

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ
Кафедра практичної психології та педагогіки

Вплив гендерної ідентичності на професійне становлення майбутніх психологів

Дипломна робота
освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавр

Виконала: студентка групи ПС-41з
Спеціальність 053 «Психологія»
Губан Мар'яна Юріївна

Керівник кандидат педагогічних наук
підполковник служби цивільного
захисту Коваль Ігор Станіславович.

Львів -2025р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ НА ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ	
1.1 Особливості та типологія гендерної ідентичності.....	5-19
1.2 Гендерні особливості професійного розвитку особистості.....	20-30
1.3 Вимоги до професійної діяльності майбутніх психологів.....	31-41
Висновки до першого розділу	42
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ НА ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ	
2.1 Особливості вибірки та загальна процедура дослідження.....	43-47
2.2. Кількісний та якісний аналіз отриманих результатів.....	48-58
2.3. Кореляційний аналіз гендерної ідентичності майбутніх психологів.....	59-61
2.4. Програма психологічного тренінгу вдосконалення професійно важливих якостей майбутніх психологів.....	62-67
Висновки до другого розділу	68
ВИСНОВКИ	69-70
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	71-75
ДОДАТКИ.....	76-92

Вступ

Актуальність роботи. У ХХІ столітті проблема гендерної ідентичності набула особливої актуальності, оскільки вона тісно пов'язана з особистісним розвитком, психічним здоров'ям і професійною самореалізацією людини. Для майбутніх психологів питання формування та осмислення власної гендерної ідентичності є не лише особистісним викликом, а й професійною необхідністю. У процесі професійної підготовки студент-психолог проходить складний шлях становлення – від набуття базових знань до формування індивідуального стилю роботи з клієнтами, який значною мірою залежить від самоідентифікації.

Гендерна ідентичність охоплює не лише біологічні, а й соціокультурні та психологічні аспекти, які впливають на світогляд, поведінкові стратегії, емоційне реагування та професійні установки. У процесі навчання й професійної соціалізації майбутні психологи не просто засвоюють знання — вони формують своє бачення професійної ролі, яке часто має гендерне забарвлення. Наприклад, очікування щодо "жіночих" або "чоловічих" якостей можуть впливати на те, як психолог вибудовує комунікацію, приймає рішення або емоційно реагує у складних ситуаціях.

У світлі євроінтеграційних процесів в Україні, увага до гендерної рівності та інклюзії зростає як на рівні державної політики, так і в межах освітніх стратегій. Психологи як фахівці, що працюють із людською свідомістю, покликані не лише розуміти, а й активно впливати на подолання стереотипів і формування толерантного середовища. Тому формування професійної ідентичності не може бути відірваним від аналізу власної гендерної позиції, яка впливає на стиль професійної діяльності, вибір спеціалізації, тип клієнтів, з якими комфортно працювати, а також на рівень задоволеності професійним шляхом.

Недостатня вивченість впливу гендерної ідентичності на процес професійного становлення психологів зумовила вибір теми нашого

дослідження: «Вплив гендерної ідентичності на професійне становлення майбутніх психологів».

Об'єкт дослідження: гендерна ідентичність майбутніх психологів.

Предмет дослідження: вплив гендерної ідентичності на рівень задоволеності майбутньою професійною діяльністю.

Мета: виявити, як гендерна ідентичність впливає на професійне становлення та самореалізацію студентів, які здобувають освіту за спеціальністю «Психологія».

Для досягнення мети дослідження ми виконали такі **завдання:**

1. Провести теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми гендерної ідентичності особистості;
2. Емпірично визначити типи гендерної ідентичності психологів.
3. Дослідити взаємозв'язок між гендерною ідентичністю психологів та задоволеністю професійною діяльністю.
4. Розробити та апробувати тренінг професійної ідентичності.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що гендерна ідентичність майбутніх психологів впливає на задоволеність їх майбутньою професійною діяльністю та самоактуалізацію.

Методи дослідження: науково-теоретичний аналіз літератури, психодіагностичні методики, математико-статистичні методи аналізу емпіричних даних з використанням програми SPSS, а також розробка та апробація психотренінгової програми.

Практичне значення: результати дослідження мають прикладне значення для викладачів, тренерів, кураторів академічних груп, психологів-консультантів. Вони можуть бути використані для корекції навчальних планів, створення психопрофілактичних та тренінгових програм, спрямованих на формування зрілої професійної ідентичності у студентів з урахуванням гендерних особливостей.

Структура кваліфікаційної роботи складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку літератури та додатків. Робота містить 9 таблиць

та 10 рисунків. Основний зміст роботи викладено на 65 сторінках, загальний обсяг роботи – 82 сторінок.

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ НА ПРОФЕСІЙНИЙ ВИБІР

1.1 Особливості та типологія гендерної ідентичності

Ідентичність є однією з фундаментальних складових особистості, без якої неможливе формування свідомої, автономної та цілісної людини. Вона забезпечує внутрішню стабільність, послідовність самоусвідомлення та інтеграцію життєвого досвіду. Ідентичність проявляється в збереженні суб'єктом відчуття своєї неповторності, особистісної цінності та стійкого образу «Я», включаючи усвідомлення характерних для себе рис, поведінкових стратегій і психотипових особливостей, які людина сприймає як автентичні та справжні.

Розуміння ідентичності тісно пов'язане з адаптацією індивіда до соціального оточення, що дозволяє розглядати її як динамічну взаємодію між внутрішніми переконаннями особистості та культурно-соціальними умовами, у яких вона функціонує. Саме завдяки ідентичності людина може осмислити, ким вона є у взаємозв'язку з іншими, а також визначити своє місце у соціумі та світі загалом.

У сучасній науковій літературі вказується, що окремі аспекти гендерної ідентичності знайшли відображення у працях таких дослідників, як Л. Гриник, Р. Держко, І. Коваль, Ю. Малігонова, К. Павліченко, Р. Яремко та інших [14; 16; 32].

Класичне визначення ідентичності належить Е. Еріксону, який трактував її як цілісний образ себе, що формується протягом життя та відображає унікальність особистості у взаємодії з навколишнім середовищем. Він наголошував, що ідентичність включає здатність успішно долати завдання, що виникають на кожному етапі розвитку, і підтримувати стабільне відчуття власного «Я» попри зовнішні зміни. Еріксон описав становлення ідентичності як результат інтеграції трьох ключових процесів:

- Біологічного розвитку;

- Соціального впливу;
- Его-розвитку, де Его виконує роль інтегратора, що забезпечує взаємодію між тілесними та соціальними факторами, утворюючи унікальну структуру ідентичності [34, с.56].

У сучасному науковому дискурсі гендерна ідентичність розглядається як специфічна форма соціальної ідентичності, яка формується у взаємодії індивіда з соціокультурними нормами та очікуваннями. Згідно з визначенням Т.В. Говорун і О.М. Кікінежді, гендерна ідентичність — це соціально сконструйоване уявлення про себе як про представника певної статі, яке співіснує з іншими ідентичностями — професійною, сімейною, етнічною, освітньою тощо [7, с.45].

Ця форма ідентичності ґрунтується на почутті належності до чоловічої або жіночої статі, що супроводжується прийняттям типових для цієї статі характеристик та поведінкових зразків. Дослідники підкреслюють важливість не лише зовнішніх проявів, але й внутрішнього прийняття гендерної ролі, її емоційного сприйняття та узгодженості зі статевою самосвідомістю [7, с.46].

У межах теорії соціальної ідентичності гендерна ідентичність розглядається через призму кількох підходів. Детальне вивчення цих підходів дозволяє краще зрозуміти механізми формування та функціонування гендерної ідентичності, а також її вплив на професійне становлення майбутніх психологів.

Таблиця 1.1

Підходи розуміння гендерної ідентичності

Підхід	Особливості
Перший підхід	об’єктивно визнається існування жіноцтва як соціальної спільноти, прихильника цього бачення переконані, що як би не змінювався гендер в системі категорій, жінки та чоловіки об’єктивно будуть завжди суб’єктами.
Другий підхід	вчені акцентують увагу на більш-менш

	<p>постійних відмінностях у прийнятті соціумом жінок та чоловіків. У цьому напрямі Д. Абрамс з колегами розглядали особистісні відмінності у гендерній визначеності, А. Таунсенд і П. Гурін розвели по категоріям досліджуваних щодо різних проявів ідентичності гендеру.</p>
Третій підхід	<p>загалом розглядається проблема використання людьми гендерних категорій як поля соціального прийняття та самовизначення. Цей підхід найближчий до теорії соціальної ідентифікації, яка була описана Х. Теджфелом. Дану ідентичність вбачають мінливою, яка залежить від ситуації, проте, подібно другому підходу, мінливість вбачається більше кількісно, аніж якісно, є тенденція оприділяти їх вираженість чи повну відсутність, на противагу вивченню більш складних групових форм ідентифікації.</p>

Сучасна наука визнає, що детермінізм відкриває нові горизонти для аналізу гендерної ідентичності, зокрема у контексті її динамічного й багатовимірного характеру. Так, Дж. Бем [33] акцентує увагу на тому, що гендер варто трактувати не лише як абстрактне поняття, а як процесуальну дію, що проявляється у певних поведінкових актах. Ці дії, на думку дослідниці, перформативно формують гендерну ідентичність, хоча часто сприймаються як її результат. У такій концепції гендер не просто відображає вже наявну ідентичність, а є актом, через який ця ідентичність твориться, а біологічна стать лише претендує на підтвердження цього

процесу.

Таким чином, гендерна ідентичність, згідно з цією позицією, не є відображенням якоїсь сталості внутрішньої сутності, а конструюється безпосередньо в акті поведінки, в процесі взаємодії індивіда із соціальним простором. Відповідно, гендер визначається не тим, ким людина є «насправді», а тим, як вона діє та поводить у конкретних соціальних контекстах.

Дослідники також вказують, що біологічне та соціальне у структурі ідентичності не є взаємозамінними поняттями. Ідентичність за гендером формується як результат взаємодії різних складових особистості, де поєднуються біологічні, соціальні та культурні фактори. Біологічні чинники не проявляються у відриві від соціального впливу – їхня реалізація значною мірою зумовлена нормами, традиціями та культурним оточенням.

Й. Милюска [20, с.59], аналізуючи гендерну трансформацію, виокремлює три взаємопов'язані рівні, що пояснюють зміни у гендерній ідентичності як у жінок, так і в чоловіків. Це: біологічний рівень, психологічний рівень та соціальний рівень. Детальніша характеристика цих рівнів представлена у таблиці 1.2.

Таблиця 1.2

Рівні, котрі пояснюють виникнення трансформації гендерної ідентичності

Рівень	Характеристика
Біологічний рівень	характеризується у жінок та чоловіків функціональними та структурними організмичними особливостями
Психологічний рівень	характеризується комплексом особливостей психіки (цінностей, мотивацією, волею, когнітивними здібностями тощо), яким жінки та чоловіки послуговуються для формування

	власної гендерної ідентичності
Соціальний рівень	характеризується соціальними трансформаціями, переважаючою в соціумі ідеологією, що має безпосередній вплив на жінок та чоловіків як членів соціальних стосунків

У сучасному суспільстві гендерна ідентичність розглядається як складне, багатомірне явище, що формується під впливом біологічних, психологічних, соціальних та культурних чинників. Р. Дженкінс підкреслює, що гендерна ідентичність є передусім соціальним конструктом, який виникає в процесі взаємодії особистості з соціальним середовищем. Цей підхід акцентує на тому, що індивіди не лише сприймають соціальні норми, але й активно формують свою ідентичність через взаємодію з оточенням [36].

Зміни в економічній та соціальній структурах суспільства, зокрема трансформації ринку праці та переосмислення традиційних гендерних ролей, впливають на процес формування гендерної ідентичності. Наприклад, розширення можливостей для жінок у традиційно "чоловічих" професіях та для чоловіків у сферах, що раніше вважалися "жіночими", сприяє переосмисленню стереотипів і створенню більш гнучкого та рівноправного суспільства.

У сфері психології розуміння гендерної ідентичності є особливо важливим, оскільки воно впливає на професійне становлення фахівців. Майбутні психологи повинні усвідомлювати, як їхня власна гендерна ідентичність та соціальні очікування можуть впливати на їхню професійну діяльність та взаємодію з клієнтами. Це усвідомлення сприяє розвитку емпатії, культурної чутливості та ефективності в роботі з різноманітними клієнтами.

