрішні конфлікти, що сприяє гармонізації гендерної ідентичності.

Отже, гендерна ідентичність у сучасному розумінні постає як складний, багаторівневий і динамічний процес, що перебуває у постійному розвитку. Її формування залежить не лише від ранньої соціалізації, але й від усього життєвого шляху особистості, включаючи соціальні зміни, культурні трансформації та індивідуальний досвід.

1.2. Закономірності формування гендерної ідентичності жінки в сучасному суспільстві

Формування гендерної ідентичності жінки є складним, багаторівневим і динамічним процесом, що відбувається під впливом біологічних, психологічних і соціокультурних чинників. У сучасному суспільстві цей процес характеризується значною варіативністю та суперечливістю, що обумовлено трансформацією гендерних ролей, зміною соціальних норм і зростанням індивідуальної свободи вибору [21, с. 52].

Однією з ключових закономірностей формування гендерної ідентичності є її соціальна зумовленість. Гендерна ідентичність формується у процесі гендерної соціалізації – засвоєння індивідом норм, ролей і моделей поведінки, характерних для певної статі. Відповідно до сучасних досліджень, соціальне середовище відіграє визначальну роль у формуванні уявлень жінки про себе, свої можливості та соціальні ролі [14, с. 41].

У процесі соціалізації жінка стикається з певною системою гендерних стереотипів, які визначають «прийнятні» моделі поведінки. Такі стереотипи можуть як сприяти формуванню гендерної ідентичності, так і обмежувати її розвиток. Зокрема, дослідження свідчать, що традиційні уявлення про жіночність (турботливість, емоційність, залежність) поступово трансформуються під впливом сучасних соціальних змін, що веде до формування нових моделей жіночої ідентичності [1, с. 67].

Наступною закономірністю є поетапність формування гендерної ідентичності. У науковій літературі виділяють кілька етапів цього процесу: раннє дитинство (первинна ідентифікація), підлітковий вік (усвідомлення та прийняття гендерної ролі) і дорослість (інтеграція гендерної ролі) [2, с. 89]. У кожному з цих етапів відбувається переосмислення власної гендерної належності, що

особливо актуально для жінок у сучасному суспільстві, де гендерні ролі є більш гнучкими.

Важливою закономірністю є взаємодія індивідуального та соціального досвіду. Гендерна ідентичність жінки формується не лише під впливом зовнішніх факторів, але й у результаті особистісної активності, рефлексії та самовизначення. Жінка не просто засвоює соціальні ролі, а інтерпретує їх відповідно до власного досвіду, цінностей і життєвих стратегій [8, с. 18].

Ще однією закономірністю є варіативність і пластичність гендерної ідентичності. Сучасні дослідження показують, що гендерна ідентичність не є статичною, вона може змінюватися протягом життя під впливом соціальних умов, життєвого досвіду та особистісного розвитку [11, с. 74]. Це особливо характерно для сучасного суспільства, де жінки мають більше можливостей для самореалізації та вибору життєвого шляху.

Суттєвою закономірністю є вплив соціокультурного контексту. Гендерна ідентичність жінки формується у певному культурному середовищі, яке визначає зміст і структуру гендерних ролей. У сучасному українському суспільстві спостерігається поєднання традиційних і модерних уявлень про жіночність, що створює умови для формування амбівалентної гендерної ідентичності [8, с. 23]. З одного боку, зберігається орієнтація на сімейні цінності, з іншого – зростає значення професійної самореалізації.

Окрему увагу слід приділити впливу сучасних медіа та інформаційного простору. Засоби масової інформації, соціальні мережі та цифрові технології формують нові образи жіночності, які впливають на самосприйняття жінки. Часто ці образи є суперечливими, що може призводити до внутрішніх конфліктів і невизначеності гендерної ідентичності [22, с. 60].

Також важливою закономірністю є інтеграція маскулінних і фемінних рис у структурі особистості. У сучасній психології все більше поширюється концепція андрогінності, яка передбачає поєднання традиційно «чоловічих» і

«жіночих» якостей. Дослідження показують, що андрогінна модель сприяє більшій психологічній адаптивності та гнучкості особистості [6, с. 95].

Ще однією важливою закономірністю є вплив соціальних ролей і життєвих сценаріїв. Жінка в сучасному суспільстві виконує множинні ролі (професійна, сімейна, соціальна), що потребує узгодження різних аспектів гендерної ідентичності. Це може призводити до внутрішніх суперечностей, але водночас сприяє розвитку гнучкості та багатовимірності особистості [1, с. 70].

Таким чином, формування гендерної ідентичності жінки в сучасному суспільстві підпорядковується низці закономірностей: соціальній зумовленості, поетапності розвитку, варіативності, впливу соціокультурного контексту, інтеграції індивідуального досвіду та соціальних норм. Умови сучасності зумовлюють появу нових форм гендерної ідентичності, що характеризуються гнучкістю, динамічністю та індивідуалізацією.

Поглиблений аналіз закономірностей формування гендерної ідентичності жінки передбачає врахування взаємодії макро-, мезо- та мікрорівнів соціального впливу. На макрорівні визначальними виступають соціально-економічні умови, державна політика, культурні традиції та домінуючі ідеології, які задають загальний вектор розвитку гендерних відносин у суспільстві [5, с. 44]. На мезорівні важливу роль відіграють соціальні інститути (сім’я, освіта, ринок праці), а на мікрорівні – безпосередній досвід міжособистісної взаємодії.

Однією з ключових закономірностей є взаємозв’язок між соціальними змінами та трансформацією гендерної ідентичності. У сучасному суспільстві спостерігається активний процес переосмислення традиційних гендерних ролей, що зумовлено розвитком ідей гендерної рівності та демократизації соціальних відносин [38, с. 79]. Це сприяє формуванню нових моделей жіночої ідентичності, які поєднують елементи традиційності та модерності.

Важливою закономірністю є також залежність гендерної ідентичності від соціально-економічного статусу жінки. Рівень освіти, професійна зайнятість і матеріальне становище впливають на формування уявлень про власну роль у суспільстві та можливості самореалізації [4, с. 58]. Жінки з вищим рівнем освіти,

як правило, демонструють більш гнучкі та індивідуалізовані моделі гендерної ідентичності.

Суттєвим чинником є також вплив професійної діяльності. Робота виступає не лише як джерело матеріального забезпечення, але й як важливий елемент самореалізації та самоствердження. Включення жінки у професійну сферу сприяє формуванню нових аспектів гендерної ідентичності, пов'язаних із незалежністю, відповідальністю та досягненням цілей [40, с. 101].

Окрему увагу слід приділити ролі освіти як чинника формування гендерної ідентичності. Освіта не лише передає знання, але й формує критичне мислення, здатність до рефлексії та переосмислення соціальних норм. Саме через освітній процес відбувається трансформація гендерних установок і подолання стереотипів [15, с. 67].

Значну роль відіграє процес інтеріоризації соціальних норм, у ході якого зовнішні вимоги суспільства стають внутрішніми переконаннями особистості. Цей процес супроводжується формуванням індивідуальної системи цінностей, яка визначає поведінку жінки та її ставлення до гендерних ролей [20, с. 39].

У сучасних умовах важливою закономірністю є зростання ролі індивідуалізації. Жінки дедалі частіше самостійно визначають свою життєву стратегію, орієнтуючись на власні потреби та цінності, а не лише на соціальні очікування [42, с. 120]. Це сприяє формуванню унікальних моделей гендерної ідентичності.

Разом із тим процес індивідуалізації супроводжується зростанням відповідальності за власний вибір, що може викликати психологічну напругу. Жінка змушена самостійно приймати рішення щодо поєднання сімейних і професійних ролей, що іноді призводить до внутрішніх конфліктів [18, с. 84].

Ще однією закономірністю є вплив життєвого циклу на формування гендерної ідентичності. На різних етапах життя (юність, зрілість, пізня дорослість) змінюються пріоритети, цінності та соціальні ролі жінки, що відображається на її гендерній ідентичності [44, с. 93].

