

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет психолого-педагогічний
Кафедра практичної психології

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

_____ Мірошник З. М.

« _____ » _____ 2023 р.

Реєстраційний № _____

« _____ » _____ 2023 р.

РОЗВИТОК СТАТЕВО-РОЛЬОВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ
ДІВЧАТ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Кваліфікаційна робота
студентки групи ЗПП-19
ступінь вищої освіти бакалавр
спеціальності 053 Психологія
Табаки Ганни Богданівни

Керівник:

кандидат педагогічних наук, доцент

Чаркіна О. А.

Оцінка:

Національна шкала _____

Шкала ECTS _____ Кількість балів _____

Голова ЕК _____

(підпис) (прізвище, ініціали)

Члени ЕК _____

(підпис) (прізвище, ініціали)

(підпис) (прізвище, ініціали)

(підпис) (прізвище, ініціали)

(підпис) (прізвище, ініціали)

ЗАПЕВНЕННЯ

Я, **Табака Ганна Богданівна**, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно і не містить академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

Ганна Табака

ЗМІСТ

	С.
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ СТАТЕВО- РОЛЬОВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ДІВЧАТ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....	7
1.1. Вікові психологічні особливості юного суб'єкта.....	7
1.2. Статеворольова ідентифікація дівчат юнацького віку.....	14
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОКАЗНИКІВ СТАТЕВО- РОЛЬОВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ГІМНАЗИСТОК.....	25
2.1. Методика діагностичного дослідження.....	25
2.2. Аналіз результатів емпіричної діагностики.....	29
2.3. Програма тренінгу гендерної толерантності для дівчат раннього юнацького віку.....	34
ВИСНОВКИ.....	40
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	43
ДОДАТКИ.....	
Додаток А.....	47
Додаток Б.....	51

ВСТУП

Гендерна проблематика – популярний напрямок сучасних психологічних досліджень. Особливої значущості проблеми, пов'язані з розвитком статево-рольової ідентичності особистості, набувають з огляду на становлення в Україні демократичного суспільства та реалізації принципу гендерної рівності чоловіків і жінок у всіх сферах людського життя. Реалії сьогодення – ситуація війни – актуалізували розробку прикладних питань гендерної соціалізації української молоді та їх статево-рольового самовизначення в умовах кризового суспільства.

Гендерна толерантність в освоєнні прийнятих у суспільстві нормативів поведінки чоловіків та жінок полягає в спрямуванні особистісного розвитку юнаків та дівчат у бік збереження рівності в їхніх правах і можливостях на досягнення відповідного професійного й соціального статусу, на егалітарні цінності партнерства та взаємозамінності статей у виконанні професійних, суспільних і батьківських ролей [6].

Звертаючись до напрацювань вітчизняних і зарубіжних науковців, можемо констатувати, що чимало праць присвячено упровадженню гендерної парадигми в освіту, проблематиці гендерної взаємодії учнів різних вікових категорій, формуванню сексуальної культури, вихованню в процесі статево-рольової соціалізації (L.V. Gallahan, I.D. Бех, С.Т. Вихор; Т.В. Говорун, О.М. Кікінеджи, В.П. Кравець) [3, 5, 7, 10, 17, 19]; становленню гендерної ідентичності, гендерних аспектів індивідуальності (R. Ауман, К. Korablik; Т.В. Бендас, Т.В. Данильченко, І.С. Кльоцина, Н.Ф. Романова, М.Г. Ткалич, О.А. Чаркіна) [1, 4, 14, 18, 24, 25, 26].

Під час аналізу особливостей статево-рольової ідентифікації дівчат юнацького віку було виявлено суперечності між нагальною потребою в розвитку позитивної стетево-рольової ідентичності сучасної дівчини з позиції гендерної толерантності і недостатньою теоретичною обґрунтованістю зазначеної проблеми, що і зумовило вибір теми освітньо-кваліфікаційного дослідження.

Об'єкт дослідження – статево-рольова ідентифікація.

Предмет дослідження – засоби розвитку позитивної статево-рольової ідентичності дівчат юнацького віку.

Мета дослідження полягала у виявленні та емпіричному вивченні соціально-психологічних чинників порушення статево-рольової ідентичності дівчат раннього юнацького віку задля розробки дієвих засобів розвитку позитивного гендерного самовизначення.

В якості ефективного засобу попередження і подолання порушень статево-рольової ідентичності дівчат раннього юнацького віку ми розглядаємо розвиток гендерної толерантності, тобто підвищення гендерної і комунікативної культури особистості, оволодіння прийомами конструктивної поведінки у міжособистісних конфліктах, розвиток гендерної компетентності, статево-рольове самовизначення і самоактуалізацію особистості.

Завдання дослідження:

1. Визначити теоретичні підходи до вивчення проблеми статево-рольової ідентичності дівчат раннього юнацького віку.
3. Виявити провідні соціально-психологічні чинники порушення статево-рольової ідентичності особистості.
4. Обґрунтувати психологічні засоби розвитку позитивного гендерного самовизначення.
4. Розробити програму тренінгу гендерної толерантності для дівчат раннього юнацького віку.

Методи дослідження: Для вирішення поставлених завдань було використано комплекс методів: *теоретичні*: аналіз наукової літератури за темою дослідження; методи логіко-психологічного аналізу (класифікація, систематизація, порівняння, узагальнення) – для розкриття поняття «статеворольова ідентичність юної дівчини»; *емпіричні*: опитування, тестування, контент-аналіз. Діагностичний комплекс включав такі **методики**: «Запитальник С. Бем» [18], «Методику діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі у модифікації Л.М. Собчик» [20], «Семантичний особистісний диференціал Ч. Осгуда», модифікований до потреб і контексту дослідження [15].

Обробка результатів дослідження проведена за допомогою визначення відсоткових співвідношень і контент-аналізу. Узагальнення результатів здійснено з використанням *інтерпретаційних методів* (класифікація й узагальнення емпіричних даних).

Емпірична база та вибірка дослідження. Дослідження проводилось на базі Криворізької гімназії № 69 Криворізької міської ради під час проходження виробничої діагностично-психокорекційної практики (23.01.2023 – 05.03.2023). Всього у дослідженні взяли участь 23 учениці 10-11-х класів віком від 15 до 17 років.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів: теоретичного та емпіричного, висновків, списку використаних джерел, що включає в себе 30 найменувань, та додатків. Основний текст роботи, що містить 4 таблиці та 2 рисунки, викладено на 42 сторінках.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ СТАТЕВО-РОЛЬОВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ДІВЧАТ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.

1.1. Вікові психологічні особливості юного суб'єкта.

У вітчизняній психології ранній юнацький вік визначається в межах від 14-15 до 17-18 років і співпадає з періодом навчання в старших класах [21].

В юнацькому віці, в основному, завершується фізичний розвиток організму, закінчується статеве дозрівання, серцево-судинна система починає працювати гармонійно, уповільнюється темп росту тіла, помітно збільшується м'язова сила, зростає працездатність, закінчується формування й функціональний розвиток органів і тканин. Більшість юнаків та дівчат знаходяться вже в постпубертатному періоді. Тілесна конституція, особливо обличчя, стає дорослою, специфічно індивідуальною. Зникає характерна для підлітків збудливість, неврівноваженість [7].

Загострюються протиріччя, пов'язані з вирішенням питання про професійно-діяльнісне самовизначення.

Професійне самовизначення як самостійне і незалежне визначення життєвої перспективи й вибір майбутньої професії – найголовніше завдання розвитку в ранньому юнацтві [5], яке, однак, часто ускладнюється через вплив різних зовнішніх і внутрішніх чинників.

Труднощі самовизначення посилюються реаліями українського сьогодення, періодом повномасштабної війни і спровокованої нею соціально-економічної кризи у країні, коли ні батьки, ні школа не спроможні надати юному суб'єкту належної допомоги в питанні вибору професії і подальших життєвих перспектив, оскільки майбутнє української держави і, відповідно, кон'юнктура національного ринку праці поки що залишаються невизначеними.

Юність є також унікальним періодом входження особистості в світ культури та етики міжособистісних стосунків.

Соціальна ситуація розвитку. У юнацькому віці зростає інтерес до дорослих; знання, досвід близьких людей допомагають орієнтуватись у питаннях, що пов'язані з майбутнім життям. Посилюється потяг до спілкування з ними. Поновлюються емоційні контакти з батьками, від яких очікують порад, розуміння. Сім'я залишається тим місцем, де юнаки почувають себе впевнено. З батьками обговорюються життєві та професійні перспективи. Життєві плани юнаки обговорюють і з учителями, близькими знайомими, тими, хто для них є авторитетним, чия думка для них важлива. Проте, хоча відносини з дорослими стають довірчими, юнаки зберігають певну відстороненість, іноді палко відстоюють своє право самостійно вирішувати свої особисті проблеми. Головним стає прагнення зайняти внутрішню позицію дорослого [7], чому сприяє об'єктивне положення юнака як старшокласника, але психологічна готовність до вступу в доросле самостійне життя визначається за цілою низкою компетенцій, а саме:

- бути зданим орієнтуватись у різних формах людської свідомості: в науковій, правовій, художній тощо; для цього потрібно оволодіти основами наукового та громадянського світогляду, виробити рефлексивне (свідоме і критичне) ставлення до себе та оточуючих;
- мати потребу та здатність працювати, володіти звичкою до трудових зусиль, уміннями працювати творчо, продуктивно (незалежно від виду праці);
- бути зданим спілкуватись на засадах рівності, поваги, розуміння й володіти засобами такого спілкування [5].

Звичайно, існують індивідуальні варіанти вступу до дорослого самостійного життя. Це виявляється, в першу чергу, у виборі різних форм прояву дорослості. Наприклад, у деяких юнок функцію зовнішнього відособлення відіграє зовнішній вигляд, стиль мовлення, пози під час розмови, інші атрибути дорослості (цигарка, келих, автомобіль тощо).

Коли соціальна зрілість (дорослість) відстає від фізіологічної, спостерігаємо явище інфантилізму: юнка ззовні наче доросла, але зберігає риси незрілої поведінки. Іноді "дитяча поведінка" стає стратегією пристосування до споживацько-маніпулятивного способу життя, формуючи синдром набутої беспорядності і співзалежності [27].

Юнацький вік – це вік входження в об'єктивний та нормативний дух свого історичного часу в його національній формі (О.В. Толстих). Знаходження своєї ідентичності для юного суб'єкта стає афективним центром життєвої ситуації розвитку (Л.І. Божович). Саме тому до близького дорослого він ставиться як до ідеалу. Ті якості, які юнак високо оцінює, є для нього еталоном у різних сферах людських відносин: виконання моральних норм, ставлення до праці, до самого себе. З цими якостями він співвідносить ідеальне Я – те, ким і яким він хоче стати в дорослому житті [цит. по 12].

Змінюється формат спілкування з однолітками: зменшується кількість друзів за рахунок зміни якості дружби, яка набуває інтимно-особистісного характеру. Наростає значення індивідуальних емоційних контактів з об'єктами прихильності. Посилюється потреба в афіліації з найближчим оточенням, спілкування з яким залишається сповідальним. З кращим другом або подругою обговорюються найбільш важливі переживання, які пов'язані з різними життєвими подіями. Дружні стосунки вимагають взаєморозуміння, внутрішньої близькості, відвертості. Вони засновані на ставленні до іншого, як до самого себе, й підтримують самоповагу, самосприйняття. Напруга у взаєминах виникає лише тоді, коли товариськість буває егоцентричною, коли не виявляється інтересу до почуттів та думок друга [19].

Ставлення до однолітків диференціюється, критерії їх оцінок набувають множинності: одних високо оцінюють за знання і обирають для спільних занять, інших – за успіхи в творчій або спортивній діяльності, третіх – за кулінарну майстерність і т.п. Але існує тенденція переносу ставлення до однолітка, як до друга, за декількома найважливішими для самого себе критеріями, наприклад, за успіхами в навчанні та за моральними

цінностями. Юнацька дружба заснована, з одного боку на свободі, а з іншого – на взаємних почуттях та дотриманні моральних законів. Дружба – це процес здійснення соціальної. Дружба має моральну природу: головне – чесність та вимогливість, розум та здатність оцінювати своє "Я" в його власній сутності [19].

На перший план у самовизначенні виступає механізм інтеграції. Роздуми про себе і про своє призначення в житті іноді приводять юнаків та юнок до пошуків сенсу життя. Це веде до інтеграції вимог різних сфер життєдіяльності і надає їм цілісного характеру, а також зумовлює потребу інтегрувати свої можливості, здібності, таланти й максимально мобілізувати їх у відповідності до усвідомлених цілей життя. Труднощі полягають у тому, що не завжди знаходяться адекватні засоби для реалізації власного «Я».

Ці труднощі, переважно, зумовлені проблемою організації (і визначення) провідної діяльності. Серед психологів немає єдиної думки щодо провідної діяльності в юнацькому віці, це питання залишається дотепер невирішеним. Присвоєння форм культури та засвоєння дорослості в цей період за суттю не пов'язані один з одним: тому юнак дорослішає поза освітньою системою, а освіта відбувається поза системою становлення дорослості [12].

Цікавою є думка Клімова Є.О. про навчальну діяльність як провідну, якщо вона набуває рис продуктивної діяльності:

- це діяльність, яка за часом і за наслідками витрачених сил має бути самокерованою;
- вона повинна мати широкі варіації засобів, прийомів, умінь щодо здійснення діяльності та її наслідків;
- стиль виконання такої діяльності має бути індивідуалізованим, оптимальним для кожного учня, щоб перебороти протиріччя між його потребами, інтересами, можливостями та здібностями [цит. по 5].

Чи відповідає навчальна діяльність юнаків в умовах війни цим вимогам? Напевно, що ні, і тому починається деструкція діяльності, що

викликає емоційну напругу, апатію, зниження пізнавальної активності та інші проблеми психологічного характеру. Самореалізацію ж треба розглядати як добровільно обрану активність.

Центральним новоутворенням психічного розвитку раннього юнацького віку є орієнтація на майбутнє, що визначає життєву перспективу взагалі (а не тільки участь у певній діяльності): це потреба зайняти внутрішню позицію дорослого, усвідомити себе в якості члена суспільства, соціальної групи, громади, визначити своє місце і призначення в житті. Для цього необхідний достатній рівень розвитку особистості [19].

Розвиток особистості в юнацькому віці. Зростання інтелектуальних можливостей робить перехід до дорослості періодом змін в цінностях та настановах, ідеалах, пріоритетах і цілях.

Зміст юнацьких цінностей значною мірою залежить від культурного контексту та історичного періоду. Допомогу юнакові у наближенні до майбутнього, в уникненні розчарувань надають добрі стосунки з батьками, досягнення в певній галузі діяльності (навчання, спорт, музика), а також уміння долати труднощі, самодисципліна, почуття відповідальності і за себе, і за інших. Добра порада необхідна і в постановці життєвих цілей, бо іноді вони дуже конкретні, немає гнучкості; а іноді вони дуже загальні.

У дівчат значно швидше, ніж у хлопців, зростає усвідомлення своєї унікальності, власного світосприймання, оформлюється "Я-концепція". Самовизначення набуває дієвого характеру: юнка починає діяти, реалізовувати плани, дотримуватися певного способу життя, починає активно готуватись до засвоєння обраної професії (факультативи, гуртки, репетитори, самоосвіта тощо). Самооцінка набуває більшої рефлексивності щодо усвідомлення цінності власної особистості, але вона все ще може змінюватись при оцінці реальних здібностей та можливостей [12].

На основі самооцінки й самовиховання формується самоповага.

З усвідомленням своїх якостей і можливостей, з уявленням про своє місце в житті, з оцінкою себе як особистості пов'язане зростання інтересу до

моральних проблем людства і пов'язаних з цим екзистенційних понять щастя, свободи, обов'язку, любові, дружби, гідності тощо. У цьому плані можна говорити про вироблення моральної свідомості в старшому шкільному віці (І.Д. Бех). У ранній юності відбувається і моральне, і вольове загартовування особистості [5].

Зростає рефлексивність свідомості, збільшується увага до особистісних переживань, інтерес до власного психічного життя.

Старшокласниці досить самокритичні до своїх недоліків, але ще шукають виправдань своїм особистісним вадам: впертість вважають проявом волі, грубість – доказом сміливості, небажання вибачитись – проявом принциповості. Подібний моральний формалізм є однією із суперечностей раннього юнацького віку.

У юнацькому віці відбувається становлення світогляду як системи знань про політичне, економічне, культурне життя суспільства, як системи поглядів на оточуючий світ і місце в ньому кожної людини. Погляд на багато життєвих проблем досить глибокий та розумний. Увагу юнаків привертають питання справедливості та беззаконня, порядності та безпринципності [5].