Соціально-конструктивістський підхід до гендерної ідентичності

визнає, що ця ідентичність формується через соціальний контекст, ролі, які особа виконує у суспільстві, та взаємодію з оточуючим середовищем. Замість того, щоб розглядати гендер як непохідний аспект від біологічної статі, цей підхід визнає його соціально-культурний характер. Гендерна ідентичність стає результатом власного досвіду, взаємодії з різними аспектами суспільства та особистих виборів. Людина активно будує свою гендерну ідентичність шляхом взаємодії з навколишнім середовищем, вибору ролей, які вона приймає, і формування своїх уявлень про те, що означає бути представником тієї чи іншої гендерної групи. Цей підхід підкреслює гнучкість та контекстуальність гендерної ідентичності, визнаючи, що вона може змінюватися від особистого досвіду, життєвих обставин і суспільних впливів.

Вивчення гендерної ідентичності в контексті професійного становлення майбутніх психологів є важливим для формування їхньої професійної ідентичності, розвитку емпатії та культурної чутливості. Це сприяє підвищенню ефективності психологічної допомоги та підтримці різноманіття в суспільстві.

Інститути соціалізації такі як однолітки, сім'я, школа оточення, деякі групи, де особистість долучається до певних норм та цінностей, стають своєрідними ретрансляторами досвіду соціуму. Зближення традиційно чоловічих та жіночих ролей, або фемінізація зростаючого населення чоловіків та збільшення маскулінності жінок, може бути результатом різноманітних соціокультурних, економічних і технологічних змін у сучасному суспільстві. Основні причини цього явища можуть включати [31]:

- **Рівність гендерів:** Зростання свідомості та прагнення до рівності між чоловіками і жінками може сприяти перегляду традиційних гендерних ролей. Суспільство стає більш відкритим для ідей про те, що жінки і чоловіки можуть вибирати різні ролі, які раніше були вважені непридатними або незвичайними.

- **Економічні зміни:** Зміни в структурі економіки, зокрема рост сервісного та інформаційного секторів, можуть створювати нові можливості для чоловіків і жінок у різних сферах. Це може призводити до розширення гендерних ролей та виникнення нових очікувань щодо статевого стереотипу.
- **Культурні зміни:** Зміни в культурних цінностях і поглядах на гендер можуть впливати на уявлення про те, що вважається "жіночим" або "чоловічим". Споживацька культура, мас-медіа і соціальні мережі можуть відігравати роль у формуванні нових стандартів гендерної поведінки.
- **Технологічний прогрес:** Зростання доступу до освіти та технологій може змінювати динаміку гендерних ролей. Розвиток індустрії та технологічних інновацій може змінювати вимоги до навичок, які раніше були пов'язані тільки з однією статтю.

Тобто, ці фактори взаємодіють, і динаміка фемінізації чоловіків та збільшення маскулінності жінок є комплексним явищем, яке може мати різні вияви в різних культурах та соціальних контекстах.

Статева типізація є процесом, під час якого особа вивчає та усвідомлює соціальні ролі та очікування, пов'язані із статтю. Цей процес включає в себе здатність дітей переробляти та групувати інформацію, особливо через призму концепцій "фемінності" та "маскулінності".

Важливим елементом статевої типізації є роль соціального оточення, яке включає сім'ю, школу, мас-медіа та інші впливи, які формують уявлення дітей про те, якими "повинні" бути чоловіки і жінки в їхньому суспільстві. Діти навчаються та приймають різні стереотипи, пов'язані зі статтю, та відтворюють їх у своїй власній ідентичності.

Згадана здатність переробляти інформацію і групувати її через призму фемінності та маскулінності може включати в себе відбір інформації, яка відповідає соціокультурним стереотипам. Діти можуть усвідомлювати різницю між статевими ролями та вивчати, як вони пов'язані з

концепціями "жіночності" і "чоловічості".

Цей процес може бути важливим для формування ідентичності та взаємодії особи зі світом. Однак важливо враховувати, що ця статева типізація може бути обмеженою та стереотипізованою, і вона визначається конкретним соціокультурним контекстом, у якому вона відбувається.

Формування кожної людини відбувається з допомогою освоєння моделі поведінки гендеру, що є позитивною як для жінок так і для чоловіків. Усі люди формують в собі деяку модель ідеального представника певної статі, а ця особа уже усвідомлено співставляє свою поведінку з цією моделлю, створюючи власні гендерні властивості особистості.

Формування гендерної ідентифікації у підлітків — це складний та динамічний процес, що включає в себе взаємодію багатьох факторів, таких як соціальне оточення, культурні впливи, особистий досвід та ідентичність. Ось деякі особливості формування гендерності у підлітків:

1. **Соціальне оточення та вплив різних інституцій:** Сім'я, школа, ровесники, мас-медіа та інші інституції впливають на уявлення підлітків про гендерні ролі. Вони вчать стандартам та очікуванням, пов'язаним із статтю.

2. **Ідентифікація з ролями та моделями:** Підлітки вибирають ролі та моделі поведінки, які вони сприймають як відповідні їхній гендерній ідентичності. Це може бути пов'язано із відчуттям приналежності до певної гендерної групи.

3. **Експерименти з ролями:** Підлітки можуть проводити експерименти з різними аспектами гендерності, спробувати відмежуватися від традиційних стереотипів або, навпаки, конформуватися до них.

4. **Сприйняття власного тіла:** Зміни у фізичному вигляді та психічному стані під час підліткового періоду можуть впливати на сприйняття власної гендерності. Усвідомлення себе як чоловіка або жінки

може бути пов'язане з фізіологічними змінами.

5. **Вплив мас-медіа та інтернету:** Мас-медіа та соціальні мережі можуть впливати на уявлення підлітків про гендер, пропонуючи різноманітні образи та ідеали.

6. **Соціокультурний контекст:** Культурні особливості та соціальні стандарти впливають на те, як гендерні ролі сприймаються у певному суспільстві.

Важливо враховувати, що гендерність у підлітків є індивідуальним та унікальним процесом. Вона може розвиватися різноманітними шляхами, і підлітки можуть відчувати тиск суспільства та одночасно експериментувати з власною ідентичністю.

Формування самосвідомості через призму гендерної соціалізації є важливим елементом становлення особистості. Гендерна соціалізація впливає на те, як особа сприймає себе як чоловіка або жінку, і це включає в себе усвідомлення власної статі та розуміння того, як соціум сприймає різні ролі статі.

Як виправдано вказала О. Зайцева [9], самосвідомість охоплює різні аспекти, включаючи усвідомлення власного тіла, оцінку моральних властивостей, світогляду, ставлення до інших та інше. В тому контексті, "Я-статеве" може визначати спосіб, яким особа сприймає свою стать та ролі, пов'язані з нею.

Розуміння власної статі може включати у себе усвідомлення фізичних особливостей, відчуття приналежності до певної гендерної групи, а також усвідомлення соціокультурних очікувань, пов'язаних із статтю. Процес формування самосвідомості може бути взаємодійним і впливати на інші аспекти особистісного розвитку, такі як самооцінка, самовизначення та соціальна адаптація.

Важливо враховувати, що гендерна самосвідомість не є статичною, і вона може змінюватися впродовж життя особи в залежності від досвіду, взаємодії зі суспільством і внутрішніх процесів самопізнання.

Розглядаючи структуру гендерної ідентичності варто розглянути окремі наукові дослідження. Так, гендер можна розглядати як складний конструкт, який включає в себе дві основні компоненти: структурну і індивідуальну.

Структурна компонента:

1. **Соціокультурна структура:** Гендерні ролі та очікування визначаються соціокультурною ситуацією та структурою суспільства. Це включає у себе очікування, які пов'язані з тим, що вважається "жіночим" і "чоловічим" в конкретному культурному контексті.
2. **Інституційні норми:** Закони, політики та інші інституційні структури можуть визначати та регулювати гендерні ролі та права в суспільстві.
3. **Мас-медіа:** Зображення та стереотипи, які представлені у мас-медіа, можуть впливати на утворення гендерних уявлень та ролей.
4. **Економічна структура:** Розподіл робочих місць, умови праці та економічні можливості можуть впливати на гендерні диспропорції у сфері праці.

Індивідуальна компонента:

1. **Гендерна ідентичність:** Особистий вибір і усвідомлення своєї гендерної приналежності. Це те, як особа сприймає себе як чоловіка, жінку, чи іншу гендерну ідентичність.
2. **Гендерні ролі:** Поведінка, очікувана від індивіда відповідно до його гендерної ідентичності. Це може включати в себе традиційні ролі, такі як батько чи мати, або більш сучасні та гнучкі гендерні ролі.
3. **Особисті переконання та цінності:** Індивідуальні погляди на гендер та власні переконання щодо того, якими мають бути чоловіки та жінки.

Інтерація між цими компонентами формує гендерну динаміку в суспільстві та визначає гендерні взаємовідносини на різних рівнях.

Компоненти гендерної ідентичності, які виокремлює науковець І. Кльоцина, дійсно відображають різні аспекти цього складного поняття. Давайте розглянемо кожен компонент більш детально:

Конативний чи поведінковий компонент:

- **Самопрезентаційна частина:** Способи, якими людина представляє себе як члена певної гендерної групи. Це може включати в себе усвідомлені вибори щодо стереотипних чи нетипових методів поведінки, які відображають гендерні очікування.
- **Розв'язання криз ідентичності:** Методи, які використовуються для подолання різних криз ідентичності, зокрема в контексті гендерної ідентичності. Вони можуть базуватися на цінностях, метах та орієнтаціях особистості.

Афективний чи оцінний компонент:

- **Оцінка рис психіки та рольової активності:** Оцінка власних психологічних характеристик та ролей, які відповідають гендерній ідентичності. Включає співставлення цих рис з еталонами фемінності-маскулінності.
- **Негативність та позитивність ідентичності:** Емоційна оцінка власної гендерної ідентичності, яка може бути позитивною чи негативною, залежно від того, наскільки вона відповідає соціокультурним стереотипам та особистим переконанням.

Когнітивний чи пізнавальний компонент:

- **Свідома приналежність до статі:** Усвідомлення свого статевого приналежності та прийняття цього факту як частини власної ідентичності.
- **Характеристика себе на підставі категорій фемінності-**

маскулінності: Визначення себе за допомогою гендерних категорій та розуміння міри своєї типовості або нетиповості в межах цих категорій.

Ці компоненти допомагають розкрити багатогранність гендерної ідентичності та її вплив на поведінку, емоційний стан і самосвідомість особистості.

Доволі розповсюдженим є підхід, відповідно якому сутнісними характеристиками дослідження гендерної ідентичності є фемінність та маскулінність. Дійсно, концепції фемінності та маскулінності широко використовуються для опису гендерних ролей та очікувань, що стосуються жінок та чоловіків в суспільстві. Вони відображають погляди деяких вчених, які досліджують гендерну ідентичність, зокрема фемінність та маскулінність, з точки зору норм та стереотипів, пов'язаних із статтю, зокрема І. Кон, І. Кльоцина, О. Кікінежді, Т. Говорун, С. Бем, Е. Барінтер.

Так, окремими ключовими поняттями в цьому контексті є:

Маскулінність:

- Прагматичність почуттів: Бажання виражати свої емоції та відчуття обмежено.
- Розвинене відчуття суперництва: Схильність конкурувати та домінувати в соціальних ситуаціях.

Фемінність:

- Пасивність: Схильність до більш спокійної або пасивної поведінки.
- Прихильність до родини: Акцент на значущості родинних відносин та турботи про інших.

Це може відображати соціокультурні стереотипи, які визначають, як суспільство очікує, що чоловіки та жінки повинні вести себе. Такий підхід може бути корисним для аналізу та розуміння соціокультурних очікувань, але важливо також розглядати індивідуальні відмінності та гендерні

вираження, які можуть варіюватися ширше, ніж в межах сформульованих стереотипів.

Дж. Удру [39] виокремлює різновиди маскулінності, що дозволяють краще розуміти це поняття в контексті соціокультурних та індивідуальних аспектів. Давайте розглянемо кожен із них детальніше:

Маскулінність як описова дескриптивна дефініція: Особливості та властивості: Описує суму динамічних та психічних характеристик, які об'єктивно є характерними для чоловіків порівняно з жінками. Цей підхід акцентує на природніх різницях між статями.

Маскулінність як аскриптивне поняття: Символіка та цінності соціуму: Розглядає маскулінність як елемент символіки та системи цінностей в суспільстві. Визначає, які якості приписуються чоловікам з точки зору соціокультурного середовища.