Важливим аспектом є також вплив сімейного статусу. Одруження, материнство, розлучення або самотність суттєво впливають на самоідентифікацію жінки та її уявлення про власну роль у суспільстві [45, с. 55]. Наприклад, материнство може посилювати традиційні аспекти жіночої ідентичності, тоді як професійна діяльність – модерні.

Суттєвою закономірністю є взаємозв'язок гендерної ідентичності та особистісної зрілості. Зріла особистість характеризується здатністю інтегрувати різні аспекти свого «Я», включаючи гендерну належність, у цілісну систему [46, с. 142]. Це сприяє гармонійному розвитку та психологічному благополуччю.

Необхідно також враховувати вплив глобалізаційних процесів, які сприяють поширенню різних культурних моделей гендерної поведінки. Це призводить до зростання різноманітності форм гендерної ідентичності та розширення можливостей для самовираження [47, с. 73].

Окремої уваги заслуговує вплив інформаційного суспільства. Сучасні технології змінюють способи комунікації та самопрезентації, що впливає на формування гендерної ідентичності. Віртуальний простір дозволяє експериментувати з різними моделями поведінки та самовираження [17, с. 61].

Таким чином, розширений аналіз закономірностей формування гендерної ідентичності жінки свідчить про їх складний, багаторівневий характер. Цей процес визначається взаємодією соціальних, економічних, культурних і психологічних чинників, що забезпечує його динамічність і варіативність.

РОЗДІЛ 2

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У ЖІНОК

2.1. Соціально-психологічні чинники та гендерні ролі у формуванні ідентичності жінки

Формування гендерної ідентичності жінки є складним процесом, який відбувається під впливом широкого спектра соціально-психологічних чинників. У сучасній психологічній науці ці чинники розглядаються як система взаємопов'язаних умов, що визначають особливості становлення уявлень жінки про себе, свою соціальну роль та місце в суспільстві [21, с. 58].

До основних соціально-психологічних чинників формування гендерної ідентичності належать сім'я, освіта, соціальне оточення, культура, засоби масової інформації, а також індивідуально-психологічні особливості особистості. Кожен із цих чинників відіграє специфічну роль на різних етапах життєвого шляху жінки.

Провідним інститутом гендерної соціалізації є сім'я. Саме в родині дитина отримує перші уявлення про гендерні ролі та моделі поведінки. Батьки, свідомо чи несвідомо, формують у дівчинки уявлення про «жіночність» через систему заохочень і обмежень, розподіл обов'язків та демонстрацію рольових моделей [7, с. 102]. Встановлено, що стиль виховання, рівень гендерної рівності в сім'ї та характер взаємин між батьками суттєво впливають на формування гендерної ідентичності дитини.

Важливу роль відіграє система освіти, яка виступає не лише як джерело знань, але й як середовище соціалізації. Освітні установи передають гендерні норми через навчальні програми, взаємодію з педагогами та однолітками. Дослідження показують, що гендерні стереотипи можуть відтворюватися у навчальному процесі, зокрема через диференційоване ставлення до хлопців і дівчат [15, с. 74].

Соціальне оточення та група однолітків також мають значний вплив на формування гендерної ідентичності. У процесі взаємодії з іншими людьми жінка засвоює соціальні очікування щодо поведінки, зовнішнього вигляду та ролей. Соціальне схвалення або осуд виступає важливим механізмом регуляції гендерної поведінки [19, с. 39].

Особливе значення в сучасних умовах мають засоби масової інформації та соціальні мережі. Вони формують уявлення про стандарти жіночності, транслюють соціальні ідеали та створюють певні зразки поведінки. Часто ці образи є ідеалізованими та нереалістичними, що може спричиняти формування заниженої самооцінки та внутрішніх конфліктів у жінок [10, с. 61].

Культурний контекст є ще одним важливим чинником формування гендерної ідентичності. У різних культурах існують специфічні уявлення про роль жінки, які визначають допустимі форми поведінки та соціальні очікування. Також Заграй Л. пише про сучасне українське суспільство в якому спостерігається поєднання традиційних і сучасних моделей жіночності, що створює умови для формування гнучкої та багатовимірної гендерної ідентичності [8, с. 88].

Говорун Т. В. та Кікінежді О. М., в свою чергу, акцентують увагу на важливості індивідуально-психологічних чинників, таких як самооцінка, рівень рефлексії, особистісні цінності та мотивація. Вони визначають, як саме жінка інтерпретує соціальні норми та інтегрує їх у власну Я-концепцію [7, с. 120]. Активна позиція особистості дозволяє не лише засвоювати, але й трансформувати гендерні ролі відповідно до власних потреб і життєвих цілей.

Центральне місце у формуванні гендерної ідентичності займають гендерні ролі, які виступають соціальними моделями поведінки, очікуваними від представників певної статі. Гендерні ролі визначаються культурними нормами та історично змінюються під впливом соціальних трансформацій [1, с. 5].

Традиційна жіноча роль передбачає орієнтацію на сім’ю, материнство, турботу та емоційну підтримку. Водночас сучасне суспільство висуває нові вимоги до жінки, зокрема професійну самореалізацію, незалежність і активну

соціальну позицію. Це призводить до формування множинності ролей, які жінка змушена поєднувати [5, с. 97].

Поєднання різних гендерних ролей може супроводжуватися рольовими конфліктами, які виникають у ситуаціях несумісності вимог. Наприклад, конфлікт між професійною діяльністю та сімейними обов'язками є одним із найпоширеніших у сучасних жінок. Водночас такі ситуації сприяють розвитку адаптивності та гнучкості особистості [12, с. 112].

У сучасній психології все більшого значення набуває концепція андрогінності, яка передбачає поєднання маскулінних і фемінних рис у структурі особистості. Андрогінна модель гендерної ролі дозволяє жінці більш ефективно адаптуватися до різних соціальних ситуацій і реалізовувати свій потенціал [1, с. 33].

Таким чином, формування гендерної ідентичності жінки є результатом складної взаємодії соціально-психологічних чинників і системи гендерних ролей. Сучасні соціальні умови сприяють розширенню можливостей для самовизначення жінки, однак водночас створюють нові виклики, пов'язані з необхідністю узгодження різних соціальних очікувань. Це зумовлює потребу в подальшому дослідженні психологічних механізмів формування гендерної ідентичності жінок.

Поглиблений аналіз соціально-психологічних чинників формування гендерної ідентичності жінки передбачає розгляд їхньої ієрархічної структури та взаємодії. У науковій літературі виділяють макросоціальні, мезосоціальні та мікросоціальні чинники, кожен із яких по-своєму впливає на процес становлення особистості [49, с. 68].

До макросоціальних чинників належать економічна ситуація в державі, політичні процеси, рівень розвитку демократичних інститутів, а також державна гендерна політика. Вони формують загальні умови функціонування суспільства та визначають можливості жінки щодо реалізації своїх прав і свобод [13, с. 92]. Зокрема, рівень гендерної рівності в країні прямо впливає на уявлення жінки про власні перспективи та життєві стратегії.

Мезосоціальні чинники представлені діяльністю соціальних інститутів, таких як сім’я, освіта, трудові колективи та громадські організації. Саме в цих середовищах відбувається безпосередня соціалізація особистості та формування конкретних моделей поведінки [3, с. 57]. Особливе значення має корпоративна культура організацій, яка може або підтримувати гендерну рівність, або відтворювати дискримінаційні практики.

На мікросоціальному рівні вирішальну роль відіграють міжособистісні взаємини, індивідуальний досвід та особистісні характеристики жінки. Саме на цьому рівні відбувається інтеріоризація соціальних норм і формування індивідуальної системи цінностей [51, с. 103].

Важливим соціально-психологічним чинником є гендерні установки, які являють собою стійкі уявлення та оцінки щодо ролей чоловіків і жінок. Вони формуються під впливом культурного середовища та можуть як сприяти розвитку особистості, так і обмежувати її потенціал.