Сучасний юний суб'єкт має тверезий, розумно-практичний погляд на світ та події, які в ньому відбуваються, більш незалежну позицію та власну орієнтацію в їх оцінці. Але можна зустріти прояв і вкрай протилежних рис: індивідуалізму та антисоціальної спрямованості, скепсису і намагання вірити у будь-що, у деякого виявляється максималізм та нерозбірливість у виборі засобів реалізації своєї життєвої мети.

Спостерігається також розрив між різними верствами молоді за рівнем соціально-культурного розвитку: божемна молодь та ділки, наукове світорозуміння та спрощений підхід тощо.

Особливості світосприймання юнаків виявляються в ціннісних орієнтаціях, потребах та інтересах, ідеалах та переконаннях, у мріях та життєвих планах.

Юнак є представником певного покоління, яке, в свою чергу,

об'єднується якимось важливими явищами суспільного життя, співпадінням настанов, смаків, інтересів, модних тенденцій тощо [24]. На жаль, сучасні юнаки будуть поколінням, травмованим (загартованим?) війною.

Отже, поведінка юнаків не позбавлена суперечностей:

- підвищені вимоги до дорослих та поблажливе ставлення до власного порушення норм і правил поведінки;
- у вчинках (як і в свідомості в цілому) співіснують принциповість у великому та безпринципність у малому (зберігаються риси дитячої поведінки);
- емоційно-посилене переживання власних невдач, неприємностей, що іноді гіпертрофується в синдром справжнього горя.

Розвиток пізнавальної сфери особистості в юнацькому віці. Традиційно вважається, що загальні розумові здібності, в основному, оформлюються наприкінці підліткового віку. Протягом юнацького віку вони удосконалюються: збагачується науково-понятійний апарат, відбувається оволодіння складними інтелектуальними операціями, зростає продуктивність розумової діяльності.

Розумові здібності виявляються як індивідуальні властивості сприймання, пам'яті, мислення, уяви, вони визначають індивідуальний стиль пізнавальної діяльності старшокласника та її продуктивність [21].

Навчальні дії трансформуються в методи наукового пізнання: юнаки оволодівають елементами дослідницької діяльності: формулюванням гіпотез, плануванням контрольних процедур, прогностичною оцінкою. Формуються певні розумові звички, які становлять основу культури розумової праці.

У цьому віці продовжується розвиток теоретичного мислення, розвивається здатність до зв'язного логічного міркування, до високого рівня узагальнення та систематизації знань; підвищується самостійність, гнучкість та продуктивність мислення, його рефлексивність [21].

Зростає продуктивність логічної пам'яті, що пов'язана з операціональним мисленням. Збільшується обсяг уваги, здатність до її

концентрації, переключення. В той же час увага стає більш вибірковою: вона залежить від спрямованості інтересів особистості, від її потреб.

Формування професійної орієнтації юнака сприяє розвитку спеціальних здібностей (математичних, літературних, лінгвістичних тощо). У дівчат цього віку спеціальні інтереси менш визначені, ніж у юнаків, хоча їх навчальна успішність, в цілому, вища [4].

Таким чином, когнітивний розвиток юнаків полягає не тільки в накопиченні знань та вмінь, але й у формуванні індивідуального стилю розумової діяльності, як стійкої сукупності індивідуальних варіантів сприймання, пам'яті, мислення, прийомів та засобів операціоналізації розумових навичок.

1.2. Статеворольова ідентифікація дівчат юнацького віку.

Рання юність – критичний період розвитку, що характеризується значним зростанням потенціалу здатності особистості до самовизначення (ідентифікації).

Ідентичність – це одна з найістотніших характеристик людини, без якої вона не може існувати як свідомо автономна особистість.

Ідентичність – це збереження і підтримка особистістю власної цілісності, тотожності, нерозривності історії свого життя, а також стійкий образ "Я", усвідомлення у собі певних особистісних якостей, індивідуально-типологічних особливостей, рис характеру, способів поведінки, які визнаються своїми, автентичними [26].

Психосоціальна ідентичність є запорукою психічного здоров'я особистості. Формування ідентичності починається з моменту відділення дитини від матері і триває протягом життя [22].

Дж. Марсія розрізняє такі типи (статуси) ідентичності:

- дифузна, невизначена ідентичність;
- передчасна ідентичність (як завчасний варіант включення в "дорослу систему" стосунків);
 - мораторій ідентичності – етап, коли особистість знаходиться в процесі інтенсивного пошуку самої себе через апробацію різних ролей;
 - зріла (досягнута) ідентичність, про що свідчить почуття власної визначеності і перехід до самореалізації [27].

Ідентифікація відбувається в процесі соціалізації.

Основні положення теорії гендерної соціалізації: 1) чоловіки і жінки виростають в різних соціально-психологічних контекстах; 2) ці контексти мають вирішальний вплив на подальше функціонування чоловіків і жінок: у чоловіків виникають проблеми у сфері сімейної самореалізації, а у жінок – у сфері професійної самореалізації [3].

У процесі диференційованої за статтю соціалізації у особистості формуються уявлення про себе, які обмежують її можливості.

Виховуючи хлопчиків і дівчаток по-різному, батьки та педагоги орієнтують їх на виконання статево-специфічних ролей і не готують дітей до інших ролей, які їм, швидше за все, доведеться виконувати. Диференційована за статтю соціалізація також обмежує професійний вибір хлопчиків і дівчаток, вибудовуючи додаткові (суб'єктивні) бар'єри на шляху до їх професійного розвитку в дорослому віці [19].

Подібна гендерна поляризація катастрофічно і без усілякої потреби обмежувала людські можливості, залишаючи кожній особистості право лише на половину повного особистісного потенціалу в межах культурного визначення гендерної відповідності.

Гендер – це соціально-біологічна характеристика, за допомогою якої люди дають визначення поняттям «чоловік» і «жінка». О.О. Вороніна, узагальнюючи та систематизуючи західні підходи до визначення цього поняття, виокремлює сім «позицій»: гендер як стратифікаційна категорія,

соціальний конструкт, суб'єктивність, ідеологічний конструкт, мережа, технологія, культурна метафора [8]. Отже, поняття «гендер», перш за все, співвідноситься з поняттям «соціальна стать людини». Сенс цього поняття полягає в ідеї соціального моделювання або конструювання статі [22].

Парадигма соціального конструювання гендеру зумовлює дослідження гендерної культури, формування механізмів створення категорій мужності й жіночості, а також визначає напрямки розвитку гендерного дискурсу. На думку Т.В. Данильченко, поняття «гендер» є складним соціокультурним процесом формування (конструювання) суспільством відмінностей у чоловічих та жіночих ролях, поведінці, ментальних та емоційних характеристиках, а також власне результатом цього процесу – «сформованим соціальним конструктом» [14].

Гендерна роль – набір очікуваних зразків поведінки (норм) для чоловіків і жінок [11].

Гендерна компетентність особистості, перш за все, передбачає прийняття базових ідей гендерної теорії. Це наступні ідеї [4, 6, 8, 13, 25].

1. Чоловіки і жінки, як представники соціальних груп, скоріше схожі, ніж різні. Це стосується і переважної кількості психологічних характеристик чоловіків і жінок і особистісних особливостей, необхідних для виконання різних соціальних ролей. Отже, немає підстав для жорсткої диференціації чоловічих і жіночих ролей; соціальні ролі чоловіків і жінок взаємозамінні і схожі. Існуюча в суспільстві гендерна диференціація і поляризація є не біологічно зумовленою, а соціально сконструйованою.

2. Соціальні статуси і позиції чоловіків і жінок у публічних і приватних сферах життєдіяльності не повинні вибудовуватися за принципом ієрархічності. Іншими словами, ні в суспільному устрої, ні на рівні груп і особистостей немає переконливих підстав для того, щоб чоловіки, або жінки займали домінуючі позиції у громадському або приватному житті. У межах гендерного підходу стверджується, що жодна стать не має права домінувати над іншою, відносини між представниками різних статей мають

вибудовуватися на основі паритету, рівності прав і можливостей. Партнерська модель відносин між чоловіками і жінками, гендерними групами повинна стати основною, а егалітарні уявлення, що відображають рівність статей (тобто відсутність ієрархічності статусної диференціації ролей чоловіків і жінок) повинні розділятися переважною більшістю членів суспільства.

3. Біологічні особливості кожної статі не можуть бути підставою і виправданням ситуацій гендерної нерівності. Недетермінованість соціальних ролей біологічною статтю їхнього носія показує, що людина виконує ту або іншу роль не тому, що виконання цієї ролі задано її анатомією, а тому, що цьому сприяють соціально сформовані схильності, бажання, мотиви особистості, а також життєві обставини.

«Існують деякі «природні» підстави, що є базисними для всього світового устрою, змінювати які небезпечно, так як це може привести до руйнування всього суспільства. Ці підстави такі: функції і ролі між чоловіками і жінками в суспільстві і сім'ї повинні бути розділені. Згідно з таким поділом, за жінкою «самою природою» закріплюються життєві цінності бути матір'ю, господинею дому, берегинею домашнього вогнища. Чоловікові також «природою» наказано бути добувачем, громадським діячем, здійснювати зв'язок між малою спільнотою - сім'єю і великою – суспільством у цілому. Таким чином, передбачається, що дані функції є природними і об'єктивними, тобто не залежними від свідомості і волі окремої людини; а статеві відмінності значно істотніше індивідуальних особистісних відмінностей між людьми» [2].

У процесі гендерної соціалізації хлопчики і дівчатка з часом перетворюються на маскулінних і фемінінних дорослих, які добровільно приймають різні і нерівні ролі, призначені їм у андроцентричному гендерно-поляризованому суспільстві.

Гендерно-поляризовані уявлення про справжнього чоловіка і справжню жінку є нормативними еталонами для сучасних людей. У свідомості

чоловіків і жінок стверджується думка, що їх особливості – це не просто даність, а щось, що вони повинні постійно створювати і реконструювати з метою наближення до нормативного стандарту [2, 7, 13].

Гендерно компетентні чоловіки і жінки, які розділяють основні егалітарні погляди і уявлення, вільні від гендерних упереджень. Вони не тільки не будуть їх демонструвати у своїй поведінці по відношенню до інших людей, але також будуть відрізнятися гендерною чутливістю, тобто здатністю помічати і давати адекватну оцінку проявам сексизму в поведінці інших людей [4, 18].

Статеві ролі і психологічні відмінності. Аналіз процесу статевої диференціації впритул підводить нас до проблеми психологічних відмінностей між статями. Тут одразу виникає три кола питань: 1) Які психологічні відмінності між статями встановлені науково, на відміну від побутових думок і стереотипів масової свідомості? 2) Яким є ступінь вираженості цих відмінностей, наскільки жорстко розмежовуються чоловічі та жіночі якості? 3) Якою є природа цих відмінностей, чи є вони універсально-біологічними або відображають історично-попередні форми статевого розподілу праці? [25].

Наявність істотних психологічних відмінностей між чоловіками і жінками сама по собі ні у кого не викликає сумнівів.

Якщо розглядати це питання історично, важко не помітити, що традиційна система диференціації статевих ролей і пов'язаних з ними стереотипів маскулінності - фемінінності відрізнялася такими характерними рисами: 1) чоловічі і жіночі види діяльності та особисті якості розрізнялися дуже різко і здавалися полярними; 2) ці відмінності освячувалися релігією або посиленнями на природу і представлялися непорушними; 3) чоловічі і жіночі функції були не просто взаємодоповнюючими, але й ієрархічними – жінці відводилася залежна, підлегла роль, так що навіть ідеальний образ жінки конструювався з точки зору чоловічих інтересів [2, 4, 6, 10].

Ідеали маскулінності і фемінінності сьогодні, як ніколи, суперечливі. По-перше, традиційні риси в них переплітаються з сучасними. По-друге, вони значно повніше, ніж раніше, враховують різноманіття індивідуальних варіацій. По-третє, і це особливо важливо, вони відображають не тільки чоловічу, а й жіночу точку зору.

Згідно ідеалу жіночності буржуазної моралі ХІХ ст., жінка повинна бути ніжною, красивою, м'якою, ласкавою, але в той же час – пасивною і залежною, дозволяючи чоловікові почуватися сильним і енергійним. Ці якості і сьогодні високо цінуються, складаючи ядро чоловічого розуміння жіночності. Але в жіночій самосвідомості з'явилися також нові риси: щоб бути з чоловіком на рівних, жінка повинна бути розумною, енергійною, заповзятливою, тобто володіти деякими властивостями, які раніше становили монополію чоловіків [2, 13, 28].

У сучасному суспільстві соціально-рольові функції чоловіків і жінок зазнають серйозних змін, коли частина традиційних ролей однієї біологічної статі засвоюється і демонструється представниками протилежної.

Рольова ідентичність – це усвідомлення себе суб'єктом психологічних ролей. Американський соціолог Ч. Гордон виділяє 5 видів рольової ідентичності:

- Статева ідентичність, в основі якої лежить гендерна ідентифікація людини як чоловіка або жінки, одна з найістотніших серед усіх рольових ідентичностей.
- Етнічна ідентичність, тобто ідентифікація людини як члена расової, релігійної, національної спільноти або мовної групи, субкультури чи іншої соціальної структури.
- Ідентичності членства, що базуються на зв'язку між людиною й організаційним життям суспільства завдяки всім формам групового членства. Вони спираються як на формальний зміст ("студент", "член правління", "академік", і т.д.), так і на неофіційні форми асоціацій дозвілля (членство в специфічних гуртках, компаніях, кліках і групах).

- Політична ідентичність базується на певних політичних самохарактеристиках, н-д, ліберал, консерватор або радикал. З Я-концепцій типу лідера, лузера та ін. розвиваються типові паттерни відношення людини до конкуренції, влади і прийняття рішень.

- Професійна ідентичність, тобто система рольових ідентичностей щодо різних видів діяльності. Пов'язані з ними Я-концепції типу "чесна людина" або "працьовита людина" - серед найбільш важливих у пантеоні ідеалізованих рольових ідентичностей індивіда [9].

Розглянемо деякі *порушення статево-рольової ідентифікації особистості* [16, 18, 23].

З точки зору рольової теорії можна розглядати механізм так званої інверсії статевих і гендерних ролей, тобто зміни компонентів чоловічих та жіночих ролей на протилежні, заміни одних іншими. Одним з найпоширеніших випадків таких девіацій є гомосексуалізм, тобто зміна спрямованості статевого потягу з особи протилежної статі на особу своєї статі. Гомосексуалізм, однак, як правило, не призводить до глибинних змін статевої ідентичності, тобто чоловіки продовжують усвідомлювати себе чоловіками, а жінки – жінками. Проте – це вважається девіацією статево-рольової поведінки, відхиленням від традиційних статево-рольових норм.

Серед порушень статево-рольової ідентифікації, які, як правило, не пов'язані з функціональними та органічними розладами статевої сфери, можна назвати трансвестизм та транссексуалізм.

Трансвестизм – це прагнення грати роль протилежної статі, що проявляється в перевдяганні, використанні імені та запозиченні інших рольових атрибутів протилежної статі, хоча це не супроводжується повним усвідомленням себе особою протилежної статі. Трансвестизм не слід плутати з проявами фемінності чоловіків або маскулінності жінок, хоча трансвестит часто відповідає таким характеристикам [23].

Існують перехідні, недевіантні прояви часткового запозичення статевих та гендерних ролей, які не призводять до значної статево-рольової інверсії. Вони часто бувають наслідками відповідного статевого та гендерного виховання, особливо у випадках, коли, наприклад, батьки хотіли мати хлопчика, а народилася дівчинка, або навпаки.

Транссексуалізм – це усвідомлення себе представником протилежної статі. Він вважається однією з найсерйозніших статево-рольових девіацій. Навіть якщо у людини немає ніяких біологічних змін (тобто з біологічної точки зору людина є цілком здоровою жінкою або чоловіком), така інверсія статевої ідентичності надає підстави для хірургічної зміни біологічної статі. Прагнення фізично відповідати статевої Я-концепції виявляється навіть сильнішим за материнський або батьківський інстинкт [23].

Ці та інші випадки порушень в сфері статевих та гендерних ролей неминуче призводять до великої кількості статево-рольових (гендерних) конфліктів. Фактично, кожен з таких девіацій можна розглядати як *внутрішній статево-рольовий конфлікт*, тобто протиріччя між суперечливими компонентами статевих ролей та статево-рольовою ідентичністю, і *зовнішній гендерно-рольовий конфлікт* – протиріччя між гендерно-рольовою поведінкою і соціальними стереотипами та нормами [18].

Гендерний конфлікт – взаємодія або психологічний стан, в основі якого лежить суперечливе сприйняття гендерних цінностей, відносин, ролей, що приводить до зіткнення інтересів і цілей. Відмінності в моделях поведінки чоловіків і жінок можуть стати причинами внутрішньоособистісних, міжособистісних і міжгрупових конфліктів [4, 6].