Маскулінність як прескриптивне поняття: Система приписувань: Розглядає маскулінність як систему приписувань, що визначає ідеалізованого, але можливо неідеального чоловіка. Це може включати у себе соціокультурні та індивідуальні очікування щодо поведінки, ролей та якостей чоловіка.

Важливо враховувати, що ці різновиди маскулінності не є взаємовиключними, і вони можуть переплітатися. Гендерні характеристики визначаються не лише біологічними різницями, але і культурними, соціальними та індивідуальними чинниками. Маскулінні та фемінінні ролі можуть бути розглянуті як частина більш широкого спектру соціальної ідентичності особистості, яка формується в процесі взаємодії з оточуючим середовищем [35, с.103].

Сучасні культурні та соціальні зміни суттєво впливають на сприйняття та вираження гендерних ролей та ідентичності. Ці трансформації можуть призводити до змішування традиційних властивостей, які раніше вважали жіночими або чоловічими. Деякі ключові аспекти цього явища включають:

Гнучкість гендерних ролей - Розширення вибору: Зміна уявлень про те, якими мають бути жінки та чоловіки, дозволяє людям вибирати більш гнучкі ролі в суспільстві, які не обов'язково відповідають традиційним стереотипам.

Нові соціальні норми - Акцент на індивідуальності: Сучасне суспільство може більше визнавати та цінувати індивідуальність, незалежно від гендерних ролей, і сприяти різноманітності в вираженні особистості.

Різноманітність гендерної ідентичності - Поява нових ідентичностей: Змішування традиційних гендерних ролей може сприяти появі нових форм гендерної ідентичності, які виходять за межі простого дихотомічного сприйняття "чоловік-жінка".

Активізація гендерного рівності - Боротьба за рівність: Зміни в гендерних ролях можуть відображати суспільний рух в напрямі більшої рівності та визнання прав жінок та чоловіків на різних рівнях.

Ці зміни свідчать про еволюцію уявлень про гендерність та відкривають діалог про розмаїття гендерних виразів. Однак важливо враховувати, що цей процес може викликати контрверсії в суспільстві, яке інколи стикається зі змінами у традиційних уявленнях про гендер.

1.2. Гендерні особливості професійного розвитку особистості

Вивчення психологічних проблем, котрі виникають у системі гендер-професія, завжди опиралось на дослідження статевих відмінностей і визначенні значущості біологічної статі щодо здібностей (вербальних, математичних і просторово-зорових). Завдяки феміністському руху й обговорення питань дискримінації жінок, що спостерігалось в середині минулого століття, значною мірою прогресувала активізація гендерних досліджень, зокрема й у професійній сфері. Становлення професіонала та його професійного образу «Я», з одного боку, і подальша професійна діяльність можуть впливати на гендерні гендерну ідентичність ідентифікаційні моделі і, відповідно, на соціальні моделі поведінки людини. З іншого боку, вибір професії є результатом дії багатьох взаємопов'язаних чинників як зовнішніх так і внутрішніх, в систему яких входить і гендер. [5, с. 32].

Особливості дослідження гендерних характеристик людини пов'язане з методологічними і концептуальними труднощами. Сам термін «гендер» вказує на відмінності між жінками і чоловіками, що створені культурою, але причинно-наслідковий зв'язок між ними як правило не завжди очевидний і може бути зумовлений певними чинниками як психологічними, так і соціальними.

Зростаючий інтерес до проблем гендеру має доволі глибоке коріння. Відмінність чоловіків і жінок є найфундаментальнішою різницею між індивідуумами, котрі належать до виду *homo sapiens*, а також, зараз йде процес зміни і зближення гендерних ролей. Тому потрібно визначити деякі ключові елементи зазначеного контексту:

Зміна гендерних ролей:

Участь у традиційно "чоловічих" сферах: Жінки все частіше здобувають активну роль у сферах, які традиційно вважались чоловічими, таких як політика, бізнес та військова справа.

Чоловіки в "жіночих" сферах: Обернення стереотипів також спостерігається, і чоловіки все більше беруть участь у традиційно "жіночих" сферах, таких як виховання дітей та домашнє господарство.

Тенденція до андрогінії:

Розмивання "чоловічих" та "жіночих" рис: З'являється тенденція до андрогінії, тобто вираження якостей, що раніше вважалися притаманними лише одній статі, в представників обох статей.

Перегляд традиційних уявлень:

Зміна ставлення до аніми та анімуса: Сучасні дослідження та розуміння психологічних аспектів гендерної ідентичності переглядають роль аніми та анімуса, визнаючи їх як нормальні та динамічні аспекти особистості.

Зазначена еволюція в поглядах на гендерне вираження та роль особистості в сучасному суспільстві вказує на розуміння глибоких та складних взаємозв'язків між біологічними, культурними та соціальними аспектами гендеру. Ці зміни можуть відкривати нові можливості для самовираження та створення більш різноманітних форм гендерної ідентичності.

Науковці вказують [3], що гендерна роль моделює комбінацію рис жінки і чоловіка, формує на цій основі якості індивіда, розкриває здібності, спрямовує на здійснення певних видів діяльності. Тобто, засвоєння особистістю тієї чи іншої гендерної ролі детермінує всі інші її якості.

Сьогодні існує проблематика гендерних стереотипів та упереджень, які впливають на сприйняття успіху чоловіків і жінок у сучасному суспільстві. Давайте розглянемо деякі ключові аспекти, які ви висвітлили:

1. **Статеворольові стереотипи:** Жінкам часто важко досягти успіху в сферах, де вони стикаються з чоловічими правилами. Це може включати політику, бізнес, управління в цивільній і військовій сферах. Жінки можуть бути примушені "грати за чоловічими правилами" або

адаптуватися до традиційно чоловічих норм для досягнення успіху.

2. **Пояснення успіху:** При поясненні успіху, відомо, що у чоловіків та жінок застосовують різні міри. Успіх чоловіків часто пов'язують з їхніми здібностями, що розглядаються як стабільні причини. Успіх жінок частіше пов'язують з їхніми зусиллями, що розглядаються як нестабільні причини.

3. **Оцінка "здатностей" і "зусиль":** Оцінка термінів "здатності" і "зусиль" може бути різною для чоловіків і жінок. Здатності у чоловіків можуть отримувати позитивну оцінку, тоді як у жінок "зусилля" можуть бути інтерпретовані як менш стабільний фактор з негативною конотацією.

4. **Компетентність:** У взаємодії та на особистісному рівні виборча компетентність для жінок може бути важливим фактором, але вона може сприйматися негативно. Висока компетентність у жінок може ставити під сумнів їхню "жіночість" або несприйматися позитивно в суспільстві.

Ці аспекти вказують на необхідність розглядати та переосмислювати гендерні ролі та стереотипи для створення більш справедливого та рівноправного суспільства.

У контексті гендерної ідентичності, має місце усвідомлення свого зв'язку з культурними та суспільними визначеннями жіночності і мужності. Це охоплює суб'єктивний досвід, тому психологічною інтеріоризацією жіночих і чоловічих рис у процесі взаємодії «Я та інші». Гендерна ідентичність нерозривно пов'язана з уявленням про власну стать: чи відчуває себе індивід жінкою або чоловіком.

Чоловіча ідентичність відзначає важливі аспекти, які визначають спосіб, яким чоловіки конструюють свою соціальну та гендерну ідентичність. Давайте детальніше розглянемо деякі ключові поняття розуміння чоловічої ідентичності:

Чоловіча соціальна група: Це вказує на те, що чоловіки відчувають зв'язок із загальною соціальною групою чоловіків. Це може включати в себе спільні відчуття приналежності, ідентифікації та взаємодії.

Гендерно-зумовлені ролі і самопрезентації: Це вказує на те, що чоловіки формують свою ідентичність через гендерно-визначені ролі та способи представлення себе в суспільстві. Це може включати традиційні очікування та норми, пов'язані із чоловічістю.

Ідеологія мужності та принцип "маскулінної додатковості": Ідеологія мужності може визначати те, як чоловіки розуміють свою роль в суспільстві. Принцип "маскулінної додатковості" може означати прагнення чоловіків відзначитися в особливий спосіб, який вважається "маскулінним".

Культурна норма антижіночності: Це вказує на те, що чоловіча ідентичність може бути утверджена в контексті визначеної культурної норми, яка може включати в себе відносно відкидання чи неприйняття жіночого.

Тривога і напруга: Зазначення, що традиційна чоловіча гендерна роль може бути причиною тривоги і напруги, вказує на те, що чоловіки можуть відчувати тиск або неспокій, пов'язаний із відповідністю цим ролям.

Це підкреслює глибокий вплив соціокультурних чинників на формування чоловічої ідентичності та визначення ролей у сучасному суспільстві [4, с. 47].

Жіночої ідентичність вказує на ряд важливих аспектів, які визначають спосіб, яким жінки конструюють свою гендерну ідентичність. Давайте докладніше розглянемо деякі ключові елементи, жіночої ідентичності:

Жіноча соціальна група: Це вказує на те, що жінки відчують себе частиною загальної соціальної групи жінок. Це може включати в себе спільні відчуття приналежності, ідентифікації та співпереживання.

Гендерно-зумовлені ролі і самопрезентації: Це вказує на те, що жінки формують свою ідентичність через гендерно-визначені ролі та способи представлення себе в суспільстві. Тут можуть виявлятися традиційні очікування та норми, пов'язані із жіночістю.

Жіночий досвід: Вказівка на "жіночий досвід" свідчить про те, що формування ідентичності жінок пов'язане з унікальними викликами, можливостями та досвідом, що впливають з їхньої статі.

Цінність "жіночого" в суспільстві: Зазначення меншої цінності "жіночого" в суспільстві вказує на те, що соціокультурне оточення може створювати виклики для формування позитивної жіночої ідентичності.

Проблеми в розвитку Я-концепції: Зазначення проблем у розвитку позитивної Я-концепції вказує на те, що жінки можуть стикатися із складнощами у визначенні та оцінці власної особистості, особливо якщо вони володіють високими соціальними здібностями чи проявляють лідерські якості.

Зазначене підкреслює важливість розуміння та визначення гендерної ідентичності в контексті соціокультурного середовища та його впливу на формування особистості жінок.

В уявленнях про гендерну ідентичність виділяють 4 етапи. Розглянемо їх детальніше [38].

Таблиця 1.3

Етапи гендерної ідентичності

Етап	Особливості етапу
Перший, дофройдівський, етап – початок ХХ ст.	На початку ХХ століття суспільство висувало стереотипи щодо "ідеальної" жіночності, які визначалися певними очікуваннями та ролями. Жінкам накладалася роль "домогосподарки" та "дбайливої матері", і вони часто оцінювалися відповідно до того, наскільки вони відповідали цим стереотипам. Психоеаналітичний підхід, запропонований Фройдом, також вплинув на уявлення про жіночність. Фройд висунув концепцію "жіночого начала", в якій жіночна ідентичність була пов'язана із здатністю до материнства та підлеглості чоловікові.