Суттєвим аспектом є також роль гендерних очікувань. Суспільство формує певні стандарти поведінки, яких жінка має дотримуватися, щоб отримати соціальне схвалення. Невідповідність цим очікуванням може викликати соціальний тиск і внутрішні конфлікти.

Особливу увагу слід приділити феномену гендерної соціалізації в різних соціальних групах. Дослідження показують, що гендерна ідентичність жінки формується по-різному залежно від соціального середовища, рівня освіти та культурних особливостей. Це свідчить про варіативність і контекстуальність даного процесу.

Важливим чинником є також вплив референтних груп. Жінка орієнтується на значущі для неї соціальні групи, переймаючи їхні цінності, норми та поведінкові моделі. Це може бути як сім’я, так і професійне середовище або соціальні спільноти.

Сучасні дослідження підкреслюють роль гендерної ідентичності у формуванні життєвих стратегій жінки. Вибір професії, сімейного статусу, стилю життя значною мірою визначається уявленнями про власну гендерну роль.

Не менш важливим є вплив соціальних норм і цінностей, які визначають допустимі форми поведінки. У традиційних суспільствах ці норми є більш жорсткими, тоді як у сучасних – більш гнучкими, що створює можливості для самовираження.

Окремої уваги заслуговує роль соціальних змін у трансформації гендерних ролей. Урбанізація, розвиток технологій, зміна структури зайнятості сприяють переосмисленню традиційних уявлень про роль жінки [16, с. 129].

Суттєвим чинником є також вплив економічної незалежності жінки. Фінансова самостійність сприяє підвищенню рівня самоповаги та впевненості в собі, що позитивно впливає на формування гендерної ідентичності.

Важливим аспектом є взаємозв'язок гендерної ідентичності та психологічного благополуччя. Гармонійна ідентичність сприяє розвитку позитивної самооцінки, емоційної стабільності та задоволеності життям.

У сучасному суспільстві особливого значення набуває проблема подвійного навантаження жінки, яка змушена поєднувати професійні та сімейні обов'язки. Це може призводити до емоційного виснаження та стресу.

Водночас поєднання різних соціальних ролей сприяє розвитку гнучкості, адаптивності та багатогранності особистості. Жінка набуває досвіду ефективного управління ресурсами та вирішення складних життєвих ситуацій.

Таким чином, соціально-психологічні чинники та гендерні ролі виступають ключовими елементами у формуванні гендерної ідентичності жінки. Їхній вплив є комплексним і багаторівневим, що визначає індивідуальні особливості становлення особистості в сучасному суспільстві.

2.2. Психологічні особливості, проблеми та суперечності гендерної ідентичності жінки

Гендерна ідентичність жінки є складним психологічним утворенням, яке відображає не лише усвідомлення власної належності до певної статі, але й інтеграцію соціальних ролей, цінностей, установок і поведінкових стратегій. У сучасному суспільстві цей феномен характеризується значною динамічністю, що обумовлює появу специфічних психологічних особливостей, а також низки внутрішніх суперечностей і проблем [21, с. 66].

До основних психологічних особливостей гендерної ідентичності жінки належить її багатовимірність. Вона включає когнітивний компонент (знання про гендерні ролі), емоційний (ставлення до власної гендерної належності) та поведінковий (реалізація гендерних ролей у практичній діяльності) [7, с. 51]. Ці компоненти перебувають у тісному взаємозв'язку та можуть розвиватися нерівномірно, що зумовлює індивідуальні відмінності у формуванні гендерної ідентичності.

Важливою особливістю є інтеграція фемінних і маскулінних рис у структурі особистості. У сучасних умовах жінка дедалі частіше поєднує традиційно «жіночі» якості (емоційність, емпатійність, турботливість) із «чоловічими» (рішучість, незалежність, орієнтація на досягнення) [1, с. 3]. Така інтеграція сприяє формуванню андрогінного типу особистості, який характеризується більшою психологічною гнучкістю та адаптивністю.

Ще однією особливістю є залежність гендерної ідентичності від рівня самосвідомості та самооцінки жінки. Дослідження показують, що позитивне ставлення до себе та усвідомлення власної цінності сприяють формуванню цілісної та гармонійної гендерної ідентичності [7, с. 118]. Водночас низька самооцінка може призводити до внутрішньої невпевненості та залежності від соціальних очікувань.

У сучасному суспільстві формування гендерної ідентичності жінки супроводжується рядом психологічних проблем. Однією з найбільш поширених є проблема рольового конфлікту. Вона виникає внаслідок необхідності поєднання різних соціальних ролей (професійної, сімейної, особистісної), які часто висувають суперечливі вимоги [12, с. 83]. Наприклад, прагнення до професійної реалізації може суперечити очікуванням щодо виконання традиційних сімейних ролей.

Ще однією важливою проблемою є вплив гендерних стереотипів. Незважаючи на соціальні зміни, у суспільстві зберігаються стійкі уявлення про «правильну» жіночу поведінку, які можуть обмежувати самореалізацію жінки [1, с. 7]. Стереотипи часто нав’язують стандартизовані моделі жіночності, що не враховують індивідуальних особливостей особистості.

Особливої уваги заслуговує проблема внутрішньої суперечливості гендерної ідентичності. Сучасна жінка опиняється в ситуації подвійних стандартів: з одного боку, суспільство очікує від неї традиційної жіночності, з іншого – активності, самостійності та конкурентоспроможності [8, с. 29]. Це призводить до формування амбівалентної ідентичності, що супроводжується внутрішніми конфліктами.

Суттєвою проблемою є також вплив медіапростору на формування гендерної ідентичності. Мас-медіа створюють ідеалізовані образи жінки, які часто є недосяжними. Це може спричиняти незадоволеність власною зовнішністю, зниження самооцінки та розвиток психологічних комплексів [10, с. 64].

До психологічних суперечностей гендерної ідентичності жінки також належить протиріччя між індивідуальністю та соціальними очікуваннями. З одного боку, сучасне суспільство декларує свободу вибору та самореалізації, з іншого – зберігає певні нормативні уявлення про жіночі ролі [5, с. 105]. У результаті жінка змушена постійно балансувати між власними потребами та вимогами соціуму.

Ще одним аспектом є проблема гендерної нерівності, яка проявляється у різних сферах життя: професійній, економічній, політичній. Наявність дискримінаційних практик може негативно впливати на формування гендерної ідентичності, спричиняючи відчуття несправедливості та обмеженості можливостей [12, с. 91].

Водночас слід зазначити, що сучасні соціальні умови створюють передумови для позитивної трансформації гендерної ідентичності жінки. Зростання рівня освіти, розширення професійних можливостей, розвиток ідей гендерної рівності сприяють формуванню більш автономної та самостійної особистості [1, с.10].

Таким чином, психологічні особливості гендерної ідентичності жінки в сучасному суспільстві характеризуються багатовимірністю, динамічністю та інтегративністю. Водночас цей процес супроводжується низкою проблем і суперечностей, зумовлених впливом соціальних стереотипів, рольових конфліктів та культурних трансформацій. Усвідомлення цих особливостей є важливим для розробки ефективних підходів до підтримки гармонійного розвитку особистості жінки.

У сучасній психологічній науці гендерна ідентичність розглядається в межах кількох теоретичних підходів. Психоаналітична традиція (З. Фрейд, К. Хорні) пов’язує формування ідентичності з раннім дитячим досвідом та ідентифікацією з батьківськими фігурами. У цьому контексті жінка формує уявлення про себе через інтеріоризацію материнської ролі, що може сприяти як гармонійній, так і конфліктній ідентичності [32, с. 54].

Біхевіористичний підхід акцентує увагу на соціальному навчанні. Згідно з ним, гендерна ідентичність формується через наслідування моделей поведінки та систему підкріплень, які закріплюють «жіночі» або «нежіночі» форми поведінки [23, с. 77].