Гендерний конфлікт має біологічні, психологічні та соціальні витоки:

1. Завдяки диференціації статей природа забезпечує виживання біологічних систем (чоловіки відповідають за динаміку виду і забезпечують мінливість генофонду, а жінки зберігають наявний генофонд і відповідальні за стабільність виду). Тому чоловіча частина популяції відрізняється від жіночої більш високим ступенем відхилення від середніх величин. Так, серед

чоловіків більше велетнів і карликів, ніж серед жінок; вище відсоток як геніїв, так і розумово відсталих [25].

2. Гендерні конфлікти часто укорінені в моделях комунікації. Чоловіки і жінки по-різному прочитують послання один одного, і тоді помилки сприйняття і реагування призводять до конфліктності взаємин. Розповідь про негарзди, неприємності для жінок є, перш за все, спробою отримати співчуття: вони й не очікують конкретних дій у відповідь на свої скарги. Чоловіки ж відчувають себе зобов'язаними зреагувати "справою" на висловлені проблеми. Обмін дрібними деталями інформації для жінки – засіб і свідоцтво досягнення близькості, чоловік не любить вдаватися в незначні деталі. Хоча, звичайно, індивідуальні відмінності тут більш важливі [4, 13].

3. Крім усвідомлення проблем, що мають особисту значущість для учасників взаємодії, вагомими є також об'єктивні соціальні причини зіткнення – через розподіл домашніх обов'язків і лідерства в сім'ї, конкуренцію за високооплачувані та престижні робочі місця, участь у владних структурах тощо. І зрештою, конфлікти виникають не між чоловіками і жінками, як такими, а між традиційними і новими ролями представників різної статі [1, 8, 9, 11, 24].

Серед інших *гендерно-рольових дисгармоній* слід назвати гендерно-рольовий інфантилізм та гендерно-рольову недостатність [18].

Гендерно-рольовий інфантилізм – це невідповідність гендерної ролі віковій стадії гендерного розвитку, заміна або компенсація одних ролей іншими, що відповідають більш ранньому періоду життя. Це проявляється в переважанні дитячих форм гендерно-рольової поведінки, наприклад: в сфері сімейних ролей роль "чоловіка" (або "жінки") заміщується роллю "дитини".

Гендерно-рольова недостатність існує в двох формах: гендерно-рольового дефіциту та атрофії гендерної ролі.

Гендерно-рольовий дефіцит – це затримка рольового розвитку, блокування важливих потреб у рольовому розвитку, внаслідок чого гендерна роль не формується, або розвивається дефіцитарно. Рольовий дефіцит може

розвиватись тоді, коли виконання гендерних ролей прямо або опосередковано заборонялося в дитинстві, не заохочувалося, або зустрічало негативну оцінку з боку соціального оточення. Наприклад: внаслідок того, що батьки дівчинки не підтримували її проявів чуттєвої жіночності, в неї не розвинулась роль "коханки".

Атрофія гендерної ролі – це втрата роллю її функціональних особливостей, скорочення сфер застосування в результаті обмеження рольової поведінки, тривалого перебування гендерної ролі в латентному вигляді тощо. Атрофія ролі виникає тоді, коли внаслідок соціальних причин виконання гендерних ролей стає неможливим. Наприклад, після тривалого ув'язнення людина частково або повністю може втратити таку гендерну роль, як "шлюбний партнер" [18].

Одним із шляхів і способів, спрямованих на попередження статево-рольових дисгармоній може бути розвиток гендерної компетентності.

Гендерна компетентність розуміється як здатність людини, як представника певної статі, ефективно функціонувати в сфері міжгрупової і міжособистісної взаємодії.

До складу гендерної компетентності входять: 1) знання про існуючі ситуації гендерної нерівності, фактори і умови, що їх викликають; 2) вміння помічати і адекватно оцінювати ситуації гендерної нерівності в різних сферах життєдіяльності; 3) здатність не проявляти у своїй поведінці гендерно дискримінаційних практик; 4) здатність вирішувати свої гендерні проблеми і конфлікти, якщо вони виникають, самостійно і конструктивно [17].

Формування гендерної компетентності – це цілеспрямована діяльність, в результаті якої людина набуває компетентності у ситуаціях з вираженою гендерною складовою. Іншими словами – це рух у напрямку від гендерної некомпетентності до компетентності, тобто придбання та освоєння гендерних знань, умінь і способів гендерно коректної поведінки [13].

Формування гендерної компетентності відбувається в процесі гендерного виховання [7].

Гендерне виховання ми розглядаємо в двох аспектах: як систематичний вплив на особистість з метою забезпечення рівних прав і можливостей чоловіків і жінок у різних сферах суспільного життя, дотримання прийнятих у суспільстві гендерних норм і стереотипів; та цілеспрямований процес, що характеризує не тільки міжособистісне спілкування осіб різної статі та взаємодію в сім'ї, але й визначає їхні соціальні відносини в основних інститутах суспільства.

Цілі гендерного виховання відображаються у його змістовому компоненті, суть якого становлять ідеї демократичного розвитку суспільства та гендерної рівності, цінності кожної особистості та її самореалізації, незалежно від того, до якої статі вона належить.

На думку дослідниці з гендерної проблематики С.Т. Вихор, «завданнями гендерного виховання є: реалізація гендерного підходу в усіх ланках навчально-виховного процесу; усвідомлення проблем гендерного паритету; оволодіння певним обсягом знань про упередження щодо кожної статі та їх усвідомлення; пом'якшення стереотипів щодо сімейних, професійних та суспільних ролей та корекція уявлень про норми маскуліності/фемінінності; збагачення емоційного світу, створення умов для розвитку індивідуальних здібностей з метою самореалізації особистості; накопичення та формування досвіду егалітарної поведінки. Засобом впровадження гендерного виховання в навчально-виховну діяльність школи є включення в освітній процес гендерної складової та застосування особистісно зорієнтованого підходу у взаємодії вчителів та учнів» [7, с. 35].

На сьогодні накопичено достатньо даних щодо концепції гендерного виховання і розвитку гендерної толерантності старшокласників, однак, на наш погляд, поряд з індивідуалізацією, має відбуватися і *диференціація корекційно-розвиткових впливів на особистість*, оскільки науково доведено, що дівчата дещо інакше реагують на стресові навантаження, ніж хлопці [23].

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОКАЗНИКІВ СТАТЕВО-РОЛЬОВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ГІМНАЗИСТОК

2.1. Методика діагностичного дослідження.

Емпіричне дослідження проводилось на базі Криворізької гімназії № 69 Криворізької міської ради під час проходження виробничої діагностично-психокорекційної практики (23.01.2023 – 05.03.2023). Всього у дослідженні взяли участь 23 учениці 10-11 класів віком від 15 до 17 років.

Діагностичний комплекс включав такі **методики**: «Запитальник С. Бем», «Методику діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі у модифікації Л.М. Собчик», «Семантичний особистісний диференціал Ч. Осгуда», модифікований до потреб і контексту дослідження.

Запитальник Сандри Бем. Методика була запропонована для діагностики психологічної статі і визначає ступінь андрогінності, маскулінності та фемінінності особистості.

Гендерна ідентичність (усвідомлення своєї статі) означає, якою мірою почувають себе представники тієї чи іншої статі чоловіками або жінками, переживання ними своєї маскулінності - фемінінності. Це єдність самосвідомості і поведінки індивіда, який відносить себе до певної статі і орієнтується на вимоги відповідної статевої ролі. Усвідомлення індивідом своєї гендерної ідентичності припускає певне відношення до неї – статево-рольову орієнтацію і статево-рольові переваги [4].

С. Бем розглядає маскулінність і фемінінність як незалежні, ортогональні виміри особистості. Вона вказала на те, що мужність і жіночність не протиставлені одне одному, а особистість може володіти одночасно і мужніми, і жіночними рисами; і взагалі вважає, що особистості навіть бажано бути андрогінною, тобто увібрати в себе краще з обох статевоїх ролей [18].

Запитальник містить 60 тверджень (якостей), на кожне з яких респондент відповідає "так або ні", оцінюючи тим самим наявність або відсутність у себе названих якостей. Опитувальник можна застосовувати і у формі експертного рейтингу. У такому разі оцінка респондента за представленими якостями здійснюється компетентними суддями – людьми, що добре його знають (друзі, батьки, чоловік, дружина та ін.).

За кожен збіг відповіді з ключем нараховується один бал. Потім визначаються показники фемінінності (F) і маскуліності (M) відповідно до наступних формул. $F = (\text{сума балів по фемінінності}) : 20$; $M = (\text{сума балів по маскуліності}) : 20$.

Основний індекс IS визначається як:

$$IS = (F - M) \times 2,322$$

Інтерпретація. Якщо величина індексу IS знаходиться в діапазоні від -1 до 1, то роблять висновок про андрогінність особистості.

Якщо індекс менше -1 ($IS < -1$), то переважає маскуліність, а якщо індекс більше 1 ($IS > 1$) - фемінінність.

При цьому за випадку, коли $IS < -2,025$ говорять про яскраво виражену маскуліність, а якщо $IS > 2,025$ - говорять про яскраво виражену фемінінність.

Відповідно до існуючих уявлень індивід не обов'язково є носієм чітко вираженої психологічної маскуліності або фемінінності. У особистості можуть бути на паритетних началах представлені риси як маскуліного, так і фемініного типів. При цьому передбачається, що у андрогіна ці риси представлені гармонійно і взаємодоповнююче. Вважається, що така гармонійна інтеграція маскуліних і фемініних рис підвищує адаптивні можливості андрогінного типу. При цьому м'якість, стійкість в соціальних контактах і відсутність різко виражених домінантно-агресивних тенденцій в спілкуванні ніяк не пов'язані зі зниженням упевненості в собі, а навпаки проявляються на тлі збереження високої самоповаги, упевненості в собі і самоприйняття. Все це відповідає ранньому юнацькому віку [18].

Метод діагностики міжособистісних відносин Л.М. Собчик (ДМВ)

дозволяє провести більш поглиблену діагностику тих характеристик особистості, що стосуються міжособистісних відносин. Ми включили дану методику в наше дослідження, враховуючи, що в ранньому юнацькому віці спілкування набуває вирішального значення для розвитку особистості. ДМВ - зручний опитувальник, у якому короткі характеристики відображають індивідуальний стиль спілкування конкретної особи з оточуючими.

Основою для створення методики став тест Т. Лірі, послідовника ідей Г.С. Саллівена. Опираючись на своєму вчителю, Зигмунду Фрейдю, який виводить властивості особистості, в основному, з проблем раннього дитинства в контексті неусвідомлених еротичних переживань, Саллівен розумів формування особистості як процес, у якому найважливішу роль відіграє думка значимих (референтних) для даного індивіда осіб, під впливом яких відбувається його персоніфікація, тобто формування особистості ідентифікація зі значимими іншими. У процесі взаємодії з оточенням особистість проявляється в певному стилі міжособистісної поведінки. Реалізуючи потребу в спілкуванні і здійсненні своїх бажань, людина погоджує свою поведінку з оцінками значимих інших на рівні усвідомленого самоконтролю, а також (не усвідомлено) із символікою ідентифікації. Ґрунтуючись на даній концепції, американський психолог Тімоті Лірі систематизував свої емпіричні спостереження у вигляді 16 варіантів міжособистісної взаємодії і використовував свою методику здебільшого в умовах клініки. Для використання в інших умовах та адаптації до потреб практичного психолога тест модифіковано Людмилою Миколаївною Собчик [20] (див. Додаток А).

Типи можливих відносин:

1 - Авторитарний	3 - Агресивний	5 - Покірливий	7 - Доброзичливий
2 - Егоїстичний	4 - Підозрілий	6 - Залежний	8 - Альтруїстичний

За спеціальними формулами ми визначали показники за основними чинниками: *домінуванням та дружелюбністю*.

$$\text{Домінування} = (I - V) + 0,7 \times (VIII + II - IV - VI)$$

$$\text{Дружелюбність} = (VII - III) + 0,7 \times (VIII - II - IV + VI).$$

Метод особистісних семантичних диференціалів Ч. Осгуда.

Методологічною основою дослідження гендерних стереотипів є концепція психосемантичного вивчення свідомості. У завдання психосемантики входить реконструкція індивідуальної системи значень, через призму якої відбувається сприйняття суб'єктом світу, інших, самого себе.

Під психологічною структурою значень розуміють систему співвіднесення і протиставлення слів у процесі їхнього вживання в мовній і пізнавальній діяльності [15]. У системі уявлень кожної людини є специфічні, властиві тільки їй складові, обумовлені її індивідуальним досвідом. Наприклад, образи «ідеального чоловіка або дружини», «справжньої жінки або справжнього чоловіка», формуються завдяки власному досвіду, що завжди унікальний, і зумовлюють формування критеріїв, «мірок», з якими індивід підходить до оцінки себе та інших.

У даному дослідженні ми розглядаємо таку детермінанту індивідуальної свідомості суб'єкта, як гендерна приналежність (сукупність вимог, приписувань, норм, відмінних рис, що характеризують юнаків і дівчат).

У якості діагностичного інструментарію ми використали «Семантичний особистісний диференціал Ч. Осгуда», модифікований до контексту і потреб нашого дослідження. Шляхом контент-аналізу ми обрали десять критеріїв-характеристик, що імпліцитно належать до образу андрогінної особистості і запропонували гімназисткам віднести їх до образу ідеального юнака або ідеальної дівчини. Серед цих характеристик: загальна привабливість; сила особистості; емоційність, соціальний статус; залежність; емпатійність; сучасність; фемінінність; маскуліність; андрогінність.

2.2 Аналіз результатів емпіричної діагностики.

Запитальник С. Бем.

Нижче наведено кількісні показники розподілу гімназисток за рівнями гендерної ідентичності, отримані за допомогою запитальника С. Бем (Таблиця 2.2.1). Таблицю складено на основі первинних емпіричних даних.

Таблиця 2.2.1

Розподіл гімназисток за показниками гендерної ідентичності

Стать – жіноча, вік 15-17 років, n = 23					
М		F		А	
к-ть	%	к-ть	%	к-ть	%
3	13,04	16	69,56	4	17,4

*М** - Маскулінність; *F** - фемінність; *А** - андрогінність

Аналізуючи результати таблиці 2.2.1 можна відзначити, що більшість дівчат є фемінінними - 16 осіб, що складає 69,56 % вибірки; маскулінними виявилися 3 дівчини - 13,04 %; андрогінними - 4 дівчини – 17,4 %.

Інтерпретуючи отримані дані можна зробити висновок, що більшість дівчат усвідомлюють і поводять себе як типові жінки: вони є поступливими, м'якими, чутливими, сором'язливими, ніжними, щирими, співчутливими та ін.

Особистісний семантичний диференціал Ч. Осгуда

Наступною методикою, яку ми використали у якості діагностичного інструментарію, був метод особистісних семантичних диференціалів, модифікований до контексту і потреб нашого дослідження, що дозволив нам отримати такі результати: ідеальному образу юнака відповідають наступні середні показники в групі дівчат за 10-ма наведеним нижче факторами (див. Рис. 2.2.1).

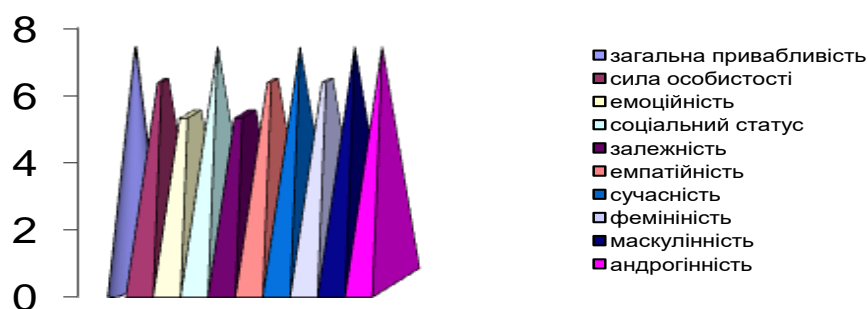


Рис. 2.2.1. Ідеальний образ юнака за відповідями гімназисток.

Ідеальному образу дівчини відповідають такі середні показники (див. Рис. 2.2.2):

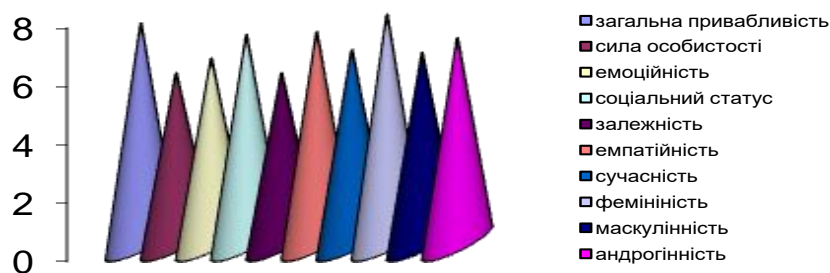


Рис. 2.4. Ідеальний образ дівчини за відповідями гімназисток.