	<p>На цьому етапі дослідження були забарвлені патріархальними уявленнями про ролі гендерів, і стандарти "ідеальної" жіночості визначалися соціокультурними та психоаналітичними впливами.</p>
<p>Другий етап, пов'язаний з діяльністю Фрейда і його послідовників, включає період з 1920-х по 1970-і рр.</p>	<p>На цьому етапі Фрейд висловив свою теорію про комплекс кастрації та створив ідеї, які визначили деякі стереотипи щодо жіночості та чоловічості. У своїй роботі "Жіночність" Фрейд висловив думку, що жінки відчувають комплекс кастрації, тобто заздують анатомії чоловіків і переживають бажання володіти фаллусом. Він вважав, що "фемінні" риси, такі як пасивність, залежність і схильність до підкорення, є результатом цього комплексу. У той час як чоловіки вважалися активними і прагнучими до влади. Фрейдські ідеї заклали основу для подальших роздумів і досліджень щодо ролі та психології жінок. Однак ці ідеї також стали предметом критики з боку феміністичних та гендерних досліджень, які виникли в наступні десятиліття.</p>
<p>Третій етап – 70-80-і рр. ХХ ст. Цей етап пов'язаний з іменами двох жінок – Сандри Бем і Джудіт Спенс.</p>	<p>У 1975 р. Джудіт Спенс піддала критиці операціональне визначення андрогінії, зроблене Бем, і запропонувала інший показник: андрогінність – це поєднання високої маскулінності й високої фемінності. Це абсолютно інше розуміння андрогінії. Представимо, наприклад, таке поєднання протилежних характеристик, як домінантність і підлеглість, асертивність і поступливість – в принципі, це поєднання можливе, але свідчить швидше не про збалансованість і гармонійність особистості, а про її суперечність і амбівалентність.</p>

	<p>Поєднуватися можуть не протилежні якості, а якості, що характеризують різні особливості особистості, наприклад владність і ніжність, відданість і дух змагання. Але і ці поєднання свідчать про деяку амбівалентність. Зрозуміло, що в такому розумінні андрогінні суб'єкти справляли враження людей із хворою гендерною ідентичністю. Щоправда, сама Спенс так не вважала – навпаки, андрогінність асоціювалася для неї з високою самооцінкою і психічним благополуччям людини. Загалом нею було виділено 4 типи людей: типові чоловіки, типові жінки, андрогінні особистості і недиференційовані особистості з низькими показниками маскулінності і фемінності [2, с. 80].</p>
<p>Четвертий етап – початок XXI ст.</p>	<p>Останнім часом почали розвиватися кроскультурні дослідження гендерної ідеології. Цікавий матеріал у цьому плані міститься в книзі Н. М. Лебедевої (1999). Були досліджені уявлення про те, які якості є бажаними для чоловіків і які – для жінок, в 14 культурах. З'ясувалося, що в розвинених країнах популярна ідея егалітарності (рівність статей), а в традиційних культурах (особливо мусульманських – Індії, Пакистані, Нігерії) – ідея переваги відмінностей між чоловіками і жінками.</p>

Гендерні і статеві ідентичності, переважно, розкриваються через категорії «фемінність» (жіночність) і «маскулінність» (мужність). Маскулінність і фемінність є специфічними характеристиками людини, оскільки вони виступають як базові категорії під час аналізу психологічної статі й гендерної ідентичності. Маскулінність і фемінність є соціально-

конструйованими ролями, які визначають, як очікується, що чоловіки і жінки повинні вести себе в суспільстві. Маскулінність традиційно асоціюється з характеристиками, які суспільство вважає типовими для чоловіків, такими як сила, автономія, рішучість. З іншого боку, фемінність пов'язується з якостями, які традиційно вважаються типовими для жінок, такими як ніжність, співчуття, емоційна виразність.

Важливо розуміти, що ці ролі можуть еволюціонувати в часі і їх сприйняття може різнитися в різних культурах та епохах. Також багато людей можуть відчувати себе комфортно виражати комбінацію маскулінності і фемінності, або навіть відмовлятися від цих категорій, визначаючи свою унікальну гендерну ідентичність.

Вивчення маскулінності враховує її множинність, історичність і ситуаційність [36]. Розглянемо це детальніше:

Множинність: Маскулінність дійсно виявляється в різноманітності моделей. Різні культури, епохи та соціальні групи можуть мати власні уявлення про те, що вважається "справжньою" маскулінністю. Наприклад, погляди на те, як чоловік повинен виражати свої емоції, впроваджувати свою роль у сім'ї чи суспільстві, можуть значно відрізнятись в різних культурах.

Історичність: Маскулінність є динамічною, і зміни в її структурі можуть відбуватися відповідно до історичних та соціокультурних змін. Погляди на те, яким повинен бути чоловік, можуть еволюціонувати від покоління до покоління або від епохи до епохи.

Ситуаційність: Маскулінність також може залежати від конкретних ситуацій і соціокультурного контексту. Якщо суспільні уявлення про життя і роль чоловіка змінюються, це може вплинути на сприйняття маскулінності в конкретних ситуаціях.

Таке розуміння враховує гнучкість та динаміку гендерних ролей та ідентичностей у різних контекстах і дозволяє розуміти їх як соціально конструйовані і змінні Початок форми[1, с. 45].

Образ "Я – чоловік" у чоловіків і "Я – жінка" у жінок визначається як частина самосвідомості особистості. Цей образ є ключовим елементом гендерної ідентичності та впливає на багато аспектів поведінки, ставлення до себе та інших, а також на усвідомлення свого місця в суспільстві. Він формується в процесі соціалізації та взаємодії зі значущими інститутами, такими як сім'я, школа, релігія та мас-медіа. Образ "Я – чоловік" часто асоціюється з очікуваннями щодо чоловічої ролі, такими як силу, незалежність, рішучість. З іншого боку, образ "Я – жінка" пов'язаний із стереотипами про жіночі ролі, такими як турботливість, витриманість, чутливість. Ці образи впливають на формування особистості, включаючи становлення особистісних якостей, ставлення до себе, інших людей, а також на вибір професійного шляху та стосунки в професійній сфері. Розуміння та усвідомлення цих гендерних образів є важливим для розвитку гендерно-чутливих підходів у сучасному суспільстві.

Гендерна самосвідомість, яка формується на ранніх етапах соціалізації, грає важливу роль у формуванні інших образів "Я", зокрема професійного образу. Професійний образ "Я" представляє усвідомлення і оцінку себе як представника певної професії і визначається великою мірою культурними, соціальними та гендерними установками. Існують деякі фактори, що впливають на формування і зміну гендерних і професійних образів "Я". Вік, фаза життя та етап професійного становлення є важливими чинниками, що визначають, як особа сприймає себе в контексті певної професії та гендеру. Процес становлення професійного образу може супроводжуватися негативними станами, які впливають на психічне благополуччя та рівень самоактуалізації особистості. Тому прослідковується важливість вивчення взаємодії гендерної і професійної ідентичностей, оскільки ці аспекти взаємодіють і можуть впливати на трактування та пристосування особистості в професійному середовищі [1, с. 85].

У психології гендерні дослідження підтверджують, що соціально-

психологічна стать особистості є ключовим фактором, який впливає на розвиток професійного образу "Я". Взаємодія гендерної і професійної ідентичності становить складний та багатогранний процес, який включає різні аспекти та компоненти особистості. Дослідження розглядають цю взаємодію в різних категоріях осіб, таких як представники різних професій, різних вікових, соціальних і етнічних груп. Важливу роль в цьому процесі відіграють гендерні стереотипи і установки, які можуть варіювати в залежності від культурних та соціальних контекстів. Особливої уваги заслуговують жінки, оскільки багато європейських і західних країн продовжують зберігати гендерні стереотипи та установки, що стосуються жінок. Дослідження вказують на наявність суперечностей у самосвідомості жінок, які пов'язані з різними образами "Я", такими як "Я – жінка", "Я – професіонал", "Я – мати", "Я – господиня" і так далі. Ці суперечності виникають у зв'язку з соціокультурними очікуваннями і ролями, які накладаються на жінок у сучасному суспільстві. Розуміння цих взаємозв'язків є важливим для подальших досліджень та розвитку підходів до психології гендеру та професійного самовизначення [7, с. 23].

Отже, у сфері зайнятості прослідковується асиметричне розміщення жінок і чоловіків у професійній структурі, оскільки ряд професій є практично або жіночими, або чоловічими. Спираючись на погляди А. А. Гольденвейзера, соціальні психологи Г. Гібш і М. Форверг, бачать причину зазначеного не в біологічних особливостях жінок і чоловіків, а у соціальних умовах, котрі формуються в суспільстві. Соціальні чинники здійснюють вплив на вибір жінками і чоловіками професійної діяльності, і як показує практика, що хоча жінки з небажанням освоюють специфіку чоловічої діяльності, побоюючись, що їх називатимуть менш жіночними, проте ця особливість в останні роки все більше втрачає значущість. За дослідженнями Л. Термана і К. Майлза, жінки, що досягли кар'єри, в середньому виявилися більш маскулініними, а ніж жінки, котрі не досягли результатів. Відповідно до даних Е. Таслер, серед жінок, що

характеризуються високим бажанням до конкуренції, подолання перешкод, боротьби, співвідношення гендерних типів виявлено таке (дослідження за методикою С. Бем): фемінних – 43 %, маскулінних – 30 %, андрогінних – 27 % [37, с. 49].

Тому, існують певні відмінності між вибором професії психолога чоловіком і жінкою, і ці відмінності можуть бути обумовлені різними факторами, такими як гендерні ролі, соціокультурні очікування і інші чинники.

Гендерні стереотипи та очікування: У багатьох суспільствах існують стереотипи про те, які професії "підходять" для чоловіків і жінок. Історично психологія часто сприймалася як жіноча професія, особливо у сферах, пов'язаних із соціальною роботою і підтримкою. Такі стереотипи можуть впливати на вибір професії психолога залежно від гендеру.

Соціальні ролі та очікування: Жінкам і чоловікам традиційно призначають різні соціальні ролі, і ці ролі можуть впливати на їхні вибори професій. Наприклад, жінкам частіше приписують ролі догляду і підтримки, що може робити професію психолога більш привабливою. У той же час чоловіків може приваблювати роль експерта чи консультанта.

Освітні та культурні фактори: Рівень освіти, культурний контекст і доступ до різних можливостей можуть впливати на вибір професії психолога. В деяких культурах чоловікам може бути стимульовано обирати технічні або інженерні професії, тоді як жінкам може бути сприяно вибору професій у сфері гуманітарних наук.

Особистість та інтереси: Індивідуальні риси особистості і інтереси також впливають на вибір професії. Деякі особливості, які сприймаються як "жіночі" або "чоловічі", можуть впливати на індивідуальний вибір кожної особи.

Важливо при цьому враховувати, що ці відмінності є загальними тенденціями, і індивідуальний вибір залежить від багатьох чинників. Розуміння цих відмінностей може допомогти у створенні сприятливих

умов для обрання професії в будь-якому гендері та сприяти різноманітності в сфері психології.

1.3. Вимоги до професійної діяльності майбутніх психологів

У сучасних умовах значущість фахівців допоміжних (хелперських) професій зростає на тлі соціокультурних, політичних, економічних та демографічних трансформацій. Професії, орієнтовані на надання допомоги — лікарі, педагоги, соціальні працівники, психологи — набувають ключового значення в суспільстві. Їхня діяльність полягає у застосуванні професійних знань та навичок для підтримки, лікування чи консультування осіб, які звертаються за допомогою. Робота в сфері хелпінгу передбачає взаємодію з клієнтами, які мають різноманітні потреби, проблеми та ставлення до процесу отримання допомоги. Психологи, зокрема, використовують різноманітні методи та підходи для забезпечення ефективної допомоги, враховуючи індивідуальні особливості та потреби клієнта, його систему установок та активність. Успішність цього процесу залежить від здатності психолога адаптуватися до унікальних потреб кожного клієнта, застосовуючи відповідні техніки та стратегії. Професійна етика та культурна компетентність є важливими аспектами взаємодії психолога з різними групами населення, включаючи сім'ї, дітей та дорослих.

Відтак, до майбутнього психолога висувуються вимоги, що охоплюють не лише професійну компетентність, але й особистісні якості. Для повноцінної характеристики професії психолога необхідно розглянути його освітньо-кваліфікаційну підготовку, яка визначається офіційним документом — освітньо-кваліфікаційною характеристикою. Цей документ встановлює стандарти та вимоги до підготовки фахівців у сфері психології у вищих навчальних закладах, відображаючи різні аспекти професійної діяльності практичного психолога. Основні елементи освітньо-кваліфікаційної характеристики можуть включати:

Професійне призначення:

- Опис завдань та обов'язків, які виконує практичний психолог.

- Контексти та сфери, де може застосовуватися професія практичного психолога.

Рівень професійних знань і умінь:

- Огляд ключових теоретичних та прикладних аспектів психології.
- Опис необхідних навичок, які повинен володіти фахівець.

Кваліфікаційні характеристики:

- Рівень освіти, який має досягти студент для отримання кваліфікації.
- Вимоги до практичного досвіду та стажу.

Орієнтуючі та регулюючі функції:

- Строки та умови отримання диплому чи кваліфікації.
- Інші важливі аспекти, такі як етичні стандарти та норми поведінки психолога.

Освітньо-кваліфікаційна характеристика психолога допомагає студентам та фахівцям зорієнтуватися в професійній сфері, визначаючи очікування та стандарти, які вони повинні відповідати. Освітньо-кваліфікаційна характеристика є важливим елементом стандартизації та розвитку психологічної освіти [9].