Когнітивна теорія гендерної схеми (С. Бем) підкреслює роль ментальних структур, які організовують інформацію про гендер. Жінка інтерпретує власний

досвід через призму цих схем, що впливає на її самооцінку та поведінкові стратегії [26, с. 112].

Первинна соціалізація в сім'ї є ключовим етапом формування гендерної ідентичності. Саме в дитинстві закладаються базові уявлення про жіночність через взаємодію з батьками, ігрову діяльність та систему заохочень і заборон [43, с. 63].

Вторинна соціалізація, що відбувається в освітніх установах і соціальних групах, може або закріплювати, або трансформувати первинні установки. Важливу роль відіграє школа, яка через навчальні матеріали та поведінку педагогів формує уявлення про соціальні ролі жінки [27, с. 88].

Рольовий конфлікт у жінок є однією з центральних проблем сучасної гендерної ідентичності. Він проявляється у протиріччі між ролями матері, дружини, професіонала та особистості. Згідно з дослідженнями, найбільш вираженим є конфлікт «робота–сім'я» [36, с. 101].

Такий конфлікт може призводити до емоційного вигорання, тривожності та зниження життєвої задоволеності. Особливо гостро він проявляється у періоди життєвих криз (народження дитини, кар'єрні зміни) [37, с. 120].

Сучасна культура активно формує стандарти жіночності через медіа, рекламу та соціальні мережі. Ідеалізовані образи «успішної жінки» створюють високі стандарти, яким важко відповідати [35, с. 73].

Це призводить до феномену «соціального порівняння», коли жінка оцінює себе через призму зовнішніх ідеалів, що часто негативно впливає на самооцінку [31, с. 95].

Постійна внутрішня напруга між соціальними очікуваннями та особистими потребами може призводити до формування тривожних розладів, депресивних станів та зниження рівня суб'єктивного благополуччя [25, с. 111].

Окремо варто зазначити феномен «гендерної фрустрації», що виникає у випадку неможливості реалізувати власні життєві сценарії через зовнішні обмеження [44, с. 84].

Сучасні дослідження підкреслюють важливість психологічної підтримки жінок у процесі формування гендерної ідентичності. Ефективними є програми розвитку самооцінки, асертивності та гендерної чутливості [50, с. 132].

Також важливу роль відіграє розвиток гендерної рівності в суспільстві, що дозволяє зменшити рольові конфлікти та розширити можливості самореалізації жінки [51, с. 97].

Отже, гендерна ідентичність жінки є складним багаторівневим феноменом, що формується під впливом біологічних, психологічних і соціокультурних чинників. Її розвиток супроводжується низкою суперечностей, які відображають трансформаційні процеси сучасного суспільства.

Додатково слід підкреслити, що формування гендерної ідентичності жінки значною мірою залежить від процесів внутрішньої інтеграції різних «Я-образів». У структурі особистості сучасної жінки часто співіснують декілька ролей: професійна, сімейна, особистісна та соціальна. У випадку їх недостатньої узгодженості виникає феномен внутрішньої фрагментації ідентичності, який проявляється у відчутті невизначеності, психологічного напруження та зниження рівня суб’єктивного благополуччя.

У психологічній літературі зазначається, що гармонійна гендерна ідентичність можлива лише за умови інтеграції цих рольових позицій у цілісну структуру Я-концепції. Водночас у реальному житті така інтеграція часто ускладнюється зовнішніми соціальними вимогами, які задають суперечливі стандарти поведінки для жінок у різних сферах життя.

Особливе значення у цьому контексті має феномен «подвійного навантаження», коли жінка одночасно виконує професійні обов’язки та основну частину домашньої та доглядової праці. Така ситуація призводить до хронічного емоційного виснаження та формування стійкого стресового стану, який негативно впливає на стабільність гендерної ідентичності.

У сучасних умовах також спостерігається трансформація уявлень про жіночність. Якщо раніше вона асоціювалася переважно з пасивністю, турботою та залежністю, то сьогодні дедалі більше набуває значення автономність,

економічна незалежність і професійна реалізація. Однак ці нові соціальні очікування не завжди повністю витісняють традиційні уявлення, що створює стан нормативної невизначеності.

Нормативна невизначеність проявляється у тому, що жінка одночасно отримує суперечливі соціальні сигнали: з одного боку, суспільство підтримує ідею самореалізації, а з іншого – зберігає очікування щодо пріоритетності сімейної ролі. Це формує внутрішню амбівалентність, яка ускладнює процес формування стабільної гендерної ідентичності.

Важливим психологічним механізмом у подоланні цих суперечностей є когнітивна переоцінка соціальних норм. Жінка поступово формує власну систему цінностей, яка може не повністю збігатися із традиційними культурними стандартами. Це дозволяє їй створювати індивідуалізовану модель гендерної ідентичності, що базується на особистісному виборі.

У цьому процесі значну роль відіграє рівень психологічної зрілості особистості. Дослідження показують, що жінки з високим рівнем рефлексивності та саморегуляції краще адаптуються до соціальних змін і менш схильні до внутрішніх конфліктів, пов’язаних із гендерними ролями.

Окремої уваги заслуговує вплив раннього досвіду дитячо-батьківських відносин на формування гендерної ідентичності. Емоційна підтримка з боку батьків, прийняття дитини як особистості незалежно від гендеру сприяє формуванню більш гнучкої та менш стереотипізованої ідентичності у дорослому віці.

Натомість авторитарні стилі виховання, які передбачають жорстке закріплення гендерних ролей, можуть сприяти формуванню ригідних уявлень про жіночність і обмежувати подальшу соціальну адаптацію особистості.

У структурі психологічних проблем гендерної ідентичності жінки важливе місце займає також феномен емоційної залежності від соціальної оцінки. У багатьох випадках самооцінка жінки формується через зовнішню валідизацію – схвалення з боку оточення, що підвищує вразливість до критики та соціального тиску.

У сучасній цифровій культурі цей механізм посилюється через соціальні мережі, де кількісні показники (лайки, перегляди, коментарі) стають непрямим індикатором соціальної прийнятності. Це формує нові типи психологічної залежності та посилює порівняльні процеси.

Соціальне порівняння, у свою чергу, часто має негативний характер, оскільки жінки схильні порівнювати себе з ідеалізованими образами, які представлені у медіа-просторі. Це може призводити до формування викривленого образу тіла, зниження самооцінки та підвищеної тривожності.

Окремо слід відзначити проблему професійної самореалізації жінок у контексті гендерної ідентичності. Незважаючи на формальну рівність можливостей, у багатьох сферах зберігаються приховані форми дискримінації, такі як «скляна стеля» або нерівність в оплаті праці. Це впливає на формування відчуття соціальної несправедливості та обмеженості життєвих перспектив.

У результаті жінка може стикатися з необхідністю постійного доведення своєї компетентності, що збільшує психологічне навантаження та підсилює рольовий конфлікт між професійною ідентичністю та традиційними соціальними очікуваннями.

Водночас важливо зазначити, що сучасні соціальні трансформації створюють умови для поступового подолання цих суперечностей. Розвиток гендерної освіти, просвітницьких програм та змін у суспільній свідомості сприяє формуванню більш рівноправного ставлення до ролі жінки в суспільстві.

Позитивним фактором також є зростання рівня психологічної обізнаності населення, що дозволяє краще усвідомлювати власні емоційні стани, рольові конфлікти та механізми їх подолання. Це сприяє розвитку більш зрілої та інтегрованої гендерної ідентичності.

Таким чином, гендерна ідентичність жінки в сучасному суспільстві є результатом складної взаємодії індивідуальних, соціальних і культурних чинників. Її формування супроводжується низкою внутрішніх і зовнішніх суперечностей, проте водночас відкриває можливості для особистісного розвитку, самореалізації та психологічного зростання.