У цілому в емпіричній вибірці стереотипний **образ ідеального юнака** за поданими факторами було визначено так:

Таблиця 2.2.2

Загальна привабливість	64,4%
Сила особистості	88,0%
Емоційність	53,0%
Соціальний статус	87,0%
Залежність	31,0%
Емпатійність	62,3%
Сучасність	69,5%
Фемінінність	28,2%
Маскулінність	97,7%
Андрогінність	59,5%

Образ ідеальної дівчини характеризувався так:

Таблиця 2.2.3

Загальна привабливість	82,7%
Сила особистості	48,0%
Емоційність	63,1%
Соціальний статус	57,0%
Залежність	61,2%
Емпатійність	83,0%
Сучасність	66,5%
Фемінінність	88,2%
Маскулінність	47,7%
Андрогінність	76,5%

Аналіз даних табл. 2.2.2 і 2.2.3 показав, що провідними критеріями справжнього юнака, на думку старшокласниць, є маскулінність, сила особистості, соціальний статус, сучасність, загальна привабливість. Різниця між фемінінними і маскулінними якостями висока. Ідеальна дівчина, на думку респонденток, повинна бути фемінінною, загально привабливою, емпатійною, андрогінною та емоційною. Різниця між фемінінними і маскулінними якостями менш значна.

Узагальнення емпіричного матеріалу показало, що у досліджуваних дівчат значно переважають фемінінні якості. Вірогідно, що така ієрархізована, жорстка, стала структура гендерної ідентичності негативно впливатиме на процес подальшої соціалізації особистості через обмеження репертуару еталонних соціальних ролей типово жіночими, що може спровокувати гострі гендерні конфлікти у різних сферах життєдіяльності.

Цікаво те, що 11 (47,83%) дівчат прагнуть бути схожими на ідеальних чоловіків. Гіпотез, що пояснюють такі уподобання, на наш погляд, декілька: перша – висока цінність для дівчат маскулінних якостей, що ми пов'язуємо із сучасними тенденціями розвитку суспільства; друга – фемінізація образу ідеального чоловіка, що також набуває актуальності у сучасному українському соціокультурному та матеріально-виробничому середовищі.

Гімназистки, які виявляють тенденцією до фемінінності схильні до інтроверсії, мають обмежене коло контактів, уникають брати на себе відповідальність за прийняття рішень, обережні при встановленні близьких

стосунків. Гімназистки з тенденцією до маскулінності, навпаки, демонструють екстраверсію, легко вступають у контакт, товаристські, мають середній рівень контролю, ініціативні, відповідальні, схильні встановлювати близькі стосунки.

У цілому, оволодіння дівчатами інструментальними якостями розширює діапазон їхньої поведінки і позитивно впливає на здатність до адаптації у сучасному динамічному світі і, зокрема, в кризовому українському суспільстві воєнного часу.

Методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі в модифікації Л.М. Собчик (ДМВ).

Нижче наведено кількісні показники розподілу гімназисток за переважаючими типами відносин, отримані за допомогою методики ДМВ (Таблиця 2.2.4). Таблицю складено на основі первинних емпіричних даних.

Таблиця 2.2.4

Результати діагностики за методикою ДМВ (Л.М. Собчик)

Респондентки	Типи відносин (стосунків)								Результат	Основні фактори	
	1	2	3	4	5	6	7	8		Домінування	дружелюбність
1.	0	3	0	1	2	4	2	2	залежний	-1	2,4
2.	1	0	0	2	1	2	4	3	доброзичливий	-1,4	2,6
3.	2	2	1	1	1	1	4	3	доброзичливий	-2,2	2,4
4.	1	0	2	1	2	1	4	2	доброзичливий	-0,1	1,9
5.	1	0	0	2	1	2	4	3	доброзичливий	-1,4	2,6
6.	4	1	2	2	0	2	2	3	авторитарний	1,1	-0,5
7.	1	2	2	1	1	2	4	3	доброзичливий	0,4	1,5
8.	2	1	1	2	1	1	3	4	альтруїстичний	-2,7	1,5
9.	2	2		1	1	2	4	2	доброзичливий	-0,6	0,4
10.	0	2	1	1	3	2	2	2	покірливий	-1,7	-1,9
11.	1	3	1	2	1	1	4	3	доброзичливий	-2,4	0,6
12.	4	1	2	2	0	2	2	3	авторитарний	1,1	-0,5
13.	1	1	2	0	1	0	3	4	альтруїстичний	-1,5	0,5
14.	2	2		1	1	2	4	2	доброзичливий	-0,6	0,4
15.	0	2	1	1	3	2	2	2	покірливий	-1,7	-1,9

16.	0	3	0	1	2	4	2	2	залежний	-1	2,4
17.	2	1	1	1	1	2	4	2	доброзичливий	-1,2	2,1
18.	2	1	1	2	1	1	3	4	альтруїстичний	-2,7	1,5
19.	1	0	2	1	2	1	4	2	доброзичливий	-0,1	1,9
20.	1	2	2	1	4	1	3	2	покірливий	1,9	-1,1
21.	2	1	1	2	1	1	3	4	альтруїстичний	-2,7	1,5
22.	1	2	2	1	1	2	4	3	доброзичливий	0,4	1,5
23.	4	1	2	2	0	2	2	3	авторитарний	1,1	-0,5

Проаналізуємо дані таблиці 2.2.4. По-перше, переважаючим типом відносин серед опитаних є доброзичливий – 11 осіб (47,83%). Авторитарний тип ставлення спостерігається у 3-х дівчат (13,04%) покірливий – також у 3-х осіб (13,04%); альтруїстичний мають 4 особи (17,39%); залежний тип стосунків притаманний 2 гімназисткам (8,7%).

В емпіричній вибірці не виявлено егоїстичного, підозрілого і агресивного типів взаємодії, що свідчить про, в цілому, сприятливий мікроклімат в учнівському колективі, однак достатньо високі показники авторитарного і покірливого типів ставлення говорять про високу ймовірність міжособистісних конфліктів через прагнення окремих гімназисток до домінування і силових тактик взаємодії, а інших – до демонстрації віктимної поведінки і нехтування власними інтересами та потребами.

Цікавим виявився той факт, що авторитарний тип ставлення діагностовано саме у тих 3-х дівчат, у яких було виявлено маскулінні риси за результатами запитальника С. Бем, що гіпотетично можна пояснити порушеннями гендерної ідентичності і наявністю внутрішньо-особистісного статево-рольового конфлікту. Ці дівчата потребують, на нашу думку, індивідуальної психокорекційної, а можливо навіть і психотерапевтичної роботи, з усіма іншими слід провести групові корекційні заняття з метою гармонізації міжособистісної взаємодії на засадах толерантності, паритетності, взаємоповаги і співробітництва.

2.3. Програма тренінгу гендерної толерантності для дівчат раннього юнацького віку.

Узагальнення емпіричного матеріалу показало, що у досліджуваних дівчат значно переважають фемінінні якості. Вірогідно, що така ієрархізована, жорстка, стала структура гендерної ідентичності негативно впливатиме на процес подальшої соціалізації особистості через обмеження репертуару еталонних соціальних ролей типово жіночими, що може спровокувати гострі гендерні конфлікти у різних сферах життєдіяльності.

З метою гармонізації статево-рольового самовизначення гімназисток ми вирішили розробити програму тренінгу гендерної толерантності, що базується на засадах компетентності, паритетності, взаємоповаги і співробітництва. Концепція тренінгу була частково запозичена у Ірини Германівни Малкіної-Пих [23], але ми суттєво змінили зміст та процедуру проведення групових корекційних занять відповідно до умов, режиму навчання і запитів старшокласниць.

Гендерна толерантність - неупереджене ставлення до представників іншої статі, неприпустимість апріорного приписування людині недоліків, нібито властивих її статі, свобода від ідей про перевагу однієї статі над іншою. Екстремістський прояв гендерної інтолерантності являє собою сексизм – індивідуальну або групову поведінку, що дискримінує жінок, обмежує їх право на повноцінну участь у професійній діяльності та суспільному житті, яке ґрунтується на уявленні про те, що за особистісними характеристиками чоловіки перевершують жінок [4, 23, 29].

Толерантність передбачає готовність прийняти інших такими, які вони є, і взаємодіяти з ними на основі згоди. У першу чергу вона передбачає взаємність і активну позицію всіх зацікавлених сторін. Толерантність є важливим компонентом життєвої позиції зрілої особистості, яка має свої цінності та інтереси і одночасно з повагою ставиться до позицій і цінностей інших людей.

Поза сумнівом, проблема толерантності та інтолерантності вкрай актуальна і прямо пов'язана з насильством, яким переповнене сучасне українське суспільство.

Крім насильства в міждержавних відносинах в сучасному світі як і раніше широко поширене насильство «приватне», майже непомітне, - в безпосередній міжособистісній взаємодії і спілкуванні [22].

Будь-яке насильство, в якій би формі воно не проявлялося, якими б раціональними міркуваннями не виправдовувалося, завжди чинить руйнівний вплив на людину.

У зв'язку з цим одним з головних завдань запропонованої тренінгової роботи є здійснити перехід до ненасильницьких відносин, заснованих на принципах кооперації, взаємної поваги, розуміння і терпимості.

Програма тренінгу гендерної толерантності спрямована на розвиток умінь керувати своєю поведінкою, емоціями, спілкуванням і включає когнітивний (поінформованість щодо питань гендерної толерантності, підвищення психологічної культури і гендерної компетентності), емоційно-вольовий (удосконалення комунікативних навичок толерантної взаємодії, оволодіння емоційної саморегуляцією в процесі спілкування і діяльності) і поведінковий (відпрацювання і закріплення паттернів конструктивної асертивної і толерантної поведінки) компоненти.

Окремі вправи для даного тренінгу запозичені з робіт О.М. Кікінеджи та О.Б. Кізь [17], С.Д. Щеколдіної [29] та Т.С. Яценко [30].

Мета програми - формування гендерної толерантності і гендерної комунікативної компетентності особистості.

Програма спрямована на вирішення таких **завдань**:

- 1) формування навичок ведення позитивного діалогу;
- 2) розвиток здатності до самоаналізу, самопізнання;
- 3) розвиток емоційної стійкості і гнучкості;
- 4) розвиток соціальної сприйнятливості (здатності до емпатії і співпереживання);

- 5) розвиток здатності до рефлексії;
- 6) усвідомлення різноманіття світу і проявів особистості в цьому світі;
- 7) навчання культурі толерантної поведінки в гендерних відносинах;
- 8) розвиток почуття власної гідності і вміння поважати гідність інших людей незалежно від індивідуальних (гендерних) особливостей;
- 9) підвищення соціально-психологічної компетентності.

Програма містить 12 занять тривалістю 1,5 год., які варто проводити один раз на тиждень. На кожному занятті слід організувати роботу учасниць тренінгу в парах, трійках і мікрогрупах по 4-6 осіб, в командах по 8-12 осіб.

Наведемо зміст першого тренінгового заняття.

Заняття 1. Толерантність та інтолерантність.

Мета: ознайомити з поняттями «толерантність» та «інтолерантність».

Вступ (знайомство). Психолог пропонує учасницям назвати себе так, як би їм хотілося, щоб їх називали в групі (можна використовувати псевдонім). Учасниці сидять у колі, у кожної - бейдж (картка з ім'ям). Першим представляється психолог. Кожна наступна учасниця називає по черзі імена всіх, хто представилися до неї. Учасниці, якв замикає коло, належить назвати імена всіх дівчат, присутніх на тренінгу.

Прийняття норм і правил роботи групи. Психолог пропонує обговорити наступні питання: Яка поведінка інших людей заважає, а яка сприяє вільному висловлюванню? Чи залежить це від статі іншої людини? Якщо так, то яким чином? В результаті обговорення учасниці групи приходять до висновку, що необхідні певні правила, яких слід дотримуватися в групі.

Можна розглянути наступні правила роботи групи:

- щирість у спілкуванні - відкрите вираження почуттів по відношенню до дій інших учасниць і до самої себе, коли ніхто не ображається на висловлювання інших;

- визначення сильних сторін особистості: під час занять кожна учасниця тренінгу прагне підкреслити позитивні якості іншої учасниці, з якою працює разом ;
- активну участь у роботі групи: прагнення спілкуватися з усіма членами групи незалежно від симпатій, не замикатися в собі, навіть коли доводиться дізнаватися про себе щось неприємне;
- повагу до мовця: коли висловлюється хтось з учасниць групи, всі її уважно слухають, дають можливість сказати те, що вона хоче, або не перебивають доти, поки вона не закінчить, і лише після цього ставлять питання, дякують їй або сперечаються з нею.

Приклад правил:

- у всіх учасниць групи є картка з ім'ям, ми звертаємося одне до одної за іменами;
- конфіденційність: не говорити про особистий досвід інших учасниць поза межами групи;
- ставитися одна до одної відкрито і доброзичливо.

Вправи, спрямовані на розвиток гендерної толерантності.

Психолог розповідає учасницям про те, що таке толерантність та інтолерантність.

У науковій літературі **толерантність** розглядається, насамперед, як повага і визнання рівності, відмова від домінування і насильства, визнання різноманіття людських культур, норм, вірувань і відмова від зведення цього різноманіття до об'єднання або до переваги якоїсь однієї точки зору. Толерантність передбачає готовність прийняти інших такими, які вони є, і взаємодіяти з ними на основі консенсусу.

Толерантність не повинна зводитися до індиферентності, конформізму, придушення власних інтересів. У першу чергу вона передбачає взаємність і активну позицію всіх зацікавлених сторін. Толерантність є важливим компонентом життєвої позиції зрілої особистості, яка має свої цінності та інтереси і готова, якщо буде потрібно, їх захищати, але одночасно з повагою

вставиться до позицій і цінностей інших людей.

Інтолерантність – це неприйняття іншої людини, неготовність до співіснування з іншими (несхожими на нас) людьми; інтолерантність проявляється через деструктивну, конфліктну, агресивну поведінку.

Декларація принципів толерантності затверджена резолюцією 5.61 Генеральної конференції ЮНЕСКО від 16 листопада 1995 р., щорічно 16 листопада відзначається Міжнародний день толерантності.

Психолог ділить учасниць на мікрогрупи по 3-4 особи в кожній. Їм належить сформулювати своє визначення гендерної толерантності, включаючи в нього те, що, на їх думку, є сутністю даного поняття. Визначення має бути коротким. Після обговорення представниця кожної групи знайомить з дефініцією всіх учасниць тренінгу. Психолог знайомить учасників з існуючими визначеннями, після того як групи представляють свої формулювання. У процесі обговорення учасниці мають можливість висловити своє ставлення до різних формулювань.

Вправа 1. Учасниці тренінгу розбиваються на мікрогрупи по 3-4 особи. Кожна мікрогрупа отримує одне з визначень толерантності і намагається зобразити його за допомогою пантоміми таким чином, щоб інші учасниці здогадалися, про яке визначенні йдеться. Потім учасниці тренінгу обговорюють, яка пантоміма виявилася найбільш вдалою.

Вправа 2. Кожна учасниця групи малює емблему толерантності.

Після ознайомлення з результатами творчості всіх учасниць групи, дівчата розбиваються на підгрупи на основі подібності між малюнками, пояснюючи, що спільного в цих малюнках, і висуваючи гасло, яке би відбивало сутність емблем.

Психолог може використовувати такі визначення толерантності, пов'язані з різними мовами народів світу:

- *tolerance* (англ.) - готовність бути терпимою, поблажливою;
- *to tolerate* (англ.) - бути терпимою, переносити існування різних думок без їх дискримінації;

- *tolerance* (фр.) - переконаність у тому, що інші можуть думати і діяти в манері, відмінній від нашої власної;
- *tolerancia* (ісп.) - здатність приймати ідеї або думки, відмінні від власних;
- *kuan rong* (кит.) - приймати інших такими, які вони є, і бути великодушною по відношенню до інших;
- *tasatul* (араб.) - поблажливість, милосердя, всепрощення, вміння приймати інших такими, які вони є, і прощати;
- *толерантність, терпимість* (рос.) - вміння терпіти (вистримувати, виносити, миритися з чим-небудь), приймати, визнавати існування кого-небудь, примиряти, приводити у відповідність з самою собою по відношенню до кого-небудь (чого-небудь), бути поблажливою до чого-небудь (кого-небудь).

У процесі дискусії слід звернути увагу на багатогранність поняття «толерантність» й актуальність даної теми:

1. Яке визначення є найбільш вдалим для гендерної толерантності?
2. Чи можна дати одне визначення поняттю «гендерна толерантність»?
3. Що відрізняє і об'єднує запропоновані визначення толерантності?

Завершення заняття. Рефлексія.

Для продуктивної роботи необхідно, щоб учасниці групи поділилися своїми враженнями, думками, які з'явилися під час заняття або після нього. Які питання існують до учасниць групи та / або до психолога? Чи все зрозуміло в правилах, які прийняла група? Чи є пропозиції щодо їх зміни або доповнення новими?