Вчені Т.В.Дуткевич і О.В.Савицька [8] виділили систему знань та вмінь, необхідну психологу для вирішення фахових задач:

1. Дослідницькі (гностичні) вміння психолога включають в себе ряд ключових аспектів, які вказують на його здатність аналізувати, визначати та вирішувати психологічні проблеми в конкретних ситуаціях. Ось кілька складових цих вмінь: Визначення психологічної проблеми (здатність розпізнавати основні аспекти психологічних проблем в індивідів чи груп; вміння проводити діагностику і аналіз психологічних станів та процесів); розробка шляхів подолання проблеми: (здатність розробляти ефективні стратегії втручання та плани допомоги; уміння ставити конкретні завдання для подолання виявлених проблем);

поєднання теоретичного аналізу і вирішення проблеми: (здатність застосовувати теоретичні знання для розуміння і пояснення психологічних явищ та проблем; вміння інтегрувати теорію в практичний контекст для розв'язання конкретних завдань); знаходження ефективних засобів вирішення психологічної задачі: (здатність інноваційно підходити до вирішення психологічних завдань; уміння використовувати різні методи та техніки для досягнення психологічних цілей); виявлення причинно-наслідкових зв'язків: (здатність аналізувати і розуміти взаємозв'язки між різними психологічними факторами; уміння визначати причини психологічних проблем та розробляти стратегії їх усунення); оптимізація власної професійної діяльності: (здатність критично оцінювати власну роботу та шукати можливості для вдосконалення; уміння вирішувати етичні та практичні питання, які виникають у процесі професійної діяльності). Ці гностичні вміння важливі для психолога, оскільки вони допомагають не лише визначити проблеми, але і розробити ефективні стратегії їх вирішення, забезпечуючи високий рівень професійної компетентності.

2. Інтерактивно-комунікативні вміння психолога грають ключову роль у виконанні його професійних обов'язків. Ці вміння включають: оволодіння інноваційним стилем професійної діяльності: (Здатність адаптувати свою роботу до сучасних тенденцій і вимог психологічної практики; уміння впроваджувати нові методи та техніки для покращення роботи з клієнтами); гуманне ставлення до людини: (здатність виявляти співчуття, турботу та повагу до індивідуальних потреб та особливостей кожного клієнта; розуміння етичних аспектів та збереження конфіденційності в роботі з клієнтами); вплив на роботу персоналу: (здатність мотивувати та впливати на емоційний стан персоналу; уміння керувати груповими та індивідуальними динаміками для досягнення позитивних результатів); реагування на складнощі життя колективу: (здатність адаптуватися до змін в колективі та сприяти

позитивним змінам; виявлення розуміння та чутливості до проблем та потреб членів колективу); виділення і розвиток позитивних складових: (уміння виявляти і підтримувати позитивні якості та досягнення учасників групових або індивідуальних сесій; здатність стимулювати розвиток позитивних змін та психологічного зростання); встановлення емпатичних зв'язків з клієнтом: (здатність відчувати і розуміти емоційний стан та досвід клієнта; уміння створювати сприятливу емоційну атмосферу та підтримувати психологічну безпеку клієнта). Ці вміння допомагають психологові ефективно взаємодіяти з різними клієнтами, керувати групами та створювати позитивне психологічне середовище.

3. Діагностичні вміння психолога важливі для точного визначення проблем та потреб клієнта. Сюди входять: правильне проведення анкетування та тестування: (знання методик та технік анкетування та тестування для збору об'єктивної інформації; уміння вибирати та адаптувати інструментарій до конкретних завдань та особливостей клієнта); здатність до психокорекції та впливів на людину: (розуміння основних методів психокорекції та їх ефективного використання; здатність визначати індивідуальні потреби та обирає правильні підходи для зміни психологічного стану клієнта); використання психологічного інструментарію: (знання та ефективне використання різноманітних психологічних інструментів, таких як тести, опитувальники, методи проєктивної діагностики тощо; адаптація інструментів до конкретного контексту та особливостей клієнта); інтерпретація результатів психодіагностики: (аналіз та розуміння результатів тестів та інших методів психодіагностики; вміння враховувати контекст та особливості клієнта при інтерпретації); виявлення властивостей особистості і можливостей продуктивної діяльності: (визначення основних рис особистості на основі отриманих даних; розуміння впливу особистісних рис на професійну та особистісну

діяльність). Діагностичні вміння допомагають психологові ефективно працювати з клієнтами, надаючи індивідуалізовану допомогу та розробляючи стратегії для подолання психологічних труднощів.

4. Дидактичні вміння психолога включають навички ефективного викладання та навчання, розвитку особистості та корекції діяльності. Сюди входять: продуктивне навчання: (розуміння основних принципів навчання та формування нових навичок; здатність адаптувати методи навчання до індивідуальних потреб та особливостей клієнта); забезпечення розвитку та корекції діяльності особистості: (розроблення індивідуальних планів розвитку для клієнтів; здатність створювати ефективні програми корекції для подолання психологічних проблем); вибір і реалізація продуктивних моделей, алгоритму і технології діяльності: (обирання оптимальних підходів та методів для досягнення конкретних цілей; використання сучасних технологій та інновацій у психологічній роботі); організація соціально-психологічної роботи: (здатність планувати та реалізовувати соціально-психологічні заходи; ефективна співпраця з командою та взаємодія з групами клієнтів); особиста участь у проведенні заходів: (залучення особистого досвіду та емоційного зв'язку з клієнтами; ефективне керівництво або участь у групових заняттях та тренінгах). Дидактичні вміння психолога сприяють створенню ефективних програм навчання та розвитку, які враховують індивідуальні особливості та потреби клієнтів.

5. Проектувальні вміння психолога включають розробку та впровадження програм, спрямованих на формування позитивної «Я-концепції», адаптацію до нових умов, профілактику шкідливих звичок та інші аспекти. Основні аспекти цих вмінь включають: формування позитивної «Я-концепції»: (розробка індивідуальних психологічних програм для самоаналізу та самопізнання клієнта; створення планів адаптації до нових умов та змін життєвого стилю); профілактика алкоголізму, наркоманії та інших шкідливих звичок: (розробка та

впровадження програм первинної профілактики залежностей; надання психологічної підтримки для осіб, схильних до шкідливих звичок); психологічна експертиза і корекція асоціальної поведінки: (розробка методик та планів для психологічної експертизи асоціальної поведінки; впровадження програм психологічної реабілітації для корекції асоціального поводження); психологічна реабілітація людини: (розробка індивідуальних планів психологічної реабілітації для осіб із психосоціальними труднощами; застосування методів та технік для полегшення адаптації осіб до соціального середовища); консультивання керівників і працівників установ: (посадове консультивання з питань використання психології в організації виробничої діяльності; розробка психологічних стратегій для підвищення ефективності колективної роботи та здоров'я персоналу). Ці вміння спрямовані на створення позитивних змін у психічному стані та поведінці клієнтів, а також на підвищення ефективності та гармонії у робочих колективах та установах [13, с. 38-39].

У процесі навчання психологів важливу роль відіграє психологічний супровід. У цьому контексті, С. М. Максимець, виокремлює 3 основні функції психологічного супроводу [19]:

- 1) створення умов для розвитку професійної мотивації та професійно важливих якостей;
- 2) створення умов для ефективного опанування професійних знань, умінь та навичок, усвідомлення власного професіогенезу;
- 3) створення умов для профілактики навчально-професійних криз, де результатом є формування навчально-професійної адаптованості та професійної ідентичності.

В.Г.Панок зазначив, що для якнайкращого оволодіння професією психологи повинні не тільки володіти необхідним об'ємом знань, умінь та навичок, професійних компетентностей, а й використовувати соціально- та професійно-значущі якості особистості відповідно до

поставлених цілей, завдань та ситуацій [21; 22]. Тобто, професія психолога вимагає від особистості здійснення клопіткої роботи щодо становлення власного Я.

Існує ряд психічних процесів, що є ключовими для успішної роботи кожного психолога. Давайте розглянемо кожен з них докладніше:

Увага та пам'ять:

- Увага: Психолог повинен бути здатний зосереджувати свою увагу на клієнтах, їхніх словах та невербальних сигналах.
- Пам'ять: Здатність запам'ятовувати інформацію про клієнтів допомагає у створенні ефективних індивідуальних стратегій допомоги.

Аналітичне, творче та критичне мислення:

- Аналітичне мислення: Психолог повинен аналізувати інформацію, виявляти зв'язки та визначати ключові питання.
- Творче мислення: Здатність до творчого підходу допомагає розробляти нестандартні стратегії допомоги.
- Критичне мислення: Оцінювання інформації критичним поглядом допомагає визначити об'єктивну сутність проблеми.

Емоційна стійкість:

- Психолог повинен зберігати емоційну стійкість у важких ситуаціях, що дозволяє надавати підтримку клієнтам, не піддаваючись емоційному стресу.
- Розвинена емоційна інтелігенція допомагає вірно розпізнавати та ефективно взаємодіяти з емоціями клієнтів.

Врахування цих психічних процесів сприяє розвитку професійних навичок психолога та підвищенню ефективності його роботи в сфері психологічної допомоги та консультування.

Варто зазначити у нашому дослідженні і роль іміджу у

професійній діяльності практичного психолога що є дуже важливим. Зовнішній вигляд та враження, які він справляє, можуть суттєво впливати на сприйняття та взаємодію з клієнтами. Варто зазначити кілька аспектів, які важливі у формуванні позитивного іміджу практичного психолога: фізичний вигляд: зовнішність, така як обличчя, фігура, зріст, може створити перше враження. Зібраність та доглянутість сприяють встановленню довіри; функціональні ознаки: практичний психолог повинен бути уважним до свого мовного та немовного спілкування. Його рухи, жести, інтонації голосу мають виражати професіоналізм і розуміння; оформлення зовнішності: стиль одягу, зачіски та загальний вигляд можуть створювати враження про охайність і педантичність психолога; здатність адаптації: гнучкість та здатність адаптуватися до індивідуальних особливостей клієнта також є важливим компонентом позитивного іміджу; професійна етика: дотримання етичних норм та високого стандарту професійної поведінки також впливає на сприйняття психолога. Дуже важливо, щоб психолог пам'ятали, що позитивний імідж має бути підкріплений реальною професійною компетентністю та здатністю надавати якісну допомогу. Імідж є частиною загального враження, але справжня ефективність полягає в професійних навичках та емпатії.

В контексті професійної діяльності психологам варто надавати перевагу більш класичному стилю одягу, оскільки це демонструє високий рівень культури, визиває почуття стабільності та надійності, не відволікає увагу клієнтів. Зовнішній вигляд, зокрема зачіска, макіяж, манікюр повинні також бути бездоганними. Використання відкритих поз і жестів може сприяти побудові сприйнятливості та довіри. Завірені та спокійні рухи можуть передавати емоційну стабільність. Підсвідомо ми часто реагуємо на тон голосу. Дбайливий та професійний голос може створити враження впевненості та розуміння. Важливо відзначити, що кожна людина і ситуація унікальні. Деякі клієнти можуть реагувати на

формальний підхід, тоді як інші можуть відчувати більшу близькість до більш інформального стилю. Ключовою є спроможність психолога адаптувати свій підхід до потреб та особливостей конкретного клієнта, зберігаючи при цьому професійний стандарт та етику [25].

Науковці Т.В.Дуткевич й О.В.Савицька основним інструментом діяльності психолога називають спілкування, що розгортається у вигляді комунікації, інтеракції та перцепції. Взаємодія з клієнтом через мовлення, слухання, та емоційний контакт є ключовим для встановлення довіри, розуміння проблем, та надання психологічної підтримки чи консультацій. На думку вчених основні аспекти спілкування в психологічній практиці включають: активне слухання (уважне слухання є важливим елементом спілкування. Психолог повинен демонструвати інтерес до клієнта, слухати його слова, розуміти емоції та виявляти співчуття); емпатію (здатність відчувати та розуміти емоції клієнта є ключовою для роботи психолога. Емпатія допомагає встановити емоційний зв'язок та підтримати клієнта в процесі розв'язання проблем); невербальну комунікацію (міміка, жести, тіло та інші невербальні елементи можуть відігравати важливу роль у спілкуванні. Вони можуть допомагати в передачі емоцій та розумінні невербальних сигналів клієнта); кларифікація та пояснення (психолог повинен бути в змозі чітко висловлювати свої думки, а також визначати і уточнювати інформацію, щоб уникнути непорозумінь); підтримка та допомога (спілкування психолога має спрямовуватися на підтримку та допомогу клієнту в розв'язанні його проблем та досягненні психічного благополуччя). Індивідуальні особливості клієнта можуть впливати на те, як ефективно відбувається спілкування, тому психолог повинен враховувати ці особливості та адаптувати свій стиль взаємодії [8].