РОЗДІЛ 3

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У ЖІНОК

3.1. Мета, завдання та організація емпіричного дослідження

Метою емпіричного дослідження є вивчення психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок та аналіз взаємозв'язку між рівнем сформованості гендерної ідентичності, ставленням до гендерних ролей та рівнем самооцінки**.** Для досягнення поставленої мети були визначені такі завдання дослідження:

1) проаналізувати рівень усвідомленості та сформованості гендерної ідентичності у жінок;
2) дослідити ставлення жінок до гендерних ролей і соціальних очікувань;
3) виявити особливості самооцінки жінок у контексті гендерної ідентичності;
4) здійснити порівняльний аналіз результатів між різними групами респонденток.

У дослідженні взяли участь 30 жінок, які були розподілені на три вікові групи: 18–25 років, 26–35 років та 36–60 років (по 10 осіб у кожній групі). Дослідження проводилося анонімно та добровільно у формі анкетування. Емпіричне дослідження здійснювалося у три етапи: підготовчий, основний та аналітичний.

Підготовчий етап передбачав теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми гендерної ідентичності, формування мети, завдань і гіпотез дослідження, а також добір і розробку психодіагностичного інструментарію. На цьому етапі було визначено вибірку дослідження, підготовлено анкети та створено умови для проведення опитування.

Основний етап полягав у безпосередньому проведенні емпіричного дослідження шляхом анкетування респонденток. Опитування здійснювалося

анонімно та добровільно з дотриманням етичних норм психологічного дослідження. У ході цього етапу були зібрані емпіричні дані щодо особливостей гендерної ідентичності, ставлення до гендерних ролей та рівня самооцінки жінок.

Аналітичний етап включав обробку та систематизацію отриманих результатів, їх кількісний і якісний аналіз, а також інтерпретацію емпіричних даних. На цьому етапі здійснювалося порівняння результатів між різними групами респонденток, формулювання узагальнених висновків та співвіднесення отриманих результатів із теоретичними положеннями дослідження.

3.2. Методики та інструментарій дослідження гендерної ідентичності жінок

Для реалізації завдань дослідження було використано комплекс психодіагностичних методик, адаптованих до теми бакалаврської роботи.

Першою методикою стала анкета «Особливості гендерної ідентичності жінки», спрямована на визначення рівня сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за когнітивно-ціннісним критерієм відповідно за визначеними показниками (Додаток А).

Оцінювання відповідей здійснювалося за п’ятибальною шкалою:

1 бал – «повністю не згодна»;

2 бали – «скоріше не згодна»;

3 бали – «важко відповісти»;

4 бали – «скоріше згодна»;

5 балів – «повністю згодна».

Загальний показник за анкетою визначався шляхом підсумовування балів за всіма твердженнями.

Інтерпретація результатів здійснювалася таким чином: низький рівень сформованості гендерної ідентичності – до 40% від максимально можливого балу; середній рівень – від 41% до 70%; високий рівень – від 71% і вище (Рис. 3.2.1)



- низький рівень (0–40%)
- середній рівень (41–70%)
- високий рівень (71–100%)

Рис.3.2.1 Графічне зображення рівнів сформованості гендерної ідентичності.

Другою методикою є анкета «Ставлення до гендерних ролей і соціальних очікувань», яка дозволяє оцінити рівень сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за соціально-рольовим критерієм відповідно за визначеними показниками (Додаток Б).

Оцінювання відповідей здійснювалося за п’ятибальною шкалою:

1 бал – «повністю не згодна»;

2 бали – «скоріше не згодна»;

3 бали – «важко відповісти»;

4 бали – «скоріше згодна»;

5 балів – «повністю згодна».

Загальний показник за анкетою визначався шляхом підсумовування балів за всіма твердженнями.

Третьою методикою стала анкета «Самооцінка та самосприйняття в контексті гендерної ідентичності», що спрямована на визначення рівня сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за особистісно-рефлексивним критерієм відповідно за визначеними показниками (Додаток В).

Оцінювання відповідей здійснювалося за п’ятибальною шкалою:

1 бал – «повністю не згодна»;

2 бали – «скоріше не згодна»;

3 бали – «важко відповісти»;

4 бали – «скоріше згодна»;

5 балів – «повністю згодна».

Загальний показник за анкетою визначався шляхом підсумовування балів за всіма твердженнями.

3.3. Аналіз і порівняльна характеристика результатів дослідження

Результати анкетування показали, що більшість респонденток демонструють середній та високий рівень сформованості гендерної ідентичності. Значна частина респондентів усвідомлює власну жіночність як важливу складову самосвідомості, це засвідчують результати анкетування.

Так, узагальнений результат опитування респондентів показав, що відповідно до показників рівня сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за когнітивно-ціннісним критерієм (усвідомлення себе як жінки; прийняття власної гендерної належності; цілісність уявлень про жіночність) високий рівень мають 23 респондентки (77%), середній рівень засвідчили 7 респондентів (23%), показники з низьким рівнем відсутні.

Таблиця 3.1

Рівні сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за когнітивно-ціннісним критерієм

	Високий	Середній	Низький
18-25 років	70%	30%	-
26-30 років	80%	20%	-
36-60 років	80%	20%	-
	77%	**23%**	**-**

Аналіз результатів, поданих у таблиці 3.1, свідчить про переважно високий рівень сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за когнітивно-ціннісним критерієм у всіх вікових групах.

У групі жінок віком 18–25 років високий рівень сформованості когнітивно-ціннісного компонента виявлено у 70% респонденток, тоді як 30% продемонстрували середній рівень. Низький рівень у цій віковій групі не зафіксовано. Це може свідчити про достатній рівень усвідомлення власної

гендерної належності, проте водночас – про процес активного формування ціннісних орієнтацій та уявлень щодо жіночої ролі, що є характерним для ранньої дорослості.

У віковій групі 26–35 років спостерігається зростання частки жінок із високим рівнем – 80%, тоді як середній рівень виявлено у 20% респонденток. Отримані дані свідчать про більш стабільне та усвідомлене ставлення до власної гендерної ідентичності, сформоване під впливом життєвого досвіду, професійної самореалізації та соціальних ролей.

Аналогічні показники зафіксовано у групі жінок віком 36–60 років: 80% респонденток продемонстрували високий рівень і 20% – середній. Відсутність низького рівня у цій віковій категорії може свідчити про завершеність процесу формування когнітивно-ціннісного компонента гендерної ідентичності, а також про інтеграцію гендерних цінностей у загальну систему самосвідомості особистості.

Узагальнений показник по вибірці підтверджує домінування високого рівня (77%) над середнім (23%), що вказує на загалом сформовану когнітивно-ціннісну основу гендерної ідентичності у досліджуваних жінок.

Таким чином, отримані результати дозволяють зробити висновок, що з віком зростає рівень усвідомленості та прийняття власної гендерної ідентичності, а когнітивно-ціннісний компонент стає більш стабільним і цілісним.

Узагальнений результат опитування респондентів щодо сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за соціально-рольовим критерієм (ставлення до традиційних і сучасних гендерних ролей; рівень впливу соціальних очікувань на самосприйняття; наявність або відсутність внутрішнього конфлікту між особистими прагненнями та соціальними нормами)засвідчив високий рівень у 20 респонденток (67%), середній рівень виявлено у 7 жінок (23%), низький рівень у 3 респонденток (10%).

Таблиця 3.2

Рівні сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за соціально-рольовим критерієм

	Високий	Середній	Низький
18-25 років	50%	40%	10%
26-30 років	70%	20%	10%
36-60 років	80%	10%	10%
	67%	**23%**	**10%**

Аналіз результатів, поданих у таблиці 3.2, свідчить про вікові відмінності у рівнях сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за соціально-рольовим критерієм.

У віковій групі жінок 18–25 років високий рівень сформованості соціально-рольового компонента виявлено у 50% респонденток, середній – у 40%, тоді як 10 % опитаних продемонстрували низький рівень. Така структура результатів може свідчити про перебування частини молодих жінок на етапі активного пошуку та освоєння соціальних і гендерних ролей, що супроводжується певною невизначеністю або суперечностями у їх прийнятті.