Зміст занять №№2-12 подано у Додатку Б.

ВИСНОВКИ

Основними напрямками психічного розвитку в юнацькому віці є набуття почуття особистісної самовизначеності, цілісності (ідентичності); професійне самовизначення, самостійне обрання життєвої платформи, цілей та професії; розвиток ціннісно-світоглядних орієнтацій, самостійності, відповідальності, рефлексивної самосвідомості, самоцінності, самоповаги; формування психосексуальної і статево-рольової ідентичності, тобто усвідомлення власної причетності до представників певної статі; вироблення індивідуального стилю розумової діяльності, розвиток та удосконалення розумових здібностей на основі диференціації інтересів та орієнтації на майбутню професію.

У процесі статево-рольової ідентифікації юних дівчат можуть виникати гендерно-рольові дисгармонії, до яких відносять гендерні конфлікти, гендерно-рольовий інфантилізм та гендерно-рольову недостатність.

Одним із дієвих засобів попередження статево-рольових дисгармоній є розвиток гендерної толерантності та гендерної компетентності особистості. Під гендерною компетентністю ми розуміємо здатність людини, як представника певної статі, ефективно функціонувати в сфері міжгрупової і міжособистісної взаємодії, а під гендерною толерантністю – неупереджене ставлення до представників іншої статі, неприпустимість апріорного приписування людині недоліків, нібито властивих її статі, свободу від ідей про перевагу однієї статі над іншою.

Метою емпіричного розділу нашої роботи було визначення типу статево-рольової (гендерної) ідентичності дівчат раннього юнацького віку. Емпіричне дослідження проводилось на базі Криворізької гімназії № 69 Криворізької міської ради під час проходження виробничої діагностико-психокорекційної практики (23.01.2023 – 05.03.2023). Всього у дослідженні взяли участь 23 учениці 10-11 класів віком від 15 до 17 років.

Діагностичний комплекс включав такі **методики**: «Запитальник С. Бем», «Методику діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі у модифікації Л.М. Собчик», «Семантичний особистісний диференціал Ч. Осгуда», модифікований до потреб і контексту дослідження.

Узагальнення емпіричних даних дозволило зробити наступні висновки:

1) більшість опитаних дівчат є фемінінними – 16 осіб (69,56%); маскулінінними виявилися 3 дівчини (13,04%); андрогінними – 4 дівчини (17,4%). Тобто більшість гімназисток усвідомлюють і поводять себе як типові жінки: вони є поступливими, м'якими, чутливими, сором'язливими, ніжними, щирими, співчутливими та ін. Вірогідно, що така ієрархізована, жорстка, стала структура гендерної ідентичності негативно впливатиме на процес подальшої соціалізації особистості через обмеження репертуару еталонних соціальних ролей типowo жіночими, що може спровокувати гострі гендерні конфлікти у різних сферах життєдіяльності;

2) 11 (47,83%) дівчат прагнуть бути схожими на ідеальних чоловіків. Гіпотез, що пояснюють такі уподобання, на наш погляд, декілька: перша – висока цінність для дівчат маскулінінних якостей, що ми пов'язуємо із сучасними тенденціями розвитку суспільства; друга – фемінізація образу ідеального чоловіка, що також набуває актуальності у сучасному українському соціокультурному та матеріально-виробничому середовищі.

У цілому, оволодіння дівчатами інструментальними якостями розширює діапазон їхньої поведінки і позитивно впливає на здатність до адаптації у сучасному динамічному світі і, зокрема, в кризовому українському суспільстві воєнного часу;

3) переважаючим типом відносин серед опитаних є доброзичливий – 11 осіб (47,83%). Авторитарний тип ставлення спостерігається у 3-х дівчат (13,04%) покірливий – також у 3-х осіб (13,04%); альтруїстичний мають 4 особи (17,39%); залежний тип стосунків притаманний 2 гімназисткам (8,7%).

В емпіричній вибірці не виявлено егоїстичного, підозрілого і агресивного типів взаємодії, що свідчить про, в цілому, сприятливий

мікроклімат в учнівському колективі, однак достатньо високі показники авторитарного і покірливого типів ставлення говорять про високу ймовірність міжособистісних конфліктів через прагнення окремих гімназисток до домінування і силових тактик взаємодії, а інших – до демонстрації віктимної поведінки і нехтування власними інтересами та потребами.

Цікавим виявився той факт, що авторитарний тип ставлення діагностовано саме у тих 3-х дівчат, у яких було виявлено маскулітні риси за результатами запитальника С. Бем, що гіпотетично можна пояснити порушеннями гендерної ідентичності і наявністю внутрішньо-особистісного статево-рольового конфлікту. Ці дівчата потребують, на нашу думку, не тільки групової, а й індивідуальної психокорекційної роботи.

З метою гармонізації статево-рольового самовизначення гімназисток було розроблено програму тренінгу гендерної толерантності, що базується на засадах компетентності, паритетності, взаємоповаги і співробітництва.

Програма містить 12 занять тривалістю 1,5 год., які варто проводити один раз на тиждень. На кожному занятті слід організувати роботу учасниць тренінгу в парах, трійках і мікрогрупах по 4-6 осіб, в командах по 8-12 осіб.

Програма тренінгу спрямована на розвиток уміння керувати своєю поведінкою, емоціями, спілкуванням і включає когнітивний (поінформованість щодо питань гендерної толерантності, підвищення психологічної культури і гендерної компетентності), емоційно-вольовий (удосконалення комунікативних навичок толерантної взаємодії, оволодіння емоційної саморегуляцією в процесі спілкування і діяльності) і поведінковий (відпрацювання і закріплення паттернів конструктивної асертивної і толерантної поведінки) компоненти.

Тренінг може бути рекомендований до застосування в роботі психологів закладів освіти різного типу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Ayman R., Korabik K. Leadership : Why gender and culture matter. *American Psychologist*. 2010. Vol. 65 (3). P. 157–170.
2. Barnett R. C. (2004). Women and multiple roles: Myths and reality. *Harvard Review of Psychiatry*, 12, 158–164.
3. Gallahan L.B. Research and conceptual approaches to the understanding of gender. *Issues in the Psychology of Women*. New York, 2000. №5. P. 33-52.
4. Бендас Т.В. Гендерная психология: учебное пособие. СПб. Питер, 2007. 432 с.
5. Бех І.Д. Виховання особистості: навчально-метод. видання. У 2-х книгах. Кн. 2: Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади. Київ: Либідь, 2003. 344 с.
6. Богдан Ж., Мовчан Я. Гендерна психологія : навчально-методичний посібник для здобувачів другої (магістерської) вищої освіти за спеціальністю 053 Психологія. Харків : Друкарня Мадрид, 2021. 155 с.
7. Вихор С. Т. Гендерне виховання учнів старшого підліткового та раннього юнацького віку: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07. Тернопіль, 2006. 264 с.
8. Воронина О., Клименкова Т. Гендер и культура. Феминизм и гендерные исследования. Хрестоматия. Тверь : ТГУ, 1999. С. 53-61.
9. Гендерні стереотипи та ставлення громадськості до гендерних проблем в українському суспільстві за ред. Ю.І. Саєнка. Київ : ВАІТЕ, 2007. 143 с.
10. Говорун Т.В., Кікінежді О.М., Кравець В.П. Психологія статі. Гендерний та психосексуальний розвиток людини. Тернопіль: ТДПУ, 2001. 48 с.

11. Горноста́й П.П. Личностные характеристики ролевого поведения. *Вестник Харьковского государственного университета*, 1999. № 439. С. 18-21.
12. Гуменюк О. Психологія Я-концепції. ВЦ ТНЕУ : Економічна думка, 2002. 186 с.
13. Гендерні дослідження : прикладні аспекти : монографія / за наук. ред. В.П. Кравця. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2013. 448 с.
14. Данильченко Т.В. Особливості гендерної ідентичності у студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Чернігів, 2012. Вип. 103. С. 90-94.
15. Засекіна Л., Засекін С. Психолінгвістична діагностика. Луцьк: Вежа, 2008. 188 с.
16. Ільїна Н.М. Клінічна психологія: навчальний посібник. Суми: Університетська книга, 2020. 163 с.
17. Кікінежді О.М., Кізь О.Б. Формування гендерної культури молоді: метод. матеріали до тренінг. прогр. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 9. С. 12–18.
18. Клецина И.С. Практикум по гендерной психологии / Под ред. И.С. Клециной. СПб.: Питер, 2003. 479 с.
19. Кравець В. П. Гендерна педагогіка. Тернопіль, 2005. 338 с.
20. Лемак М.В., Петрище Ю.В. Психологу для роботи: діагностичні методики. Метод. видання. Ужгород: Видавництво А. Гаркуші. 2012. 616 с.
21. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: Навч. посібник.К.: Вища школа, 2000. 479 с.
22. Маковецький А.М., Камбур А.В. Понятійно-категоріальний апарат соціології. Чернівці: Рута, 2007. 77 с.
23. Малкина-Пых И.Г. Гендерная терапия. Справочник практического психолога. М.: ЭКСМО, 2006. 552 с.
24. Романова Н.Ф. Суспільство і гендерні стереотипи в сучасних умовах: нові орієнтири. *Гендер: реалії та перспективи в українському*

суспільстві: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. К.: ПЦ «Фоліант», 2003. С.132-133.

25. Ткалич М.Г. Гендерна психологія : навч. посіб. Київ: Академвидав, 2011. 248 с.

26. Чаркіна О.А. Гендерна ідентифікація юнаків та дівчат через призму стереотипів спілкування. *Київський науково-педагогічний вісник*, 2014. №1(01). С. 83-89.

27. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів]. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.

28. Чухим Н. Д. Візія жінки у західній філософській традиції (від античності до модерну). К. : Київський інститут гендерних досліджень, 2006. 192 с.

29. Щеколдина С.Д. Тренинг толерантности. М.: Ось-89, 2004. 80 с.

30. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика: Навч. посіб. К.: Вища школа, 2006. 382 с.

ДОДАТКИ

МЕТОД ДІАГНОСТИКИ МІЖСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН

ІНСТРУКЦІЯ

Перед вами опитувальник, який містить різні характеристики. Варто уважно прочитати кожен й подумати, чи відповідає вона вашому уявленню про себе. Якщо так, то перекресліть хрестиком відповідний порядковий номер характеристики в сітці реєстраційного листа. Якщо ні, то не робіть жодних позначок на реєстраційному листі. Постарайтеся виявити максимальну уважність і відвертість, щоб уникнути повторного обстеження. Отже, яка ви (він/вона) людина?

1. Уміє подобатися
2. Справляє враження на навколишніх
3. Уміє розпоряджатися, наказувати
4. Уміє наполягти на своєму
5. Має почуття достоїнства
6. Незалежний
7. Здатний сам подбати про себе
8. Може виявити байдужність
9. Здатний бути суворим
10. Строгий, але справедливий
11. Може бути щирим
12. Критичний до інших
13. Любить поплакатися
14. Часто сумний
15. Здатний проявляти недовіру
16. Часто розчаровується
17. Здатний бути критичним до себе
18. Здатний визнати свою неправоту
19. Охоче підкоряється
20. Покладливий
21. Вдячний
22. Захоплюється й схильний до наслідування
23. Поважний
24. Шукаючий схвалення
25. Здатний до співробітництва, взаємодопомоги
26. Прагне ужитися з іншими
27. Доброзичливий
28. Уважний і ласкавий
29. Делікатний
30. Підбадьорливий
31. Чуйний до закликів про допомогу
32. Безкорисливий
33. Здатний викликати замилювання
34. Користується в інших повагою
35. Має талант керівника
36. Любить відповідальність
37. Упевнений у собі
38. Самовпевнений і напористий
39. Діловитий, практичний
40. Любить суперничати

41. Стійкий і крутий, там де треба
42. Невблаганний, але безсторонній
43. Дратівливий
44. Відкритий і прямолінійний
45. Не терпить, щоб їм командували
46. Скептичний
47. На нього важко зробити враження
48. Вразливий, педантичний
49. Легко бентежиться
50. Невпевнений у собі
51. Поступливий
52. Скромний
53. Часто вдається до допомоги інших
54. Дуже почитає авторитети
55. Охоче приймає поради
56. Довірливий і прагне радувати інших
57. Завжди люб'язний в обходженні
58. Дорожить думкою навколишніх
59. Товариський
60. Добросердий
61. Добрий, та вселяє впевненість
62. Ніжний і м'якосердий
63. Любить піклуватися про інших
64. Щедрий
65. Любить давати поради
66. Справляє враження значущості
67. Начальственно - наказовий
68. Владний
69. Хвалькуватий
70. Гордовитий і самовдоволений
71. Думає тільки про себе
72. Хитрий
73. Нетерпимий до помилок інших
74. Розважливий
75. Відвертий
76. Часто недружелюбний
77. Озлоблений
78. Скаржник
79. Ревнивий
80. Довго пам'ятає образи
81. Самобичувальний
82. Соромливий
83. Безініціативний
84. Лагідний
85. Залежний, несамостійний
86. Любить підкорятися
87. Надає іншим приймати рішення
88. Легко попадає впросак
89. Легко піддається впливу друзів
90. Готовий довіритися будь-кому
91. Прихильний до усіх
92. Усім симпатизує

93. Прощає всіх
94. Переповнений надмірним співчуттям
95. Великодушний і терпимий до недоліків
96. Прагне допомогти кожному
97. Прагне до успіху
98. Очікує захоплення від кожного
99. Розпоряджається іншими
100. Деспотичний
101. Ставиться до навколишніх з почуттям переваги
102. Марнолюбний
103. Егоїстичний
104. Холодний, черствий
105. Уїдлиий, глузливий
106. Злий, жорстокий
107. Часто злий
108. Байдужий
109. Злопам'ятний
110. Проникнутий духом протиріччя
111. Упертий
112. Недовірливий і підозрілий
113. Боязкий
114. Соромливий
115. Послужливий
116. М'якотілий
117. Майже нікому не заперечує
118. Нав'язливий
119. Любить, щоб його опікували
120. Надмірно довірливий
121. Прагне здобути прихильність кожного
122. З усіма погоджується
123. Завжди з усіма дружелюбний
124. Усіх любить
125. Занадто поблажливий до навколишніх
126. Намагається утішити кожного
127. Піклується про інших
128. Псує людей надмірною добротою

Після того, як випробуваний оцінить себе (або іншого) і заповнить сітку реєстраційного листа, підраховуються бали за 8-ми варіантами міжособистісної взаємодії. Для цього використовується «ключ», за допомогою якого виділяються блоки по 16 номерів, що формують 8 октантів методики. Кількість перекреслених досліджуваним номерів у кожному блоці виноситься на таблицю кількісних результатів відповідно до кожного октанта, що відображає той або інший варіант міжособистісних відносин.

Реєстраційна сітка

ПІБ _____	
Дата _____	Вік _____
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32	
33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64	
65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96	
97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120	
121 122 123 124 125 126 127 128	

Ключ

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32
33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64
65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96
97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120
121 122 123 124 125 126 127 128

Результати

I октант. Владно-Лідуючий тип міжособистісної поведінки у відносинах з навколишніми. Помірні показники (до 8 балів включно) виявляють упевненість у собі, уміння бути гарним наставником і організатором, властивості керівника. При більш високих балах (до 12 балів) — нетерпимість до критики, переоцінка власних можливостей, при балах вище 12 — дидактичний стиль висловлень, імперативна потреба командувати іншими, риси деспотизму.

II октант. Незалежно - домінуючий. Виявляє стиль міжособистісних відносин від упевненого, незалежного, того, який любить суперничати (при помірних показниках у межах 8 балів) до самовдоволеного, нарцистичного. З вираженим почуттям власної переваги над навколишніми (9-12 балів), з тенденцією мати особливу думку відмінну від думки більшості, і займати відособлену позицію в групі — при балах вище 12.

III октант. Прямолинійно-агресивний. Залежно від ступеня виразності показників цей октант виявляє щирість, безпосередність, прямолинійність, наполегливість у досягненні мети (помірні бали) або надмірна завзятість, недружелюбність, нестриманість і запальність (високі бали).

IV октант. Недовірливо-Скептичний стиль міжособистісної поведінки. Для нього характерна реалістичність бази суджень і вчинків, скептицизм і неконформність (до 8 балів), які переростають у вкрай уразливий і недовірливий модус відносин до навколишніх з вираженою схильністю до критицизму, з невдоволенням іншими й підозрілістю (при показниках 12-16 балів).

V октант. Покірно-Сором'язливий. Відображає такі особливості міжособистісних відносин, як скромність, сором'язливість, схильність брати на себе чужі обов'язки. При високих балах — повна покірність. Підвищене почуття провини, самознищення.