Сучасного ефективного психолога В.Г.Панок наділяє такими якостями як: чесність, компетентність, надійність, розкутість, ініціативність, ентузіазм, винахідливість, дисциплінованість,

об'єктивність, толерантність, кмітливість, комунікативність тощо [21, с. 169-170].

Погоджуємось з О. А. Куцим, що перешкодою для ефективної діяльності психолога можуть стати такі якості: агресивність; замкнутість; психічна й емоційна неврівноваженість; ригідність мислення; нерішучість; невміння зрозуміти позицію іншої людини; відсутність схильності до роботи з людьми; низький інтелектуальний рівень розвитку [17].

Вчені виокремлюють складові професійності, що визначають важливі аспекти, необхідні для успішної практичної діяльності психолога: професійно-психологічна позитивна мотивація; особистісна і професійна ідентичність; володіння культурою спілкування; психологічна готовність до конструктивного діалогу і партнерства; зосередженість на клієнті та бажання допомагати; гнучкість; створення атмосфери емоційного комфорту; оптимізм і віра в позитивні зміни; високий рівень саморегуляції; розвинута інтуїція; впевненість у собі та адекватна самооцінка; усвідомлення рівня власної конфліктності, потреб, мотивів; досягнення особистісної зрілості; здатність до професійної рефлексії [27; 28].

Таким чином, практичний психолог – це представник професій типу «людина- людина». Психологи виступають у ролі фахівців, які надають підтримку та допомогу людям у різних аспектах їхнього життя. Їхня робота може бути спрямована на вирішення проблем психічного здоров'я, покращення міжособистісних відносин, підтримку у вирішенні життєвих труднощів та розвиток особистості. Важливо також враховувати, що психологія є динамічною наукою, і психологи можуть використовувати різні підходи та методи в залежності від конкретних потреб та контексту роботи.

Висновок до першого розділу

Гендерна ідентичність виступає ключовим елементом самосвідомості особистості, формуючи основу для індивідуального сприйняття себе та визначення свого місця в соціальному контексті. Вона впливає на особистісні орієнтації, включаючи професійне самовизначення, оскільки суспільні очікування та стереотипи щодо ролей чоловіків і жінок можуть зумовлювати вибір професії та формування професійного образу "Я".

Сучасні дослідження підкреслюють, що гендерна ідентичність не є статичною; вона формується під впливом біологічних, психологічних, соціальних та культурних факторів. Цей процес є динамічним і унікальним для кожної особистості, що дозволяє людині адаптуватися до змін у суспільстві та переосмислювати власні ролі та цінності.

У контексті професійного становлення психолога, важливо враховувати, що формування професійної ідентичності відбувається через поєднання теоретичних знань, практичних навичок та особистісного розвитку. Психолог повинен бути готовим до постійного самовдосконалення, етичної відповідальності та адаптації до різноманітних ситуацій, що включає розуміння впливу гендерної ідентичності на власну професійну діяльність та взаємодію з клієнтами. Таким чином, гендерна ідентичність є невід'ємною складовою особистісного та професійного розвитку, впливаючи на вибір професії, формування професійного образу та ефективність професійної діяльності.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ НА РОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

2.1 Особливості вибірки та загальна процедура дослідження

У другому розділі нашого дослідження ми поставили за мету виявити вплив гендерної ідентичності особистості на вибір професії психолога.

Наше дослідження проводилося протягом лютого-березня 2025 року серед студентів психологів. Нами завчасно було підготовлено бланк із запитання. Емпіричну вибірку склали 37 осіб віком 18-22 років: 23 жінки та 14 чоловіків (рисунок 2.1.).

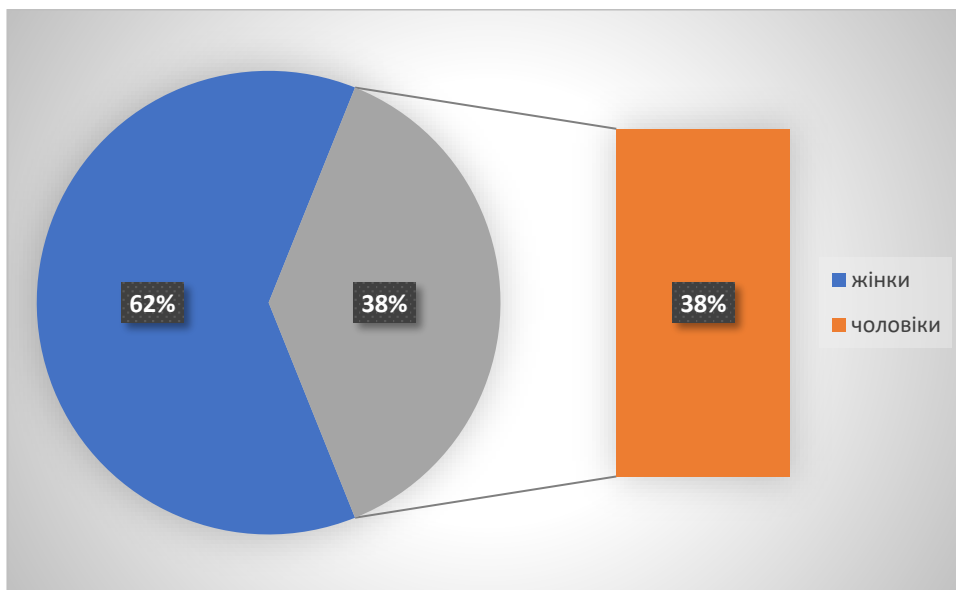


Рисунок 2.1 Розподіл респондентів за статтю

Для досягнення мети нашого дослідження використано комплекс таких психодіагностичних методик [1; 2; 3; 4; 6; 26; 27; 32]:

1. «Опитувальник фемінності та маскулінності» Сандри Бем;
2. Методика «Інтегральна задоволеність працею»;
3. Методика «Діагностики самоактуалізації особистості»;
4. Методи статистичної обробки.

«Опитувальник фемінності та маскулінності» Сандри Бем – це вкрай широко використовувана методика для вимірювання того, як доросла особа оцінює себе з сторони гендеру. Опитувальник складається із 60 прикметників, де кожен з яких досліджувана особа має оцінити за 7- бальною шкалою, виходячи з того, наскільки точно вона її характеризує. Двадцять прикметників з методики оцінки фемінності та маскулінності створюють шкалу чоловічності, інші двадцять – складають жіночність, останні двадцять є нейтральними. Прикметники були відібрані автором виходячи з того, які характеристики рахувалися гендерновідповідними в той час, коли створювалася методика оцінки фемінності та маскулінності, що робилося з метою з'ясувати місця гендеру в культурному контексті, а не особистості окремої людини [33, с.95].

Особа, яка набрала велику кількість балів по шкалі чоловічності, і по шкалі жіночності, вважається андрогінною; особа, котра набрала високий бал по шкалі жіночності, проте низькі показники по шкалі чоловічності, вважається жіночною; особа, в котрої бал по шкалі чоловічності набагато перевищує результати по шкалі жіночності, вважається чоловічною. Терміном «недиференційований» в цій методиці позначаються ті, що набрали однаково низькі бали як по шкалі чоловічності, так і по шкалі жіночності.

Фемінність – це типові сталі жіночі риси такі як: м'якість, поступливість, сором'язливість, ніжність, чуттєвість, здатність співчувати та співпереживати. Маскулінність – це типові сталі чоловічі риси такі як: домінантність, цілеспрямованість, незалежність, впевненість в собі та інше.

Кожна особа не обов'язково є носійкою чітко вираженої психологічної маскулінності чи фемінності. В неї можуть бути представлені вагомі риси як маскуліного, так і фемінного типу. Доведено, що у андрогенного типу ці риси гармонічно поєднуються та доповнюють один одного, а таке гармонічне поєднання підвищує адаптивні можливості цих осіб [33, с.101].

Методика «Інтегральна задоволеність працею», дає можливість визначити загальну оцінку задоволеності особистості своєю діяльністю й такими її складниками, як:

1. інтерес до роботи;
2. задоволеність досягненнями в праці;
3. взаєминами зі співробітниками;
4. стосунками з керівництвом;
5. рівень домагань у професійній діяльності;
6. надання переваги роботі над високим заробітком;
7. задоволеність умовами праці;
8. професійна відповідальність;
9. загальна задоволеність працею.

Методика складається з 18 тверджень, які потрібно оцінити, обравши певну відповідь серед запропонованих варіантів («так», «не завжди», «інколи», «частково», «рідко», «час від часу», «ні»). Для того щоб отримати загальну оцінку задоволеності своєю діяльністю і її складових треба відповіді перевести в бали за допомогою таблиці. Твердження про загальну і парціальну задоволеності діяльністю виробляється на основі зіставлення отриманих балів з максимальними показниками, наведеними в ключі обробки. Середній рівень задоволеності діяльністю - 45-55% від загальної суми балів. Низький рівень задоволеності діяльністю - 1-44% від загальної суми балів. Високий рівень задоволеності діяльністю - вище 56% від загальної сума балів.

Методика «Діагностики самоактуалізації особистості» містить 100 запитань, де з двох варіантів тверджень треба вибрати той, який особі більше подобається чи краще узгоджується з її уявленнями, точніше відображає думки. У питаннях немає хороших чи поганих, правильних чи неправильних відповідей, найкращою буде відповідь, яка дається за першим спонуканням. Методика складається з 11 шкал:

1. Шкала орієнтації у часі.

2. Шкала цінностей.
3. Погляд на природу людини.
4. Висока потреба у пізнанні.
5. Прагнення творчості чи креативність.
6. Автономність.
7. Спонтанність.
8. Саморозуміння.
9. Аутосимпатія..
10. Шкала контактності.
11. Шкала гнучкості у спілкуванні.

Відповідно до ключа підраховується сума балів для кожної шкали. Шкали: 1. Шкала орієнтації у часі, 3. Погляд на природу людини, 4. Висока потреба у пізнанні, 8. Саморозуміння, 10. Шкала контактності, 11. Шкала гнучкості у спілкуванні, містять по 10 пунктів, тоді як решта шкал: 2. Шкала цінностей, 5. Прагнення творчості чи креативність, 6. Автономність, 7. Спонтанність, 9. Аутосимпатія – по 15. Для отримання порівнянних результатів кількість балів за вказаними шкалами слід помножити на 1,5. Оцінки за шкалами відповідають поняттю самоактуалізації особистості в різних областях життєдіяльності. Чим менша величина балів, тим менша самоактуалізація в цій області. Також за потреби можна підрахувати загальний індекс самоактуалізації, що дорівнює середньому значенню балів, набраних за всіма шкалами. Оцінка рівня самоактуалізації особистості проводиться за загальним індексом, а також визначаються сфери найменшої самоактуалізації за окремими шкалами. Таким чином, цю методику можна використовувати для оцінки самоактуалізації в організаціях різного типу.

Методи статистичної обробки. Для опрацювання емпіричного матеріалу нами використано програмне забезпечення SPSS. При опрацюванні даних здійснено статистичний аналіз, для виявлення відсоткового співвідношення даних вищезазначених методик, а також кореляційний аналіз, що описує не тільки шкали за одним аргументом, але і їх

співвідношення в сукупності за кількома аргументами. Кореляційний аналіз демонструє залежності між двома змінними (пряма чи зворотна).

2.2. Кількісний та якісний аналіз отриманих результатів

За даними порівняльного аналізу, на основі опитувальника фемінності та маскулінності Сандри Бем нами було виявлено 19 осіб з фемінним гендерним типом (51,4%), 8 респондентів з маскулінним гендерним типом (21,6%), 10 осіб з андрогінним гендерним типом (27 %). Розподіл респондентів за гендерним типом відображений на рисунку 2.2.