У групі жінок віком 26–35 років спостерігається зростання частки респонденток із високим рівнем – до 70%, тоді як середній рівень зафіксовано у 20%, а низький – у 10%. Отримані дані свідчать про поступове закріплення соціально-рольових установок, що формується під впливом професійної діяльності, сімейних обов’язків та розширення соціального досвіду.

Найвищі показники за соціально-рольовим критерієм зафіксовано у групі жінок віком 36–60 років, де 80% респонденток продемонстрували високий рівень сформованості, 10% – середній та 10% – низький. Це може вказувати на стабілізацію та інтеграцію соціальних ролей у структурі особистості, а також на

сформоване розуміння та прийняття власної гендерної ролі в різних сферах життя.

Узагальнений показник по вибірці свідчить про домінування високого рівня (67%), порівняно із середнім (23%) та низьким (10%). Наявність низького рівня у всіх вікових групах, хоча й у невеликій кількості, може вказувати на індивідуальні труднощі адаптації до соціальних очікувань та гендерних ролей.

Таким чином, результати дослідження підтверджують тенденцію до зростання рівня сформованості соціально-рольового компонента гендерної ідентичності з віком, що свідчить про вплив соціального досвіду та життєвих ролей на розвиток гендерної самосвідомості жінок.

Узагальнений результат опитування респондентів щодо сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за особистісно-рефлексивним критерієм (рівень самооцінки; впевненість у собі та власних можливостях; прийняття себе незалежно від соціальних стандартів жіночності) засвідчив високий рівень у 23 респонденток (77%), середній рівень виявлено у 6 жінок (20%), низький рівень у 1 респондентки (3%).

Таблиця 3.3

Рівні сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за особистісно-рефлексивним критерієм

	Високий	Середній	Низький
18-25 років	60%	30%	10%
26-30 років	80%	20%	-
36-60 років	90%	10%	-
	77%	**20%**	**3%**

Аналіз даних, поданих у таблиці 3.3, засвідчує позитивну динаміку рівнів сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за особистісно-рефлексивним критерієм залежно від віку.

У віковій групі жінок 18–25 років високий рівень сформованості особистісно-рефлексивного компонента виявлено у 60% респонденток, середній – у 30%, тоді як 10% продемонстрували низький рівень. Це свідчить про те, що для частини молодих жінок характерний процес активного становлення здатності до саморефлексії, усвідомлення власних почуттів і переживань, пов’язаних із гендерною належністю, що є типовим для періоду ранньої дорослості.

У групі жінок віком 26–35 років спостерігається істотне зростання частки респонденток із високим рівнем – до 80%, тоді як середній рівень зафіксовано у 20%. Низький рівень у цій віковій групі не виявлено, що може свідчити про сформовану здатність до глибшого самопізнання, прийняття власної гендерної ідентичності та емоційної стабільності.

Найвищі показники за особистісно-рефлексивним критерієм зафіксовано у групі жінок віком 36–60 років, де 90% респонденток продемонстрували високий рівень і лише 10% – середній. Відсутність низького рівня у цій віковій категорії вказує на високий ступінь зрілості самосвідомості, здатність до усвідомленого переосмислення життєвого досвіду та інтеграцію гендерної ідентичності в цілісну структуру особистості.

Узагальнені результати по вибірці засвідчують домінування високого рівня сформованості особистісно-рефлексивного компонента (77%), що значно перевищує показники середнього (20%) та низького (3%) рівнів. Невелика частка низького рівня може свідчити про індивідуальні особливості або недостатній рівень рефлексивних навичок у окремих респонденток.

Результати дослідження підтверджують, що з віком підвищується рівень розвитку особистісно-рефлексивного компонента гендерної ідентичності у жінок, що проявляється у зростанні самоприйняття, усвідомленості та психологічної зрілості.

Проаналізувавши рівні сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за визначеними критеріями, здійснимо загальний аналіз.

Таблиця 3.4

Рівні сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок

	Високий	Середній	Низький
Когнітивно-ціннісний критерій	77%	23%	-
Соціально-рольовий критерій	67%	23%	10%
Особистісно-рефлексивний критерій	77%	23%	10%
	70%	**23%**	**7%**

Узагальнення результатів емпіричного дослідження, поданих у таблиці 3.4, дає змогу охарактеризувати загальний рівень сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за когнітивно-ціннісним, соціально-рольовим та особистісно-рефлексивним критеріями.

За когнітивно-ціннісним критерієм домінує високий рівень сформованості, який становить 77%, тоді як середній рівень зафіксовано у 23% респонденток. Низький рівень за цим критерієм не виявлено, що свідчить про достатньо сформоване усвідомлення жінками власної гендерної належності, ціннісних орієнтацій та уявлень щодо жіночої ідентичності.

За соціально-рольовим критерієм спостерігається дещо нижчий показник високого рівня – 67%, порівняно з іншими критеріями. Середній рівень виявлено у 23%, а низький – у 10% респонденток. Отримані дані вказують на наявність певних труднощів у частини жінок щодо прийняття та реалізації соціальних і гендерних ролей, що може бути зумовлено суперечностями між особистісними прагненнями та соціальними очікуваннями.

За особистісно-рефлексивним критерієм високий рівень сформованості зафіксовано у 77% жінок, середній – у 23%. Низький рівень виявлено у 10% респонденток, що може свідчити про недостатній рівень саморефлексії та емоційного усвідомлення гендерної ідентичності у окремих учасниць дослідження.

Узагальнений показник по всіх критеріях свідчить про домінування високого рівня сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок (70%), при наявності середнього рівня у 23% та низького – лише у 7% респонденток. Це дозволяє зробити висновок про загалом достатньо високий рівень сформованості гендерної ідентичності у досліджуваній вибірці.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що найбільш сформованими компонентами гендерної ідентичності у жінок є когнітивно-ціннісний та особистісно-рефлексивний, тоді як соціально-рольовий компонент потребує додаткової психологічної підтримки та розвитку.

ВИСНОВКИ

У процесі виконання бакалаврської роботи на тему «Психологічні особливості гендерної ідентичності у жінок» було здійснено теоретичний аналіз наукових підходів до проблеми гендерної ідентичності, а також проведено емпіричне дослідження з метою виявлення рівнів сформованості її основних психологічних компонентів у жінок різних вікових груп.

У першому розділі кваліфікаційної роботи здійснено комплексний теоретичний аналіз проблеми гендерної ідентичності, зокрема розкрито її сутність, основні наукові підходи до вивчення та закономірності формування жінок в умовах сучасного суспільства.

У результаті проведеного аналізу встановлено, що гендерна ідентичність є складним багатовимірним психологічним утворенням, яке відображає усвідомлення особистістю власної належності до певної гендерної групи та інтегрує когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти. Вона формується у процесі взаємодії біологічних передумов і соціокультурних впливів, виступаючи важливою складовою Я-концепції особистості.

З’ясовано, що в науковій літературі існує низка теоретичних підходів до дослідження гендерної ідентичності, серед яких провідними є психоаналітичний, біхевіористичний, когнітивний, соціально-конструктивістський і гуманістичний. Кожен із цих підходів по-різному пояснює механізми її формування, акцентуючи увагу на ролі несвідомих процесів, соціального навчання, когнітивного розвитку або особистісного самовизначення. Це свідчить про складність і багатогранність феномену гендерної ідентичності.

У ході дослідження визначено, що формування гендерної ідентичності жінки підпорядковується певним закономірностям. Зокрема, доведено її соціальну зумовленість, оскільки процес становлення відбувається під впливом гендерної соціалізації, системи стереотипів і культурних норм. Водночас цей процес має поетапний характер і супроводжується постійним переосмисленням власної гендерної належності.

Встановлено, що сучасне суспільство створює нові умови для формування гендерної ідентичності жінки, які характеризуються суперечливістю та варіативністю. Поєднання традиційних і модерних уявлень про жіночність зумовлює виникнення амбівалентних моделей гендерної ідентичності, що вимагає від жінки гнучкості та здатності до адаптації.