VI октант. Залежно-слухняний. При помірних балах — потреба в допомозі й довірі з боку навколишніх, у їхньому визнанні. При високих показниках — понадконформність, повна залежність від думки навколишніх.

VII октант. Співробітничо-Конвенціональний стиль міжособистісних відносин, властивий особам, які прагнуть тісного співробітництва з референтною групою, до дружелюбних відносин з навколишніми. Надмірність ступеня виразності даного стилю проявляється компромісною поведінкою, нестриманістю у виливах своєї дружелюбності стосовно навколишніх, прагнення підкреслити свою причетність до інтересів більшості.

VIII октант. Відповідально-Великодушний варіант міжособистісної поведінки. Проявляється вираженою готовністю допомагати навколишнім. Розвиненим почуттям відповідальності (до 8 балів). Високі бали виявляють м'якосердечність, понадобов'язковість, гіперсоціальність установок, підкреслений альтруїзм.

Перші чотири типи міжособистісних відносин — I, II, III і IV — характеризуються перевагою неконформних тенденцій, з них III, IV — схильністю до конфліктних проявів, а I і II — незалежної думки, завзятістю у відстоюванні власної точки зору, тенденції до лідерства й домінування. Інші чотири октанти — V, VI, VII і VIII — виявляють собою протилежну картину: вони підкоряються, виявляють непевність у собі й конформність (V і VI), схильність до компромісів, конгруентність і відповідальність у контактах з навколишніми (VII і VIII).

ПРОГРАМА ТРЕНІНГУ ГЕНДЕРНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ» для дівчат раннього юнацького віку

ЗАНЯТТЯ 2. ТОЛЕРАНТНА ТА ІНТОЛЕРАНТНА ОСОБИСТІТЬ

Цілі: знайомство з поняттями про толерантну та інтолерантну особистість; розвиток толерантності до «Іншого», до інакшості; усвідомлення соціальних і психологічних особливостей «Іншого».

Тренер може спиратися на такі теоретичні положення, що стосуються відмінності толерантної особистості від інтолерантної. Г. Оллпорт відзначає, що толерантні люди краще знають самих себе, причому не тільки свої переваги, а й недоліки, тому менш задоволені собою. У зв'язку з цим у них вище потенціал саморозвитку. Інтолерантна людина помічає у себе більше переваг, ніж недоліків, тому у всіх проблемах частіше схильна звинувачувати оточуючих. Інтолерантній людині важко жити в злагоді як з самою собою, так і з іншими. Вона побоюється свого соціального оточення і навіть себе, своїх інстинктів, живе з відчуттям постійної загрози. Толерантна людина зазвичай відчувається безпечно. Відсутність загрози або переконаність, що з нею можна впоратися, - важлива умова формування толерантної особистості. Толерантні люди, на відміну від інтолерантних, не перекладають відповідальність на інших і не прагнуть у всьому звинувачувати оточуючих. Інтолерантні люди роблять акцент на відмінностях між «своєю» і «чужою» групами. Вони не можуть ставитися до чогось нейтрально. Толерантна людина, навпаки, визнає світ у його різноманітті і готова вислухати будь-яку точку зору. Толерантна особистість більше орієнтована на себе в роботі, творчому процесі, теоретичних роздумах. У проблемних ситуаціях толерантні люди схильні звинувачувати себе, вони прагнуть до особистої незалежності. Потреба належати до суспільних інститутів у інтолерантних людей виражена значно сильніше, ніж у толерантних. Таким чином, виділяються два шляхи розвитку особистості: толерантний та інтолерантний.

Г. Оллпорт дає узагальнену характеристику толерантної особистості за низкою параметрів:

- орієнтація на себе (толерантна людина більше орієнтована на особистісну незалежність, менше - на соціальні інститути і зовнішні авторитети);
- нежорстка потреба у визначеності (визнає різноманіття, готова вислухати будь-яку точку зору і відчуває менший дискомфорт у стані невизначеності);
- менша прихильність до порядку (толерантна людина меншою мірою орієнтована на соціальний порядок, менш педантична);
- здатність до емпатії (схильність виносити більш адекватні судження про людей);
- прихильність до свободи, демократії (для неї не має великого значення ієрархія в суспільстві);
- самопізнання (толерантна людина добре обізнана про свої переваги і недоліки і не схильна у всіх бідах звинувачувати оточуючих);
- відповідальність (розвинене почуття відповідальності, не перекладає відповідальність на інших);
- захищеність (відчуття безпеки і переконаність у тому, що із загрозою можна впоратися).

Основними психологічними критеріями і показниками толерантності є:

- соціальна активність - готовність до взаємодії в різних соціальних ситуаціях заради досягнення поставлених цілей і вибудовування конструктивних відносин у суспільстві;
- дивергентність поведінки - здатність нестандартно творчо вирішувати звичайні проблеми, завдання (пошук декількох варіантів рішення);

- мобільність поведінки - здатність до швидкої зміни стратегії або тактики з урахуванням обставин, що склалися;
- емпатія - адекватне уявлення про те, що відбувається у внутрішньому світі іншої людини;
- стійкість - сталість соціально-моральних мотивів поведінки в процесі взаємодії з іншими людьми [18, с. 44-46].

Вправа 1. Кожна людина - унікальна особистість. У чомусь вона абсолютно неповторна і поза всякою конкуренцією. І вірити в свою винятковість необхідно кожному. Тренер пропонує учасникам групи подумати над тим, що кожен з них дійсно є «подарунком» для людства. Кожен з учасників аргументує це твердження, наприклад, таким чином: «Я подарунок для людства, тому що я ...».

Тренер узагальнює висловлювання учасників, говорить, що у всіх багато потенційних можливостей, багато того, що робить кожного унікальним, і такого, що об'єднує всіх.

Вправа 2. Ведучий пропонує учасникам групи визначити, що їх об'єднує, незважаючи на безліч відмінностей. Кожен з учасників, відрекомендувавшись кожному новому співрозмовнику, задає питання, що стосуються психологічних характеристик та інтересів, які можуть об'єднувати учасників групи, і записує результат на аркуші паперу. Наприклад: ми обидва добрі, тактовні, приємні в спілкуванні, вирости в релігійній сім'ї, любимо слухати класичну музику, не менше одного разу на місяць буваємо на концерті, в театрі і т.д.

Після того як учасники закінчують перераховувати схожість, група може дійти висновку, що, незважаючи на фізіологічні, біографічні та гендерні відмінності, люди приймають і розуміють інших на основі подібності психологічних характеристик або інтересів, що дозволяє їм бути толерантними по відношенню один до одного

Завдання. Кожен учасник групи письмово перераховує 15 характеристик, властивих толерантній особистості, далі він ставить знак «+» навпроти тих якостей, які, на його думку, у нього сильніше виражені. Кожен учасник знайомить групу з характеристиками толерантної особистості, які записуються на дошці. Підраховується число відповідей по кожній якості; ті якості, що набрали найбільшу кількість балів, є характеристикою толерантної особистості з точки зору даної групи. Учасники отримують можливість порівняти уявлення про себе (якості, відмічені знаком «+») з портретом толерантної особистості, створеним групою. У процесі обговорення учасники визначають якості толерантної та інтолерантності особистості і з'ясовують, яких якостей їм не вистачає для того, щоб вважатися толерантними людьми.

Приклад характеристик толерантної особистості, отриманих в результаті роботи всієї групи:

- терпіння;
- довіра;
- вміння володіти собою;
- поблажливість;
- доброзичливість;
- уміння не засуджувати інших;
- терпимість до відмінностей;
- здатність до співпереживання;
- вміння слухати.

Слід зазначити, що толерантність є більш складною категорією для розуміння і дослідження, ніж інтолерантність. Дійсно, будь-яке толерантне ставлення зобов'язує примиритися з деякими відзнаками, при цьому людина не може морально погоджуватися зі значимими для неї відхиленнями. Якщо вдається примиритися з відзнакою, то необхідно, з одного боку, від чогось відмовитися (наприклад, з бажанням образити, принизити або відторгнути людину), з іншого - зберегти прихильність своїм власним переконанням. Саме ця боротьба між прихильністю власним поглядам і визнанням позиції

і переконань інших визначає толерантність як внутрішньо напружену категорію, складнішу для розуміння, ніж інтолерантність.

Інтолерантність - це неприйняття іншої людини, неготовність до співіснування з іншими (не схожими на нас) людьми; вона проявляється через деструктивну, конфліктну, агресивну поведінку.

В історії людства інтолерантність формувалася тисячоліттями, породжуючи війни, релігійні переслідування та ідеологічні протистояння. Виникнення інтолерантності до іншого зумовлене психічними особливостями людини: відчуття виникаючої загрози з боку зовнішнього світу (іноді ілюзорне) змушує психіку виробляти правдоподібне «раціональне» тлумачення ворожого ставлення до «інших», до тих, хто в чомусь відрізняється. Результатом цього є прояв забобонів і ксенофобії - ворожості до чужаків - представників інших етносів, релігійних меншин, специфічних соціальних груп. Критеріями «чужорідності» стають не тільки расові або етнічні відмінності, «чужі» визначаються економічними, гендерними та іншими особливостями. Одна з істотних причин інтолерантності до чужинців, інакомислячих полягає в тому, що нетерпимість є потужним інтегративним чинником, єднаючи суспільство, тому що прояви нетерпимості, маніфестація ненависті дозволяють «зміцнити» власну групу.

Таким чином, інтолерантність виконує певні інтегративні та ієрархічні функції: згуртованість групи, заснована на протиставленні «чужим», простота і чіткість групової та особистісної ідентифікації, побудова жорстких, ієрархічних відносин у групі робить це явище майже не здоланим.

Вправа 3. Одним з важливих питань гендерної інтолерантності є ставлення до гомосексуальності. Сучасна теорія гомосексуальності вважає її побічним, але цілком закономірним продуктом біологічної еволюції, оскільки природа об'єктивно зацікавлена в різноманітності та варіативності.

Ставлення до гомосексуальності в суспільстві пов'язане з глибинними, часто не усвідомлюваними мотивами формування ставлення до сексуальності. Гомосексуальність в нашому суспільстві часто сприймається як ненормальність, патологія й тому, як відзначають деякі дослідники, викликає крім цікавості «майже тваринний страх», оскільки загрожує «руйнуванням звичної картини світу», де гетеросексуальність є нормою. Як показують дані опитувань, чоловіки часто більш категоричні в оцінці «нетрадиційної орієнтації», особливо чоловічої [37].

Вороже ставлення до гомосексуальності корениться не стільки в індивідуальній, скільки в суспільній психології. У науковій літературі термін «гомофобія» зараз замінюється терміном «гетеросексизм», що визначається як «ідеологічна система, яка заперечує, принижує і стигматизує будь-які гетеросексуальні форми поведінки, ідентичності, відносини або громади» [3; 14; 21]. І.С. Кон зауважує, що головна соціально-історична функція гетеросексизму - підтримка непорушності гендерної стратифікації, заснованої на чоловічій гегемонії і пануванні. У світлі цієї ідеології незалежна жінка - таке ж збочення, як одностатева любов [21].

Рівень гетеросексизму в нашому суспільстві залишається досить високим. Практичні психологи найчастіше також не позбавлені стереотипів і переконань, що заважають їм з повагою ставитися до особистості гомосексуалів через їх сексуальну орієнтацію. Вони поділяють, наприклад, уявлення про те, що:

- гомосексуальність суперечить волі Бога і є гріховною;
- геї, лесбійки і бісексуали схильні до розпусних дій (ця думка зустрічається дуже часто, однак при цьому забувають, що і серед гетеросексуалів є чимало розпусників і збоченців);
- гомосексуальність протиприродна, болюча і збочена форма сексуальної поведінки;
- гомосексуальність у чомусь поступається гетеросексуальності;
- представники сексуальних меншин не можуть настільки ж успішно, як і гетеросексуали, виховувати дітей або будувати сімейні стосунки;

- гомосексуальні відносини беззмістовні і пов'язані лише з отриманням сексуального задоволення.

Оснащення: опитувальник для кожного учасника. (див. Додаток).

Інструкція ведучого: «Вам пропонується список питань для самостійної відповіді та осмислення».

Після заповнення опитувальника учасники створюють підгрупи по 3-5 осіб і зіставляють свої оцінки, виявляючи збіги і максимальні відмінності. Кожна мікрогрупа презентує свої висновки всій групі. Ці висновки зіставляються і узагальнюються.

Додаток.

Опитувальник

1. Як ви думаєте, гомосексуальність - це норма чи патологія? Оцініть за 10-бальною шкалою, де 10 - норма, 1 - патологія.

Патологія 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Норма

2. Як ви ставитеся до гомосексуальної сім'ї? Які почуття та емоції вона у вас викликає?

3. Як ви вважаєте, чи потрібно дозволяти сім'ям геїв брати на виховання дітей, якщо вони цього хочуть (обґрунтуйте свою відповідь)?

4. Уявіть, що ви гей або лесбійка. Яке ваше становище в суспільстві? Як ви думаєте, як би ви почувалися?

5. Як ви думаєте, наскільки ви толерантні до геїв:

Дуже толерантний 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 Зовсім не толерантний

6. Як ви думаєте, наскільки ви толерантні до лесбійок:

Дуже толерантний 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 Абсолютно не толерантний

7. Як ви думаєте, якими особистісними психологічними особливостями відрізняються геї та лесбійки?

ЗАНЯТТЯ 3. ТОЛЕРАНТНЕ СПІЛКУВАННЯ

Мета: знайомство зі способами толерантного спілкування.

В умовах сучасної цивілізації оптимальна форма толерантності - це розширення власного досвіду і критичний діалог. Людина може побачити в іншій позиції, в іншій системі цінностей не те, що загрожує її власній позиції, а те, що може допомогти їй у вирішенні проблем, нагальних не тільки для неї, а й для багатьох інших людей. Така форма толерантності сприяє розвитку особистості, оскільки критичний діалог дає можливість подивитися на власну позицію з іншої точки зору. В якій би формі не виявлялася толерантність, вона завжди перешкоджає будь-якому виду насильства, зменшує нетерпимість і виступає необхідною умовою і надійним гарантом збереження сучасної цивілізації у всій її поліфонії.

Вправа 1. Тренер пропонує учасникам об'єднатися в пари: один виступає в ролі скривдженого, а інший в ролі кривдника.

Учасники згадують і розігрують ситуації гендерного конфлікту (наприклад, на тему розподілу ролей в сім'ї). Використовуючи запропоновану нижче схему, ображений намагається гідно вийти зі становища.

Схема вирішення проблемної ситуації:

1. Почати розмову з опису ситуації, яка не влаштовує скривдженого.

2. Висловити почуття, що виникли у зв'язку з цією ситуацією і поведінкою кривдника по відношенню до скривдженого: «Я відчув дискомфорт...».

3. Запропонувати кривдникові інший варіант поведінки, що влаштовує скривдженого.

4. У разі, якщо кривдник змінить свою поведінку, ображений відповідає: «Тоді я буду прислухатися до твоїх зауважень».

У процесі обговорення учасники групи висловлюють свою думку про те, чий варіант вирішення проблеми виявився найбільш вдалим. Група приходять до висновку

про те, що культура поведінки в суперечці змушує уважно вислуховувати іншу сторону, з повагою ставитися до точки зору іншого.

Вправа 2. Пояснити учасникам групи різницю між Я-висловлюванням і Ти-висловлюванням. Використання в мовленні займенника «Я» робить спілкування безпосереднім, комунікатор бере на себе відповідальність за свої думки і почуття: «Коли ти приходиш додому пізно, я дуже хвилююся». Ти-висловлювання націлене на звинувачення іншої людини: «Ти знову прийшов додому пізно». Людина, до якої звертаються, використовуючи Ти-висловлювання, відчуває негативні емоції - гнів, роздратування, образу. Використання «Я-висловлювань» дозволяє іншому вислухати вас і спокійно відповісти.

Схема Я-висловлювання: «Коли ... (дію іншого), я відчуваю (мені ...) ... вважаю ...».

Тренер просить скласти Я-висловлювання для ситуацій, запропонованих самими учасниками тренінгу.

ЗАНЯТТЯ 4. ВЗАЄМОРОЗУМІННЯ І УЗГОДЖЕНІСТЬ ДІЙ В ГРУПІ.

Мета: підвищення рівня згуртованості, взаєморозуміння і узгодженості дій у групі.

Важливо підкреслити, що толерантність являє собою певну якість взаємодії між суб'єктом і об'єктом, а саме - готовність суб'єкта приймати гендерні відмінності об'єкта, включаючи зовнішні ознаки, висловлювання, особливості поведінки і т.д. Ця взаємодія має свою історичну, соціоекономічну та соціокультурну специфіку і багато в чому нею визначається.

Толерантність - це здатність розрізняти і визнавати моральні, правові та психологічні кордони, вміння конструктивно діяти в прикордонних ситуаціях, вирішувати протиріччя, погоджувати позиції, співпрацювати.