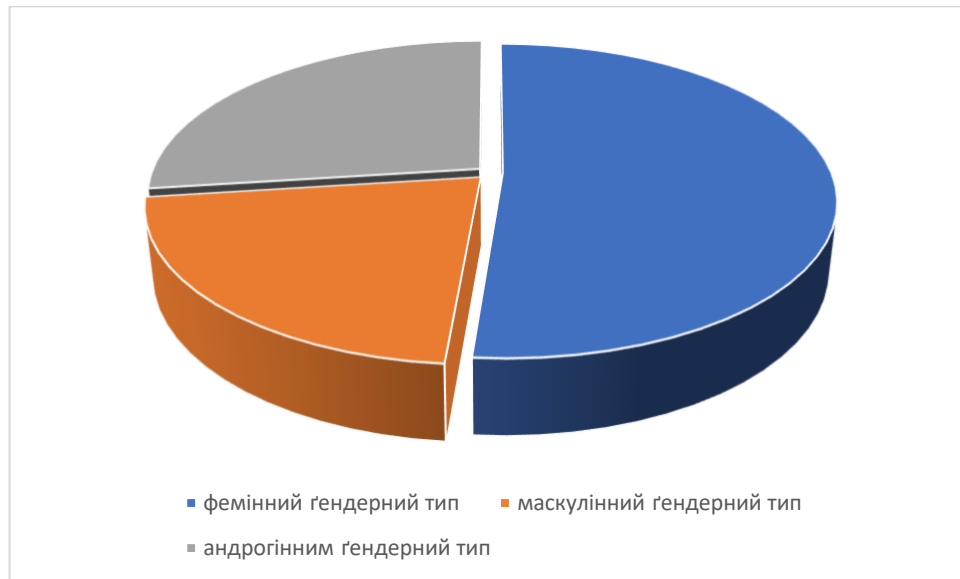


Рисунок 2.2 Розподіл респондентів за гендерною ідентичністю

Таблиця 2.1

Розподіл респондентів за гендерною ідентичністю

фемінний гендерний тип	маскулінний гендерний тип	андрогінним гендерний тип
51.4%	21.6%	27%

Такий розподіл можна вважати цілком позитивним: майбутні психологи не позбавлені жіночності та маскулінності, а рівень андрогінності свідчить, що існує збалансованість внутрішньої природи та соціально-психологічної адаптації.

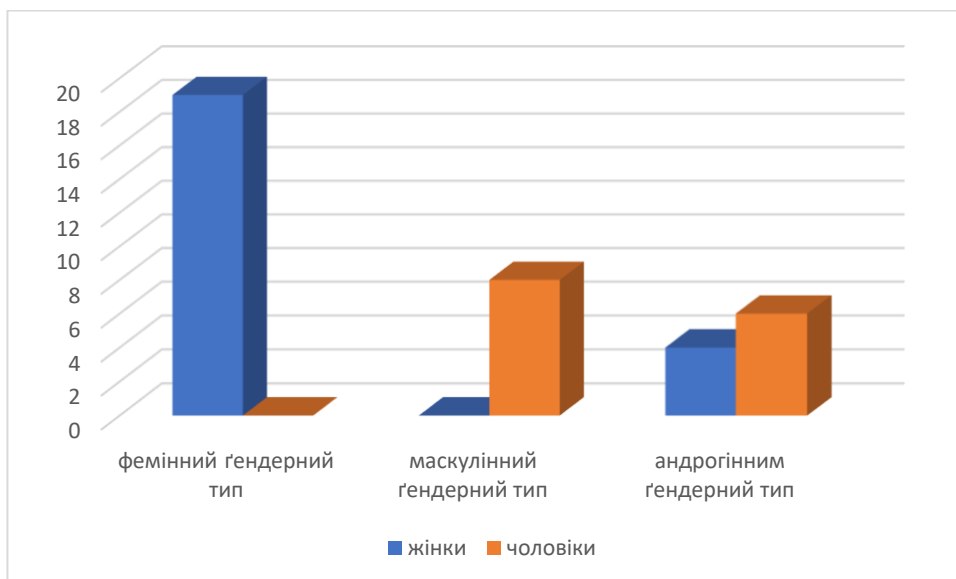


Рисунок 2.3 Розподіл чоловіків і жінок за гендерною ідентичністю

Таблиця 2.2

Розподіл чоловіків і жінок за гендерною ідентичністю

	фемінний гендерний тип	маскулінний гендерний тип	андрогінним гендерний тип
жінки	82,6%	0	17,4%
чоловіки	0	57,1%	42,9%

Відповідно до результатів поданих на рисунку 2.3 виявлено, що найбільш виражені риси характеру у чоловіків – це маскулінні (57,1 %), 42,9 % чоловіків мають андроґінний тип характеру. Більшість жінок мають фемінні риси характеру (82,6 %), але попри це 17,4 % жінок мають андрогенні риси характеру.

Наступною ми обрали методика для визначення інтегральної задоволеності обраною майбутньою професією психолога (рисунок 2.4, таблиця 2.3), оскільки всі респонденти вже мають певний, хоча й незначний, практичний досвід у сфері психології. Це дозволяє припустити наявність первинного професійного самовизначення та сформованих уявлень про специфіку професійної діяльності. Обрана методика є доречною для оцінки рівня внутрішньої мотивації, ступеня відповідності очікувань щодо професії

реальним умовам праці, а також загального ставлення до майбутньої професійної ролі. Отримані результати дадуть змогу не лише виявити рівень задоволеності професійним вибором, а й глибше зрозуміти, які чинники впливають на цей показник у студентів-психологів на початковому етапі професійного становлення.

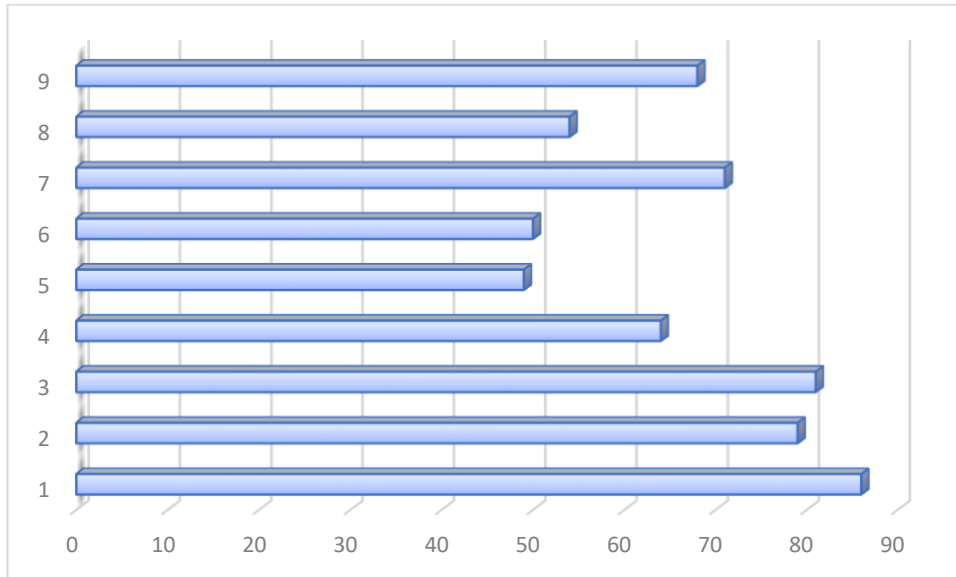


Рисунок 2.4 Середні показники задоволеності професією психолога (Шкали: 1 – інтерес до роботи, 2 – задоволеність досягненнями в роботі, 3 – задоволеність взаєминами зі співробітниками, 4 – задоволеність стосунками з керівництвом, 5 – рівень домагань у професійній діяльності, 6 – перевага роботи, яка виконується, надвисоким заробітком, 7 – задоволеність умовами праці, 8 – професійна відповідальність, 9 – загальна задоволеність працею)

Середні показники задоволеності професією психолога

	інтерес до роботи	задоволеність досягненнями в роботі	задоволеність взаєминами зі співробітниками	задоволеність стосунками з керівництвом	рівень домагань у професійній діяльності	перевага роботи, яка виконується, надвисоким заробітком	задоволеність умовами праці	професійна відповідальність	загальна задоволеність працею
Загальне	86%	79%	81%	64%	49%	50%	71%	54%	67%

Як бачимо з гістограми рисунку 2.4 та таблиці 2.3 майбутні психологи найбільше зацікавлені роботою (86%), задоволені (81 %) взаєминами зі співробітниками, власними досягненнями в діяльності (79 %), задоволені умовами праці (71 %). Шкала «Інтерес до роботи» передбачає, що майбутніх психологів цікавить те, чим вони професійно займаються; їм імпонує можливість постійно дізнаватися щось нове, процес роботи приносить задоволення. «Задоволеність взаєминами зі співробітниками» має на меті добрі стосунки психолога з колективом, відсутність розбіжностей щодо психологічних проблем, відчуття поваги в колективі. «Задоволеність власними досягненнями» опирається на усвідомлення можливостей професійного, зокрема психологічного вдосконалення, підвищенні кваліфікації й досягненні успіхів у своїй психології. «Задоволеність умовами праці» передбачає те, що психологів влаштовує організація діяльності й вони схвально оцінюють створені умови. Як бачимо з гістограми рисунку 2.4 та таблиці 2.3, саме ці аспекти професійної діяльності високо оцінені психологами, хоча такі оцінки не є максимальними, тобто є у діапазоні «вище середнього».

Середні результати (64 %) отримано за шкалою «задоволеності стосунками з керівництвом», що ґрунтується на отриманні майбутнім психологом позитивної взаємодії з керівниками щодо результатів своєї

роботи, дієвої системи стимулювання та заохочення в діяльності, а також розуміння керівництвом особистісних проблем, мотивів поведінки й діяльності психолога. Трохи нижчі показники отримано за шкалою «професійна відповідальність» (54 %), що трактується за методикою, як можливість та готовність вчасно й добросовісно виконувати професійні обов'язки психолога, справлятися із складними ситуаціями, зокрема брати на себе відповідальність за результати професійної психологічної діяльності.

Середній результат (50 %) отримано за шкалою «перевага роботи, яка виконується, надвисоким заробітком», це свідчить що для психологів в професійній діяльності важливіше задоволення, яке вони отримують від роботи психолога, ніж високий заробіток та матеріальне забезпечення для них не є найважливішим критерієм вибору професії психолога й місця своєї діяльності. Це свідчить про наявність мотивів, що є стимулами професійної психологічної діяльності: суспільно корисна праця, цікава робота, високий статус, визнання, комфортні умови діяльності тощо.

Найнижчий показник отримано за оцінюванням психологом «рівня домагань у професійній діяльності» (49 %). Рівень домагань трактуємо як соціальну позицію, що займає психолог, яка закріплюється через його особистий вибір. Тобто рівень домагань пов'язаний із самооцінкою особистості й мотивацією досягнення успіхів у діяльності психологів.

Загальний показник по методиці для визначення інтегральної задоволеності обраною професією психолога визначає загальну задоволеність діяльністю (67 %) і є на середньому рівні, що свідчить про задовільне сприйняття психологами змісту й характеру фахової діяльності, соціально-побутових умов діяльності, відносин у колективі, методів і стилю керівництва тощо.

Водночас нами виявлено середні показники чоловіків і жінок по методиці для визначення інтегральної задоволеності обраною професією психолога. Результати диференційованого оцінювання вищезазначених

компонентів задоволеності діяльністю психолога відображено на рисунку 2.5 та таблиці 2.4.