Окремо підкреслено, що гендерна ідентичність жінки є динамічним і пластичним утворенням, яке може змінюватися протягом життя під впливом соціального досвіду, особистісного розвитку та умов середовища. Важливу роль у цьому процесі відіграють сучасні соціальні інститути, зокрема освіта, сім'я, професійна діяльність і медіапростір.

Таким чином, результати теоретичного аналізу дозволяють зробити висновок про те, що гендерна ідентичність жінки формується як складний інтегративний процес, який залежить від взаємодії індивідуальних і соціокультурних чинників. Отримані положення становлять теоретичну основу для подальшого емпіричного дослідження психологічних особливостей гендерної ідентичності жінок.

У другому розділі кваліфікаційної роботи здійснено теоретико-аналітичне узагальнення соціально-психологічних чинників, гендерних ролей, а також психологічних особливостей, проблем і суперечностей формування гендерної ідентичності жінки в сучасному суспільстві.

У результаті дослідження встановлено, що формування гендерної ідентичності жінки відбувається під впливом комплексу соціально-психологічних чинників, серед яких провідну роль відіграють сім'я, система освіти, соціальне оточення, культура та засоби масової інформації. Саме ці чинники забезпечують процес гендерної соціалізації, у ході якого жінка засвоює соціальні норми, цінності та поведінкові моделі, характерні для її гендерної групи.

З'ясовано, що гендерні ролі виступають важливим механізмом формування гендерної ідентичності, оскільки визначають соціально очікувані зразки поведінки. У сучасних умовах спостерігається трансформація

традиційних жіночих ролей, що проявляється у розширенні сфер самореалізації жінки та поєднанні сімейних і професійних функцій. Це зумовлює формування багатовимірної та гнучкої гендерної ідентичності.

Встановлено, що психологічні особливості гендерної ідентичності жінки полягають у її багатокомпонентності, динамічності та здатності до інтеграції різних особистісних характеристик. Сучасна жінка дедалі частіше поєднує фемінні та маскулінні риси, що сприяє розвитку адаптивності, самостійності та ефективності у різних сферах життєдіяльності.

Разом із тим виявлено, що процес формування гендерної ідентичності супроводжується низкою психологічних проблем і суперечностей. Зокрема, актуальними є рольові конфлікти, зумовлені необхідністю поєднання різних соціальних ролей, вплив гендерних стереотипів, а також внутрішня амбівалентність, що виникає внаслідок суперечливих соціальних очікувань. Додатковим фактором ускладнення є вплив медіапростору, який формує ідеалізовані образи жіночності та може негативно позначатися на самооцінці жінки.

Доведено, що гендерна ідентичність жінки є динамічним утворенням, яке змінюється під впливом соціального досвіду, індивідуальних особливостей і умов середовища. Водночас сучасні соціальні трансформації створюють як нові можливості для самореалізації жінки, так і додаткові виклики, пов’язані з необхідністю адаптації до змінюваних соціальних норм.

Таким чином, результати аналізу підтверджують, що формування гендерної ідентичності жінки є складним і суперечливим процесом, який потребує комплексного підходу до його вивчення. Отримані висновки можуть бути використані як теоретична основа для подальших емпіричних досліджень та розробки психологічних програм підтримки гармонійного розвитку гендерної ідентичності жінок.

У третьому розділі представлено результати емпіричного дослідження, проведеного серед 30 жінок різних вікових груп (18–25 років, 26–35 років, 36–60 років). Аналіз отриманих даних засвідчив, що за когнітивно-ціннісним критерієм

у більшості респонденток виявлено високий рівень сформованості гендерної ідентичності, що свідчить про усвідомлення та прийняття власної гендерної належності й відповідних цінностей.

За соціально-рольовим критерієм встановлено дещо нижчі показники високого рівня порівняно з іншими критеріями, а також наявність низького рівня у частини жінок, що може вказувати на труднощі у прийнятті та реалізації соціальних і гендерних ролей, особливо у молодшому віці.

Результати за особистісно-рефлексивним критерієм показали високий рівень сформованості у більшості респонденток, особливо у жінок старшої вікової групи, що свідчить про зростання рівня саморефлексії, емоційного усвідомлення та психологічної зрілості з віком.

Узагальнення результатів за всіма критеріями дозволило встановити, що у досліджуваній вибірці домінує високий рівень сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок, при незначній частці середнього та низького рівнів. Це свідчить про загалом сформовану та інтегровану гендерну ідентичність у більшості респонденток.

Таким чином, мету дослідження досягнуто, поставлені завдання виконано, а висунуті положення знайшли своє емпіричне підтвердження. Отримані результати можуть бути використані у практичній діяльності психологів, у консультативній роботі з жінками, а також у подальших наукових дослідженнях проблеми гендерної ідентичності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Кононова М. М. Гендерна ідентичність як чинник психологічного благополуччя особистості. *Психологічний часопис*. 2021. № 1. С. 34–42.
2. Гендерні ролі та норми: що вони собою являють і як впливають на дітей? United Way NCA. 2025. URL:https://unitedwaynca.org/blog/gender-norms/ (дата звернення 07.05.2026)
3. Бурдьє П. Соціологія політики. Київ: Основи, 2003. – 368 с.
4. Бурдьє П. Чоловіче домінування. Київ: Основи, 2004. – 160 с.
5. Гідденс Е. Соціологія. Київ: Основи, 1999. – 726 с.
6. Глушко Л. Гендерна ідентичність у сучасному суспільстві. *Психологія*. 2021. С. 90–98. URL:https://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/1634 (дата звернення 17.12.2025)
7. Говорун Т. В., Кікінежді О. М. Гендерна психологія: навч. посіб. Київ: Академія, 2004. – 307 с.
8. Заграй Л. Гендерна ідентичність жінки в Україні як соціокультурний конструкт. *Психологія і суспільство*. 2018. С. 15–26. DOI: https://doi.org/10.15330/psp.22.15-26
9. Іванова О. П. Самооцінка особистості. Київ: Педагогіка, 2019. – 245 с.
10. Кириленко Т. С. Психологія масової комунікації. Київ: Каравела, 2012. – 216 с.
11. Комарніцька Л., Завадська І. Гендерна ідентичність як психологічний феномен. *Інклюзія і суспільство*. 2024. С. 70–78. DOI: https://doi.org/10.32782/2787-5137-2024-2-12
12. Кравець В. П. Гендерна психологія: навчальна книга / Тернопіль: 2003. – 192 с.
13. Марценюк Т. О. Гендер для всіх. Київ: Основи, 2017. – 256 с.

14. Матвєєва О. Особливості формування гендерної ідентичності особистості. *Юридична психологія*. 2016. С. 39–45.
URL: https://psychped.navs.edu.ua/index.php/psychped/article/view/457 (дата звернення 10.10.2025)
15. Мельник Т. М. Гендерна освіта і виховання. Київ: Либідь, 2010. – 248 с.
16. Тоффлер Е. Третя хвиля. Київ: Основи, 2000. – 480 с.
17. Теркл Ш. Життя в мережі. Київ: Основи, 2005. – 320 с.
18. Франкл В. Людина в пошуках сенсу. Київ: Дух і Літера, 2005. – 160 с.
19. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Київ: Основи, 1998. – 480 с.
20. Фромм Е. Мистецтво любити. Київ: Основи, 2000. – 192 с.
21. Швалб Ю. М. Гендерна психологія: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2011. – 240 с.
22. Швецова Ю. Особливості гендерної ідентичності сучасних студентів. *Психологічні науки.* 2020. С. 58–64.
23. Bandura A. Social Learning Theory. – New York: Prentice Hall, 2018. – 310 p.
24. Bauman Z. Liquid Modernity. – Cambridge: Polity Press, 2000. – 240 p.
25. Beck U. Risk Society. – London: Sage, 2018. – 350 p.
DOI: https://openlibrary.org/works/OL796394W/Risikogesellschaft
26. Bem S.L. (1981) Gender Schema Theory: A Cognitive Account of Sex Typing. Psychological Review, 88, 354-364.
27. Bronfenbrenner U. The Ecology of Human Development. – Harvard University Press, 2017. – 320 p.
28. Butler J. Gender Trouble. – New York: Routledge, 1990. – 272 p.
29. Castells M. The Power of Identity. – Oxford: Blackwell, 1997. – 461 p.
30. Erikson E. Identity: Youth and Crisis. – New York: Norton, 1968. – 336 p.
31. Festinger L. Social Comparison Theory. – Stanford University Press, 2017. – 210 p. DOI: https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/001872675400700202
32. Freud S. Introduction to Psychoanalysis. – London: Penguin, 2015. – 420 p.
33. Giddens A. Modernity and Self-Identity. – Stanford: Stanford University Press, 1991. – 256 p.