Вправа 1. Всім учасникам пропонують виконати два малюнки: «Я такий, який я є» і «Я такий, яким хочу бути». Після виконання завдання ведучий збирає не підписані малюнки і по черзі показує їх учасникам з проханням розповісти, що вони тут бачать. Учасники кажуть про свої відчуття від малюнка: як, на їх думку, автор бачить себе, що хотів би змінити в собі. Після того як всі учасники висловлять свою думку, вони намагаються визначити, хто автор малюнка. Автор розповідає, що він хотів висловити своїм малюнком, відзначає висловлювання, що найбільш сподобалися йому. Таким чином обговорюються всі малюнки.

Вправа 2. Ведучий пропонує учасникам групи згадати й описати життєві труднощі, пов'язані з приналежністю до певної статі, які довелося подолати за останній час. У процесі обговорення учасники знаходять те спільне, що допомогло їм подолати труднощі, складають загальний список методів подолання. Група приходять до висновку, що краще жити в мирі та злагоді з собою і оточуючими, однак життя часто ставить перед нами серйозні проблеми, створює перешкоди, які треба долати. Тепер кожен учасник у важку хвилину зможе згадати про те, як можна успішно подолати труднощі (копінг-стратегії).

Завдання:

Ведучий пропонує учасникам групи заповнити наступну анкету:

1. Що означає толерантність як принцип життєдіяльності?

- а) прояв поваги до будь-якої людини незалежно від ставлення до її поглядів;
- б) готовність піти на компроміс;
- в) свідоме придушення в собі почуття неприйняття іншого;
- г) визнання за тим, хто не подобається, права бути таким, який він є;
- д) вміння вести рівноправний діалог і готовність до нього.

2. Чим, на вашу думку, більшою мірою є толерантність?

- а) особистісною характеристикою;
- б) принципом життєдіяльності;
- в) цінністю;

- г) психологічною установкою.
3. Розставте цінності, які ви вважаєте загальнолюдськими:
- заборона на вбивство;
 - свобода вибору;
 - шанування батьків;
 - любов до ближнього;
 - заборону на крадіжку;
 - здатність до діалогу;
 - заборона на лжесвідчення.
4. Розставте прийнятні для вас цінності:
- заборона на ненависть у спілкуванні;
 - дбайливе ставлення до природи;
 - патріотизм;
 - заборона на насильство як спосіб вирішення спорів;
 - терпимість.
5. Чим, на вашу думку, найчастіше є конфлікт?
- засобом донести до інших свою думку;
 - одним із способів самоствердитися;
 - засобом до досягнення мети.
6. Якщо конфлікти бувають у вашій групі, то які питання опиняються в їх центрі?
- національно-етнічні;
 - гендерні;
 - соціальні;
 - міжособистісні;
 - політичні;
 - релігійні.
7. Вам належить налагодити контакт з абсолютно незнайомою людиною протилежної статі. Як спочатку ви налаштовані до неї?
- байдуже;
 - добррозичливо;
 - з цікавістю;
 - насторожено;
 - з підозрою.
8. Яке відношення до толерантності переважає у вашій групі?
- толерантність підтримує інтереси особистості;
 - в групі переважає думка, що проти ворожості по відношенню до іншого треба боротися;
 - негативне ставлення до толерантності;
 - толерантність надзвичайно важлива для спілкування, є значущим моральним якістю.
9. Що є протилежністю толерантності?
- дискримінація по відношенню до інших;
 - насильство;
 - відсутність поваги до інших;
 - схильність йти на конфлікт;
 - авторитарне ставлення до інших;
 - нездатність зрозуміти позицію іншого;
 - підозрілість, недовірливість по відношенню до інших.
10. Як ви вважаєте, що є причиною інтолерантності у відносинах людей з різних гендерних груп?
- різний спосіб життя;
 - існування ідейних розходжень;

в) психологічна несумісність.

Відповіді обговорюються учасниками групи по кожному пункту.

Вправа 3. Мета: показати, що існуючі у суспільстві гендерні стереотипи не відповідають реальному стану речей.

Група розбивається на підгрупи, кожна з яких повинна за 5 хвилин виконати завдання - письмово відповісти на своє питання:

- 1 група - як чи якими суспільство уявляє жінок;
- 2 група - як чи якими суспільство уявляє чоловіків;
- 3 група - які якості виявляють жінки в реальному житті;
- 4 група - які якості проявляють чоловіки в реальному житті.

Коли кожна група представить свої результати, їх порівнюють і обговорюють: наскільки стереотипні уявлення про характер і поведінку жінок і чоловіків і наскільки це відповідає дійсності.

Обговоріть, як стереотипне сприйняття особистості іншими людьми може стримувати її розвиток.

ЗАНЯТТЯ 5. ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО ІНШИХ ЧЕРЕЗ СТАВЛЕННЯ ДО СЕБЕ.

Мета: показати, як ставлення до себе пов'язане з толерантністю до інших.

Вправа 1. Уміння легко увійти в контакт, підтримати розмову і також невимушено розлучитися зі своїм співрозмовником показує високий рівень толерантності. Ведучий пропонує учасникам провести серію зустрічей один з одним, об'єднавшись в пари. Для цього потрібно почати розмову, сказати щось приємне своєму співрозмовнику і також на приємній ноті розлучитися з ним. Час на встановлення контакту, взаємні привітання, проведення самої бесіди, завершення розпочатої розмови і прощання займає 10 хвилин.

Приклади ситуацій:

- перед вами людина, яку ви зовсім не знаєте, бачите її вперше, але вам необхідно дізнатися, як проїхати до потрібного місця в місті, де ви знаходитесь вперше;
- вас окликнули на вулиці, озирнувшись, ви побачили незнайому людину, яка також зрозуміла, що помилилася; ви починаєте розмову;
- перед вами людина, яка чимось засмучена і ніяк не може заспокоїтися; підійдіть до неї, почніть розмову, заспокойте її.

Основне питання для обговорення: як вплинув на вашу поведінку факт приналежності співрозмовника до вашої або іншої статі?

Вправа 2. Учасники сідають у коло. Кожен по черзі виходить у центр кола, а всі інші звертаються до нього зі словами: «Мені в тобі не подобається ...», потім: «Мені в тобі подобається ...». Використовується тільки фактична інформація, отримана в процесі групової роботи. Слід уникати визначень «добре», «погано». Після того як всі висловляться, учасник групи, що стояв у центрі кола, розповідає про те, що він зрозумів з цих суджень, що прийняв, що відкинув.

Тренер звертає увагу учасників на те, що людина, яка вирішила вийти в центр кола, тим самим говорить про свою готовність спокійно, без образ прийняти все почуте.

Висловлювання повинні робитися в доброзичливій формі.

ЗАНЯТТЯ 6. НАСКІЛЬКИ ВИ ТОЛЕРАНТНА ОСОБИСТІТЬ?

Мета: дослідити питання, яких якостей людині не вистачає для того, щоб вважатися толерантною.

Вправа 1. Спочатку учасники групи намагаються краще запам'ятати один одного.

Кожен отримує від тренера аркуш паперу з ім'ям учасника групи протилежної статі, на якого перший повинен буде перетворитися. Від імені цієї людини потрібно буде відповідати на питання, які буде ставити ведучий. Необов'язково відповідати на питання по суті, можна прореагувати на них словесним коментарем.

У процесі виконання вправи стає очевидним, що людина може приписувати іншим людям власні якості. Під час роботи або при подальшому обговоренні всі учасники починають розуміти, що вони описували різні аспекти власної особистості, а не іншого учасника, на якого вони повинні були перетворитися.

Вправа 2. Людина часто задається питанням: «Чи поділяють інші мою точку зору?» Для відповіді на це питання ведучий пропонує кожному учаснику написати своє ім'я, потім розділити лист паперу на три графи по вертикалі. У першій графі треба відповісти на запитання «Якою людиною я себе бачу?» Для цього слід написати десять слів-епітетів. У другій графі написати, як на це ж питання відповів би знайомий протилежної статі. У третій графі на те ж питання відповідає хто-небудь з групи, тоді всі віддають підписані аркуші паперу ведучому, який їх перемішує і роздає кожному учаснику групи, який і заповнює третю графу. Після завершення роботи листки повертаються до господарів. При обговоренні результатів можна звернути увагу на наступні аспекти:

- Чи повторюється яка-небудь якість у всіх трьох графах?
- Яким є ставлення до самого себе (співвідношення позитивних і негативних епітетів)?
- Чи збігається Я-концепція людини з уявленнями про неї інших?

Учасники обговорюють питання відповідальності за презентацію себе іншим людям.

Установка толерантності впливає на зовнішні форми поведінки, запобігаючи агресивній взаємодії з іншими, що змінює характер конфліктних ситуацій у різних сферах життя, формує позитивне ставлення до життя, запобігає стресам і нейтралізує їх вплив.

Міжособистісна толерантність - це відповідна орієнтація людини на поведінку в сім'ї, колективі, в діловому і управлінському спілкуванні. Міжособистісна толерантність є основою будь-якої форми терпимості в суспільстві, вона найбільшою мірою піддається цілеспрямованому формуванню при навчанні і соціальному вихованні.

ЗАНЯТТЯ 7. СТУПІНЬ ТОЛЕРАНТНОСТІ.

Мета: дати можливість учасникам групи оцінити ступінь своєї толерантності.

Вправа 1. Всі учасники сідають у коло. Один з учасників пересаджує всіх, враховуючи колір очей: від світлоокий до темноокий. Після того як завдання виконано, інший учасник коригує отриману комбінацію по-своєму. Потім те ж саме виконують інші учасники. У процесі обговорення група приходять до висновку, що у кожної людини своє бачення, тобто кожен сприймає реальність по-своєму. Незважаючи на особливості сприйняття, людям вдається вирішувати проблеми спілкування завдяки принципу толерантності: кожен має право відчувати, бачити, чути, думати по-своєму, і кожен зобов'язаний визнавати це право за оточуючими.

Вправа 2. Кожному учаснику групи пропонується уявити людину, неприємного в будь-якому відношенні, ворога, але обов'язково протилежної статі. Учасники тренінгу намагаються скласти словесний портрет даної людини (в письмовій формі), при цьому необхідно фіксувати насамперед симпатичні деталі його зовнішності. Кожен учасник описує ситуацію взаємодії з цією людиною, спираючись на позитивні моменти в його поведінці. Потім учасникам пропонується проаналізувати свою поведінку і вибудувати стратегію і тактику позитивних взаємин з цією людиною.

Модель розвитку толерантності включає чотири рівня. Критерієм виділення рівнів є ступінь самостійності прояви толерантності. Процес формування толерантності дозволяє

виділити її рівні по ряду показників: наявність адекватної самооцінки, безпосередня емоційна оцінка, усвідомленість мотивації толерантності, характер спільної діяльності, ситуативне емоційне ставлення, ступінь рефлексії, залежність від зовнішніх умов, ситуативна обумовленість.

Нейтрально-конфліктний рівень (нульовий) залежить від психічних якостей (сили, врівноваженості, рухливості процесів збудження і гальмування), від індивідуального досвіду людини: чому його вчила сім'я і школа, від економічних і культурно-побутових умов життя, від конкретної ситуації або зацікавленості в спілкуванні. Людина проявляє толерантність вибірково в окремих ситуаціях, коли він готовий здійснити емоційний і діловий контакт. Толерантність проявляється у вигляді діалогу без негативних емоцій, різких, грубих виразів, але за деяких умов (розбіжність поглядів, різке слово співрозмовника, низька результативність діалогу) позитивні емоції змінюються негативними. Може виникнути ситуативний або навіть затяжний конфлікт; гнучкість практично відсутня.

Вибагливого рівень (низький), або рівень первинної соціалізації. Показником даного рівня є адекватна самооцінка особистості. Людина визнає толерантні відносини, але побудувати їх може не завжди; безпосередня негативна емоційна оцінка по відношенню до членів своєї групи зустрічається вкрай рідко, конструктивність у діалозі не спостерігається, ступінь рефлексії низька. Фактором, що стимулює розвиток толерантності, є визнання можливих відносин в спільній груповій діяльності.

Статусний рівень (середній). Показником цього рівня є наявність мотивації для прояву толерантності. Людина самостійно виявляє толерантність в стандартних умовах до членів своєї та інших груп. У відносинах присутній ситуативно-емоційна оцінка. Конструктивність діалогу проявляється в результативності роботи. Фактором, що стимулює толерантність, є усвідомленість толерантності, прагнення до успіху роботи при її прояві. Фактором, що стримує розвиток толерантності, є відсутність позитивного результату взаємодії.

Рефлексивний рівень (високий) характеризується емоційно стійким ставленням до членів інших груп, високим ступенем рефлексії. Мотиви відносин, не пов'язаних з спільною діяльністю людей, поєднуються з прийняттям права на існування інших точок зору, в діалозі спостерігається конструктивність і бажання продовжувати розмову. Людина володіє оптимальними способами досягнення результату, серед яких високий ступінь самостійності в прогнозуванні можливостей вирішення проблем в нестандартних умовах, самоаналіз поведінки та мови, що дозволяє здійснювати корекцію з позиції самого суб'єкта. Фактором, що стимулює толерантність, є прийняття цінностей, що пред'являються суспільством.

Можна відзначити, що на розвиток толерантності впливають як внутрішні, так і зовнішні чинники. Внутрішні чинники, що стримують розвиток толерантності (нервозність, нестриманість, особливості темпераменту, негативні форми самоствердження), долаються самою людиною. До чинників, сприяючих саморозвитку толерантності, можна віднести зростання самосвідомості, розширення кругозору, формування світогляду.

ЗАНЯТТЯ 8. УПРАВЛІННЯ ЕМОЦІЯМИ

Мета: створення навичок управління емоціями, розуміння емоційного стану інших.

Вправа 1. Кожному учаснику групи пропонують згадати ситуацію, що викликала якесь почуття, і розповісти про неї групі; група намагається зрозуміти, яке почуття випробовував людина в тій ситуації. Якщо деякі учасники мовчать, необхідно пояснити, що для всієї групи дуже важливо почути їхню думку.

Не слід зачіпати особистісно значущі ситуації. Щоб уникнути напруги, вибираються не занадто хворобливі ситуації з повсякденного життя учасників.

Інший варіант вправи: кожен учасник по черзі зображує позою, мімікою або інтонацією свій стан, який він в даний момент відчуває, надавши можливість іншим зрозуміти цей стан.

Вправа 2. Кожен учасник отримує картку з назвою емоційного стану (радість, захоплення, агресія, доброзичливість, байдужість, невдоволення, зневага) і з відповідною інтонацією вимовляє будь-яке висловлювання на адресу групи або окремих учасників, які намагаються зрозуміти, які почуття він передає.

На завершення проводиться обговорення в загальному колі: «Що я роблю, щоб впоратися зі своїми емоціями?».

Толерантності відповідають три типи взаємодії: діалог, співпраця і опіка.

У структурі діалогової взаємодії переважають емоційний і когнітивний компоненти, для яких характерні високий рівень емпатії, «почуття партнера», вміння прийняти його таким, який він є, відсутність стереотипів сприйняття, гнучкість мислення, а також бачити свою індивідуальність, адекватно сприймати й оцінювати себе. Саме діалогове взаємодія передбачає рівність позицій в спілкуванні.

Другий тип толерантного взаємодії - співробітництво - передбачає спільне визначення цілей діяльності, спільне планування, розподіл сил і засобів на основі можливостей кожного. Для нього характерні такі ознаки: доброзичливість (відсутність агресії, в тому числі і агресії, спрямованої на себе), контактність, довіру, мобільність дій, соціальна активність.

Опіка також пов'язана з поняттям толерантності, вона має на увазі турботу, яка при цьому не принижує гідності опікуваного. Даний вид взаємодії можливий тільки тоді, коли обидві сторони беруть один одного і терпимо один до одного ставляться. Даний рівень толерантних відносин характеризується наступними ознаками: емоційна стабільність, соціальна активність, екстравертність, високий рівень емпатії.

ЗАНЯТТЯ 9. СПОСОБИ ПІДТРИМКИ

Мета: навчання різним способам підтримки.

Провідний знайомить учасників групи з різними видами підтримки, записуючи відповідні формулювання на дошці:

- ? постаратися зрозуміти, що відчуває інша людина;
- ? розповісти про свої почуття з приводу ситуації;
- ? вказати на складність ситуації;
- ? звернути увагу на можливості співрозмовника;
- ? запропонувати допомогу;
- ? розповісти, що ви були в схожій ситуації;
- ? запропонувати просто побути разом: «Я з тобою!»

Дуже важливо, щоб учасники групи самі подумали про те, як можна підтримати людину. Завдання ведучого - допомогти учасникам зрозуміти, чи є запропонований спосіб підтримкою насправді.

Після цього можна обговорити наступні питання:

? Чи відрізняються між собою способи підтримки, пропонувані представниками різних статей?

? Якщо - «так», то в чому?

? Чиї способи підтримки (чоловічі або жіночі) ефективніше в кожній із ситуацій?

Вправа 1. Учасники діляться на різностатеві пари і вибирають тему для обговорення, за якою їхні думки не співпадають. Ведучий пропонує групі підтримувати першого учасника і критикувати друга, а за умовною фразою: «Продовжимо дискусію» - навпаки, підтримувати другого і критикувати перше.

Якщо учасники не можуть самостійно вибрати тему, ведучий може запропонувати обговорити питання, що стосується толерантності в міжнаціональних відносинах

(наприклад, твердження: представники корінної національності повинні мати певні переваги, так як вони живуть на своїй території).

В загальному колі проводиться обговорення всіма учасниками. Можна поговорити про користь підтримки і про те, як складно відстоювати свою думку, коли тебе критикують.

У процесі обговорення учасники записують схему і прийоми підтримки: «Я бачу (відчуваю, чую, розумію) твоє занепокоєння (тривогу, сумнів)».

Для надання підтримки:

- не раджу, не критикуйте;
- не кажіть про себе;
- не ігноруйте і не заперечуйте почуття інших людей;
- покажіть, що розумієте людини, сказавши: «У мене таке відчуття, що ви чимось ...»; «Якщо я вас правильно зрозумів ... ».

Для вираження підтримки:

- не користуватися упередженими оцінками;
- повністю зосередьте увагу на що говорить;
- відмовтеся від будь-яких упереджень щодо мовця;
- покажіть, що ви розумієте і чуєте зміст сказаного.

Вправа 2. Учасники діляться на трійки: кожен по черзі розповідає історію з життя, коли він опинився в неприємній ситуації, зробив помилку, проявив слабкість і т.д. Другий учасник надає підтримку, а третій спостерігає і дає зворотний зв'язок: як була надана підтримка, допущені помилки, що вийшло найкраще. Потім учасники міняються ролями.

Рівень толерантного і інтолерантності свідомості, безумовно, залежить від сукупності низки базисних характеристик особистості (позитивне або негативне мислення, наявність або відсутність культури сучасного гендерної свідомості, рівень задоволеності життям і т.д.). У зв'язку з цим можна виділити п'ять рівнів толерантності-інтолерантності:

? протекціоністська толерантність полягає в тому, що суб'єкт толерантності неупереджено ставиться до об'єкта і робить все можливе, щоб допомагати тому, хто, на його думку, став об'єктом інтолерантності відносин з боку суспільства та окремих людей;

? ціннісна толерантність включає систему цінностей і зразків поведінки, пов'язаних з принципами толерантності. Ціннісна толерантність полягає в тому, що суб'єкт не ставить під сумнів принципи толерантності ні у внутрішньому діалозі, ні в комунікації, що носить неpubлічний, приватний характер;

? прихована інтолерантність: суб'єкт розуміє важливість принципів толерантності і небезпека або моральну неадекватність дій і декларації ідей інтолерантності, але в силу внутрішніх симпатій і антипатій, власних установок і поглядів ставиться упереджено до представників різних соціально-демографічних груп, може думати про нетерпиме ставлення або навіть дії по відношенню до цих груп;

? вербальна інтолерантність: суб'єкт вважає можливим (іноді навіть необхідним) публічні висловлювання по відношенню до представників тих чи інших соціально-демографічних груп, не вважає за необхідне приховувати свої погляди;

? агресивна поведінкова інтолерантність: суб'єкт вважає виправданим підготовку та вчинення певних дій, спрямованих на заборону, обмеження діяльності або насильство по відношенню до об'єкта інтолерантності. Ці дії пояснюються його розумінням соціальної справедливості, сильним ступенем відчуження від об'єкта, низьким рівнем правової культури.

Вправа 3. Учасники групи отримують аркуші паперу, на яких написано ім'я когось з учасників і розповідь про якусь ситуацію минулого тижня, де той помилився, був неправий.

Кожен повинен написати йому у відповідь невелике підтримує лист.

ЗАНЯТТЯ 10. ВЛАСНЕ «Я» ОЧИМА ОТОЧУЮЧИХ ЛЮДЕЙ

Мета: розвиток уміння бачити себе очима інших і розуміти оточуючих.

Вправа 1. Один з учасників групи (адресат) йде за двері з листком паперу і ручкою, намагаючись уявити собі, що про нього думає група, яким вона його бачить. В цей час група думає над тим же питанням: яким ми бачимо цю людину? У процесі обговорення вся група називає не менше 10 позитивних і негативних характеристик, які ведучий записує на аркуші паперу. Потім запрошують адресата, що стоїть за дверима, якому потрібно вгадати, що про нього думає група. Коли збігаються хоча б 3 характеристики зі списку, зробленого групою, інші характеристики зачитуються і віддаються адресату. У ролі адресата виступає по черзі кожен учасник групи. Потім можна обговорити відмінність власних уявлень про себе і уявлень інших людей.

Для зростання особистості необхідні поглиблення самосвідомості, розуміння своїх індивідуальних якостей. Це викликає інтерес до себе і власного життя, до якостей своєї особистості, потреба порівнювати себе з іншими. Толерантність сприяє формуванню реального уявлення про себе та оточуючих.

Вправа 2. Ведучий пропонує групі відповісти на питання: «Якби ви були предметом, то яким?» Кожен учасник групи записує на аркуші паперу цей предмет і його якості, які повинні відображати його власне Я, при цьому, не вказуючи свого імені. Після виконання завдання картки з відповідями збирає ведучий і зачитує їх групі. Всі учасники групи описують характер людини, закодовану себе таким чином. Можна просто поділитися враженнями, за бажанням учасники самі зачитують свої описи.

Вправа 3. Кожен учасник, не вказуючи на картці свого імені, записує 5 якостей, які найбільше цінують в собі і за які його поважають інші люди. Перевернувши лист паперу, учасник записує 5 якостей, які йому не подобаються в собі і неприємні. Потім картки здають ведучому, який, попередньо перемішавши їх, роздає учасникам групи. Кожен учасник, отримавши картку і прочитавши позитивні і негативні якості, намагається уявити собі цю людину і складає розповідь про нього і його життя. Наприкінці важливо обговорити вправу в загальному колі і запитати учасників групи, що вони відчували, коли слухали розповідь про себе, чи багато там було збігів з їх уявленнями про своє життя.

ЗАНЯТТЯ 11. БЕЗКОНФЛІКТНА ВЗАЄМОДІЯ

Мета: формування навичок безконфліктної взаємодії та позитивного ставлення до проблемної ситуації.

При вивченні гендерних конфліктів не менш важливим, ніж аналіз їх причин, є визначення поведінкових стратегій, що сприяють конструктивному розв'язанню виниклих протиріч. Відомі три основні стратегії поведінки в ситуації міжособистісного конфлікту (Психологія, 1998). Перша відноситься до силових поведінкових стратегій, вона спрямована на досягнення власних інтересів без урахування інтересів партнера. Вона описується як домінування, конкуренція, суперництво. Така поведінка характеризується напористістю, використанням жорстких аргументів, виставленням ультимативних вимог, емоційним тиском на партнера. Іншу стратегію взаємодії утворюють форми поведінки, що представляють собою прагнення піти від конфлікту. Це ігнорування проблеми, невизнання існування конфлікту, небажання вирішувати проблему; є й інша форма відходу від конфлікту: поступливість, готовність знехтувати, поступитися своїми інтересами та цілями. У тих випадках, коли поступливість нічим не виправдана, вона являє собою нездатність відстоювати свої інтереси, неконструктивний підхід до вирішення конфлікту. Третя стратегія - переговорна - це найбільш ефективний шлях до розв'язання міжособистісних конфліктів. Суть переговорів полягає у виробленні рішень, більшою чи меншою мірою задовольняють інтересам обох сторін.

Поведінка в рамках традиційної чоловічої ролі характеризується напористістю,

домінуванням, орієнтацією на контроль і успіх. Вважається, що поведінка чоловіків характеризується більшою раціональністю та виваженістю рішень, ніж поведінка жінок. Традиційне жіноче рольова поведінка, навпаки, має відрізнятися поступливістю, поступливістю, прийняттям іншого і проявом співчуття до його проблем.

Якщо зіставити змістовні характеристики поведінки в рамках гендерних ролей зі стратегіями поведінки в міжособистісних конфліктах, наведених вище, то легко помітити, що гендерні стереотипи традиційного рольової поведінки в ситуації конфліктної взаємодії деструктивні. Для чоловічої поведінки, що реалізує традиційну гендерну роль, більшою мірою характерна перша стратегія, а для жіночого - друга, в той час як продуктивною є третя стратегія - стратегія переговорів.

Гендерний підхід орієнтує людей незалежно від статі на партнерську модель відносин. Це відносини двох рівноправних суб'єктів, кожен з яких має власну цінність і готовий до взаємних поступок, спілкування будується на рівних, партнера вислуховують, не перериваючи, його судження і вчинки не оцінюють передчасно, йому не нав'язують рад. У ситуації розбіжностей і конфліктів партнерська модель відносин передбачає стратегію переговорів (Клецина, 2001).

Вправа 1. Кожен член групи отримує чистий аркуш паперу і ручку. Ведучий пропонує учасникам подумати про особисту проблемної ситуації, пов'язаної з гендерними стереотипами, в якій кожен знаходиться в даний період. У лівій частині аркуша записують 10 аспектів життєвої проблеми, які мають негативні наслідки для учасника, а в правій - 10 позитивних сторін ситуації.

Після цього учасники групи обговорюють, яким чином патріархальні уявлення впливають на життя чоловіків і жінок - їх працевлаштування, взаємини в сім'ї, в особистому житті.

Вправа 2. Учасники групи об'єднуються в пари і розігрують будь-яку конфліктну ситуацію, яку можна визначити як гендерний конфлікт. Двоє учасників розігрують розбіжність, застосовуючи у взаємодії наступні принципи управління конфліктом:

? повний контроль за власними емоціями, які, як правило, заважають оцінювати що відбувається;

? аналіз справжніх причин конфлікту, які опонент може приховувати за уявними причинами;

? локалізація конфлікту, тобто встановлення його чітких рамок і прагнення до звуження області розбіжностей;

? відмова від установки самозахисту, оскільки турбота про власну захист зазвичай заважає людям вчасно помітити зміни в ситуації і в поведінці конфліктуючої сторони;

? переформулювання аргументів опонента, які не варто просто відкидати в тому порядку і в тих пропорціях, в яких вони викладені; краще спробувати перевести їх на зрозумілу мову, виділяючи опорні смислові моменти;

? достатня активність, оскільки, навіть відступаючи, можна зберегти спокійний емоційний тон відносин.

У процесі обговорення учасники вирішують, які пари знайшли вихід з конфліктної ситуації найбільш конструктивним чином і зберігаючи толерантність.

Вправа 3. Учасники групи розбиваються на дві команди. Вибравши тему для обговорення та спільно висунувши критерії оцінки діяльності керівника (уміння залучати пасивних учасників і припиняти тривалі монологи, бути тактовним до виступаючих, доказовість, логіка, чіткість формулювань, відповідність темі) і систему оцінки (у балах), група обирає керівника дискусії. Після завершення обговорення обраної теми ведучий оголошує і коментує результати. На закінчення - колективне обговорення ходу дискусії.

Прикладом теми обговорення може бути питання про толерантність в гендерних відносинах: чи зустрічається дискримінація чоловіків за ознакою статі чи існує тільки дискримінація жінок? Іншим прикладом теми може бути питання про те, які образи чоловіків і жінок переважають в сучасних ЗМІ.

ЗАНЯТТЯ 12.

ТОЛЕРАНТНІСТЬ, ІНТОЛЕРАНТНІСТЬ І НЕВПЕВНЕНІСТЬ

Мета: порівняння понять толерантності, невпевненості і інтолерантності (агресивності).

Ведучий розповідає учасникам групи про ознаки невпевненого, інтолерантності (агресивного) і толерантної поведінки, використовуючи наступні тези:

Ознаки невпевненої поведінки («Я - поганий, ти - хороший »):

- людина нездатний відстоювати свою позицію;
- не може відмовити;
- тримається на великій дистанції від співрозмовника;
- не може просити;
- людині важко переконувати співрозмовника, наводячи свої аргументи;
- у разі відмови людина не робить спроб домогтися свого.

Ознаки інтолерантності (агресивного) поведінки («Я - хороший, ти - поганий»):

- людина не підкріплює свою позицію аргументами;
- чинить тиск на співрозмовника («Ви повинні ...»; «Мені дуже потрібно ...»; «Тільки ви мені зможете допомогти ...»);
- після відмови наполегливо намагається домогтися свого;
- може просити і відмовляти;
- полюбляє вихвалити себе;
- під час спілкування скорочує дистанцію між собою і співрозмовником.

Ознаки толерантного пвевденія («Я - хороший, ти - хороший»):

- людина використовує Я-висловлювання;
- говорить прямо і відкрито;
- вміє просити і відмовляти;
- вміє приймати відмову;
- схильний до компромісів, пропонує їх сам;
- застосовує емпатичне слухання.

Вправа 1. Учасники об'єднуються в мікрогрупи по три людини. Кожна трійка придумує або згадує ситуації, де учасники поведуться толерантно або інтолерантності. Після обговорення в групах ситуації розігруються. Решта учасників дають зворотний зв'язок: конструктивний чи, на їх думку, вихід із ситуації? Якщо ситуація не вирішена, вихід шукають спільно, потім ситуацію знову розігрують і група дає зворотний зв'язок її дійовим особам.

Зворотній зв'язок - це адресоване іншій людині повідомлення про те, що ми про нього думаємо, які почуття викликають його слова, дії, вчинки. Це не тільки критика.

Зворотній зв'язок дозволяє адресату: ? вивчати альтернативні способи поведінки; ? почути думки інших про сильні сторони своєї особистості і про свої недоліки і слабкостях; ? перевірити, чи збігається сприйняття людиною себе з сприйняттям його оточуючими.

Слід зазначити, що учасники групи не повинні вимагати від інших змінитися, нав'язувати свої думки, установки або переконання. Грамотна, конструктивна зворотній зв'язок надає людям нову інформацію про них самих. Якщо вони захочуть, можуть прийняти її до відома й надалі діяти відповідно до неї. Необхідно:

- ? давати зворотній зв'язок тільки тоді, коли вас про це просять;
- ? не давати порад і не оцінювати;
- ? говорити так, щоб не образити і не образити людину.

Учасники групи повинні розуміти, що іншій людині необхідно залишити свободу вибору: кожен має право прийняти або відкинути зворотній зв'язок, самому оцінювати свою поведінку і захищати свої цінності.

Вправа 2. Провідний нагадує учасникам групи, що толерантна поведінка визначається знанням наступних особистих прав кожної людини:

? самостійно судити про свою поведінку, думках, емоціях і брати на себе відповідальність за їх наслідки;

? робити помилки і відповідати за них;

? не залежати від того, як до нього ставляться інші люди;

? не звертати уваги на поради оточуючих і слідувати своїм власним переконанням;

? побути одному, навіть якщо іншим хочеться бути в його суспільстві;

? змінювати свої рішення або обирати інший спосіб дій.

Заявляючи про свої особисті права, треба пам'ятати: вони є і у всіх інших людей. Потрібно вчитися поважати особисті права інших так само, як ви хочете, щоб поважали ваші. Існує три способи відстоювати свої права.

Перший спосіб дозволяє відстоювати права в процесі спілкування з незнайомими людьми, коли ці права порушені і інша сторона не чує заперечень. Необхідно знову повторити свою вимогу, не підвищуючи голосу, без гніву й роздратування.

Другий спосіб передбачає демонстрацію згоди з тією інформацією, яка міститься в словах нападаючого людини, оскільки його думка може бути справедливим в певній ситуації або для якоїсь групи людей. Ключове вираження тут: «Можливо, це так ...» Іноді, якщо людина не готова обговорювати дане питання, краще сказати: «Зараз я не готовий про це говорити, давайте обговоримо це пізніше».

Третій спосіб: якщо людина дійсно зробив помилку і його критикують, можна використовувати таке ключове вираження: «Так, я дійсно вчинив погано».

Учасники об'єднуються в мікрогрупи по три людини: один буде критиком, другий відстоює свої права, а третій спостерігає і дає зворотний зв'язок. Кожен повинен побувати у всіх трьох ролях. Пропонується згадати або придумати ситуацію: 1) коли були порушені ваші права; 2) коли вас критикували і частина критики була обґрунтована, а частина - ні; 3) коли ви дійсно були неправі.

Вправа 3. Ведучий повідомляє учасників групи: «Напевно, за час наших занять у вас з'явилися питання, які вам хотілося б поставити один одному. Ви можете сформулювати і записати питання на аркуші паперу, адресувавши їх конкретно ведучому, всім або іншому учаснику». Ведучий зачитує кожен з питань, ті, кому вони адресовані, на них відповідають.