34. Giddens A. Sociology. – Cambridge: Polity Press, 2018. – 500 p.
35. Gill R. Gender and Media. – Cambridge: Polity Press, 2019. – 260 p.
36. Greenhaus J. Work-Family Conflict // Journal of Applied Psychology. – 2018. – 120 p.
37. Hochschild A. The Second Shift. – New York: Penguin, 2016. – 300 p.
38. Kohlberg L. A Cognitive-Developmental Analysis of Children's Sex-Role Concepts. – 1966. – 230 p.
39. Lakoff R. Language and Woman's Place. – New York: Harper, 1975. – 328 p.
40. Lorber J. Paradoxes of Gender. – Yale University Press, 2016. – 270 p.
41. Markus H. Self-Schema Theory // Journal of Personality. – 1977. – 299 p.
42. Mead G. Mind, Self, and Society. – Chicago: University of Chicago Press, 1934. – 401 p.
43. Mead M. Sex and Temperament. – New York: Morrow, 2016. – 280 p.
44. Merton R. Social Structure and Anomie. – New York: Free Press, 2016. – 240p.
45. Parsons T. The Social System. – New York: Free Press, 1951. – 575 p.
46. Tajfel H. Social Identity and Intergroup Relations. – Cambridge: Cambridge University Press, 1982. – 256 p.
47. Turkle S. Life on the Screen. – New York: Simon & Schuster, 1995. – 347 p.
48. Turner J. Social Categorization and Identity. – London, 1987. – 210 p.
49. Wolf N. The Beauty Myth. – New York: Harper, 2017. – 350 p.
50. WHO. Gender and Mental Health Report. – Geneva, 2020. – 180 p.
51. UN Women. Gender Equality Strategy. – New York, 2021. – 200 p.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Анкета **«Особливості гендерної ідентичності жінки»,** спрямована на визначення рівня сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за когнітивно-ціннісним критерієм відповідно за визначеними показниками.

Оцініть, наскільки кожне твердження відповідає Вам, за шкалою від 1 до 5: 1 – повністю не згодна, 5 – повністю згодна.

1. Я чітко усвідомлюю себе як жінку.
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна
   - важко відповісти
   - скоріше згодна
   - повністю згодна
2. Жіночність є важливою частиною мого «Я».
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна
   - важко відповісти
   - скоріше згодна
   - повністю згодна
3. Мені комфортно відповідати традиційним уявленням про жінку.
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна
   - важко відповісти
   - скоріше згодна
   - повністю згодна
4. Я відчуваю гармонію між своєю особистістю та гендерною роллю.

- повністю не згодна
- скоріше не згодна
- важко відповісти
- скоріше згодна
- повністю згодна

5. Моє уявлення про жіночність змінювалося з віком.

- повністю не згодна
- скоріше не згодна
- важко відповісти
- скоріше згодна
- повністю згодна

6. Я самостійно формую уявлення про те, якою має бути жінка.

- повністю не згодна
- скоріше не згодна
- важко відповісти
- скоріше згодна
- повністю згодна

Оцінювання відповідей здійснювалося за п’ятибальною шкалою:

1 бал – «повністю не згодна»;

2 бали – «скоріше не згодна»;

3 бали – «важко відповісти»;

4 бали – «скоріше згодна»;

5 балів – «повністю згодна».

Загальний показник за анкетою визначався шляхом підсумовування балів за всіма твердженнями.

Інтерпретація результатів здійснювалася таким чином: низький рівень сформованості гендерної ідентичності – до 40 % від максимально можливого балу; середній рівень – від 41 % до 70 %; високий рівень – від 71 % і вище.

ДОДАТОК Б

Анкета **«Ставлення до гендерних ролей і соціальних очікувань»**, яка дозволяє оцінити рівень сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за соціально-рольовим критерієм відповідно за визначеними показниками.

Оберіть відповідь, яка найбільше відповідає Вашій думці за шкалою від 1 до 5: 1 – повністю не згодна, 5 – повністю згодна.

1. Основне призначення жінки – сім’я та материнство.
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна
   - важко відповісти
   - скоріше згодна
   - повністю згодна
2. Жінка може бути успішною незалежно від виконання традиційних ролей.
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна
   - важко відповісти
   - скоріше згодна
   - повністю згодна
3. Соціальні очікування щодо жінок часто обмежують їхній розвиток.
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна
   - важко відповісти
   - скоріше згодна
   - повністю згодна
4. Я відчуваю тиск суспільства щодо того, якою має бути жінка.
   - повністю не згодна

- скоріше не згодна
- важко відповісти
- скоріше згодна
- повністю згодна

5. Мені легко поєднувати соціальні очікування зі своїми особистими бажаннями.

- повністю не згодна
- скоріше не згодна
- важко відповісти
- скоріше згодна
- повністю згодна

Оцінювання відповідей здійснювалося за п’ятибальною шкалою:

1 бал – «повністю не згодна»;

2 бали – «скоріше не згодна»;

3 бали – «важко відповісти»;

4 бали – «скоріше згодна»;

5 балів – «повністю згодна».

Загальний показник за анкетою визначався шляхом підсумовування балів за всіма твердженнями.

Інтерпретація результатів здійснювалася таким чином: низький рівень сформованості гендерної ідентичності – до 40 % від максимально можливого балу; середній рівень – від 41 % до 70 %; високий рівень – від 71 % і вище.

ДОДАТОК В

Анкета **«Самооцінка та самосприйняття в контексті гендерної ідентичності»**, що спрямована на визначення рівня сформованості психологічних особливостей гендерної ідентичності у жінок за особистісно-рефлексивним критерієм відповідно за визначеними показниками.

Оцініть твердження за шкалою від 1 до 5: 1 – повністю не згодна, 5 – повністю згодна.

1. Я задоволена собою як особистістю.
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна
   - важко відповісти
   - скоріше згодна
   - повністю згодна
2. Моє уявлення про себе відповідає моїм життєвим цілям.
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна
   - важко відповісти
   - скоріше згодна
   - повністю згодна
3. Я не сумніваюся у правильності своєї життєвої ролі.
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна
   - важко відповісти
   - скоріше згодна
   - повністю згодна
4. Моя гендерна ідентичність впливає на мою самооцінку.
   - повністю не згодна
   - скоріше не згодна

- важко відповісти
- скоріше згодна
- повністю згодна

5. Я почуваюся впевнено у соціальних і професійних ролях.

- повністю не згодна
- скоріше не згодна
- важко відповісти
- скоріше згодна
- повністю згодна

6. Я приймаю себе незалежно від соціальних стандартів жіночності.

- повністю не згодна
- скоріше не згодна
- важко відповісти
- скоріше згодна
- повністю згодна

Оцінювання відповідей здійснювалося за п’ятибальною шкалою:

1 бал – «повністю не згодна»;

2 бали – «скоріше не згодна»;

3 бали – «важко відповісти»;

4 бали – «скоріше згодна»;

5 балів – «повністю згодна».

Загальний показник за анкетою визначався шляхом підсумовування балів за всіма твердженнями.

Інтерпретація результатів здійснювалася таким чином: низький рівень сформованості гендерної ідентичності – до 40 % від максимально можливого балу; середній рівень – від 41 % до 70 %; високий рівень – від 71 % і вище.