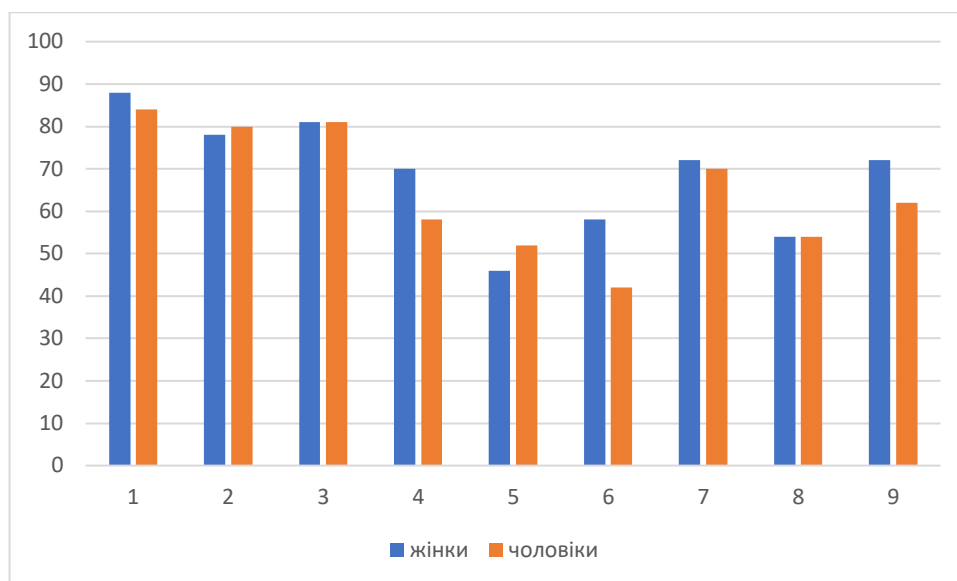


Рисунок 2.5 Середні показники задоволеності професією психолога жінок і чоловіків (Шкали: 1 – інтерес до роботи, 2 – задоволеність досягненнями в роботі, 3 – задоволеність взаєминами зі співробітниками, 4 – задоволеність стосунками з керівництвом, 5 – рівень домагань у професійній діяльності, 6 – перевага роботи, яка виконується, надвисоким заробітком, 7 – задоволеність умовами праці, 8 – професійна відповідальність, 9 – загальна задоволеність працею)

Таблиця 2.4

Середні показники задоволеності професією психолога жінок і чоловіків

	інтерес до роботи	задоволеність досягненнями в роботі	задоволеність взаєминами зі співробітниками	задоволеність стосунками з керівництвом	рівень домагань у професійній діяльності	перевага роботи, яка виконується, надвисоким заробітком	задоволеність умовами праці	професійна відповідальність	загальна задоволеність працею
Жінки	88%	78%	81%	70%	46%	58%	72%	54%	68%
Чоловіки	84%	80%	81%	58%	52%	42%	70%	54%	65%

Розглядаючи середні показники задоволеності професією психолога жінок і чоловіків на рисунку 2.4 та таблицю 2.3 виявлено, що у жінок переважають показники по шкалах: інтерес до роботи (88%), задоволеність стосунками з керівництвом (70%), перевага роботи, яка виконується, надвисоким заробітком (58%), задоволеність умовами праці (72%). У чоловіків переважають показники по шкалах: задоволеність досягненнями в роботі (80%) та рівень домагань у професійній діяльності (52%).

Однакові як в чоловіків так і у жінок виявлено показники по шкалах: задоволеність взаєминами зі співробітниками (81%) та професійна відповідальність (54%).

Порівнюючи загальний рівень шкали загальної задоволеності працею психолога то вони майже однакові, у жінок (68%), а у чоловіків (65%), тобто у жінок загальної задоволеності працею психолога лише на 3% вища, а ніж у чоловіків.

Наступною нами взято методику «Діагностика самоактуалізації особистості», де немає хороших чи поганих, правильних чи неправильних відповідей, найкращою є відповідь, яка дається за першим покликом. Це відобразимо на рисунку 2.6 та таблиці 2.5.

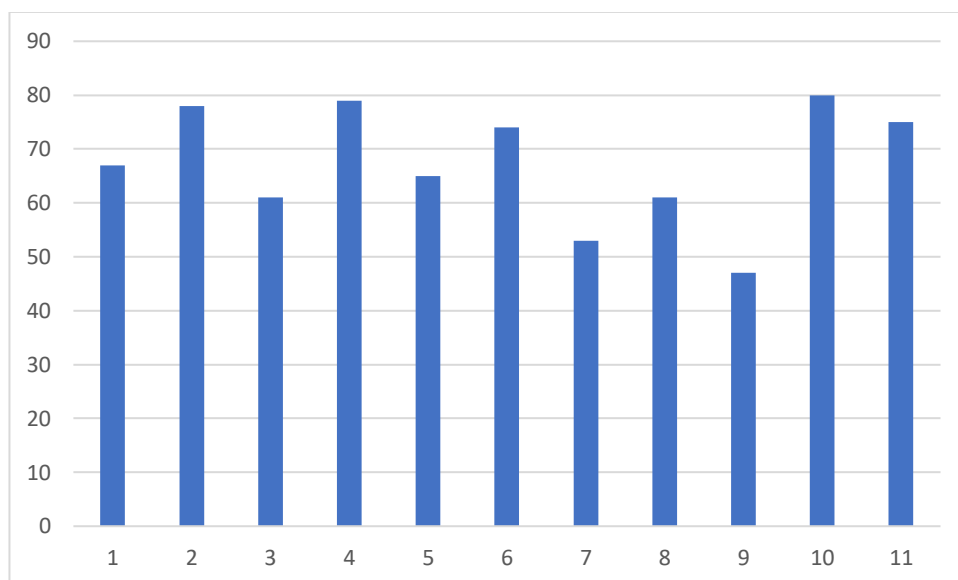


Рисунок 2.6 Загальне визначення самоактуалізації психологів
(1. Шкала орієнтації у часі. 2. Шкала цінностей. 3. Погляд на природу людини. 4. Висока потреба у пізнанні. 5. Прагнення творчості чи

креативність. 6. Автономність. 7. Спонтанність. 8. Саморозуміння. 9. Аутосимпатія. 10. Шкала контактності. 11. Шкала гнучкості у спілкуванні.)

Таблиця 2.5

Середні показники визначення самоактуалізації психологів

	Шкала орієнтації у часі	Шкала цінностей	Погляд на природу людини	Висока потреба у пізнанні	Прагнення творчості чи креативність	Автономність	Спонтанність	Саморозуміння	Аутосимпатія	Шкала контактності	Шкала гнучкості у спілкуванні
загальне	67%	78%	61%	79%	65%	74%	53%	61%	47%	80%	75%

По шкалі контактності набрано найвищий показник 80%, що вказує на товариську психологів, їх здатність до встановлення міцних та доброзичливих відносин з клієнтами та колегами. Контактність у цьому випадку розуміється не як рівень комунікативних здібностей психологів чи навички ефективного їх спілкування, але як загальна схильність до контактів з іншими людьми, колегами, клієнтами. Також високим є показник по шкалі високої потреби у пізнанні, що характерно для психологів, що самоактуалізуються, завжди відкриті новим враженням. Дана шкала визначає здатність психологів до пізнання – безкорисливого бажання нового, що не пов'язано безпосередньо із задоволенням будь-яких власних потреб. Таке пізнання, на думку Маслоу, точніше й ефективніше, оскільки його процес не спотворюється бажаннями та потягами, психологи при цьому не схильні судити, оцінювати та порівнювати.

Наступною по відсотковому співвідношенні є шкала цінностей (78%), яка свідчить, що психологи поділяють цінності особистості, що самоактуалізується, до яких А. Маслоу відніс: красу, істину, добро, життєвість, унікальність, цілісність, звершення, порядок, простота, справедливість, відсутність роздвоєності, досконалість, легкість без зусиль, гра, самодостатність. Перевага даних цінностей вказує на бажання гармонійного буття та здорових відносин з колегами, а не бажання маніпулювати ними у своїх інтересах.

По шкалі гнучкості у спілкуванні отримано (75%), яке співвідноситься з наявністю чи відсутністю соціальних стереотипів, здатністю до адекватного самовираження у спілкуванні. Одержані показники свідчать про автентичну взаємодію психологів з оточуючими, їх здатність до саморозкриття. Психологи орієнтовані на особистісне спілкування, не схильні вдаватися до маніпуляцій.

По шкалі автономності отримано (74%), що є головним критерієм психічного здоров'я психологів, їх цілісності та врівноваженості.

Трохи нижчі показники отримані по шкалі орієнтації у часі (67%) яка показує, наскільки психологи живуть сьогоднішнім, не відкладаючи власне життя на завтра. Такі дані характерні для психологів, які добре знають екзистенційну цінність життя «тут і тепер», вміють насолоджуватися моментом. Результат шкали прагнення творчості чи креативності (65%), тобто у своїй професійній діяльності психологи творчо і креативно, по новому ставляться до умов життя.

Шкала погляд на природу людини і шкала саморозуміння набрали однаково частку по відсотках (61%). Це свідчить про щирі та гармонійні міжособистісні відносини психологів, неупередженість, природна симпатія та довіра до клієнтів, чесність, доброзичливість. Також, це свідчить про їх чутливість, сензитивність до своїх бажань та потреб, не схильні замінювати власні смаки та оцінки зовнішніми соціальними стандартами.

По шкалі спонтанність набрано (53%) тобто психологи є впевнені в собі і довіряють навколишньому світу. Такий показник за шкалою спонтанності свідчить, що самоактуалізація частково стала способом життя. Здатність до спонтанної поведінки фруструється нормами культури, у природному вигляді її можна спостерігати у маленьких дітей.

Найнижчий показник методики є по шкалі аутосимпатія (47%), що свідчить у психологів про низьку невротичність, тривожність, невпевненість у собі.

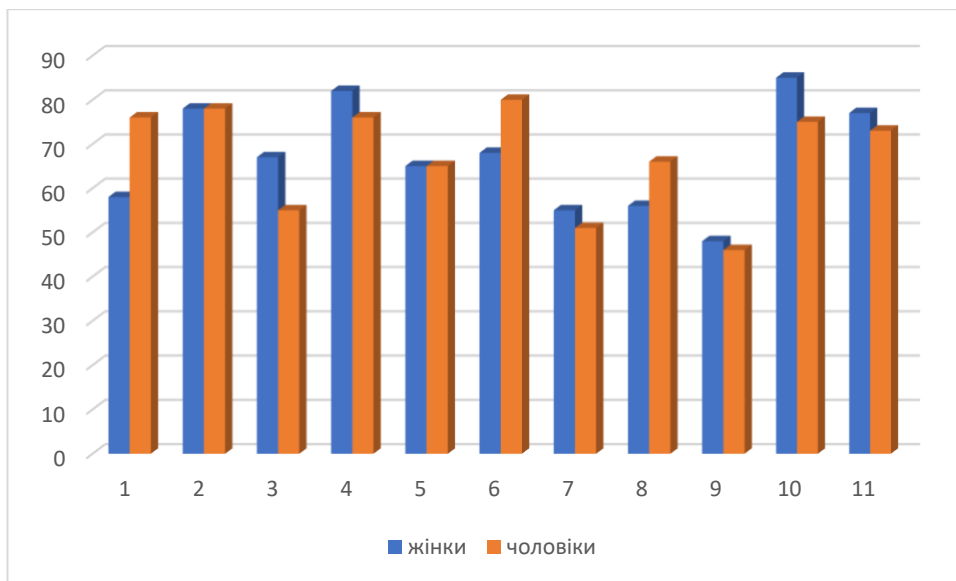


Рисунок 2.7 Загальне визначення самоактуалізації жінок і чоловіків (1. Шкала орієнтації у часі. 2. Шкала цінностей. 3. Погляд на природу людини. 4. Висока потреба у пізнанні. 5. Прагнення творчості чи креативність. 6. Автономність. 7. Спонтанність. 8. Саморозуміння. 9. Аутосимпатія. 10. Шкала контактності. 11. Шкала гнучкості у спілкуванні.)

Середні показники визначення самоактуалізації жінок і чоловіків

	Шкала орієнтації у часі	Шкала цінностей	Погляд на природу людини	Висока потреба у пізнанні	Прагнення творчості чи креативність	Автономність	Спонтанність	Саморозуміння	Аутосимпатія	Шкала контактності	Шкала гнучкості у спілкуванні
жінки	58%	78%	67%	82%	65%	68%	55%	56%	48%	85%	77%
чоловіки	76%	78%	55%	76%	65%	80%	51%	66%	46%	75%	73%

Відповідно отриманих результатів на рисунку 2.6 і таблиці 2.5 виявлено відмінності середніх показників визначення самоактуалізації жінок і чоловіків, а саме у жінок переважають показники по шкалах: погляд на природу людини (67%); висока потреба у пізнанні (82%); спонтанність (55%); аутосимпатія (48%); шкала контактності (85%); шкала гнучкості у спілкуванні (77%).

У чоловіків виявлено вищі показники ніж у жінок по шкалах: Шкала орієнтації у часі (76%); автономності (80%); саморозуміння (66%).

По шкалі цінностей та по шкалі прагнення творчості чи креативність виявлено однакові показники як в чоловіків так і жінок, відповідно 78% та 65%.

2.3 Кореляційний аналіз гендерної ідентичності майбутніх психологів

Під час здійснення кореляційного аналізу дослідження нами виявлено наступні кореляційні зв'язки:

Розглядаючи отримані результати, які відображено на рисунку 2.8, варто відмітити, що на рівні значущості 0,01 виявлено кореляційні зв'язки між андрогінним гендерним типом та шкалою прагнення творчості чи креативність $r=0,44$; андрогінним гендерним типом та шкалою задоволеності взаєминами із співробітниками $r=0,36$; андрогінним гендерним типом та шкалою цінностей $r=0,32$; андрогінним гендерним типом та шкалою відповідальності $r=0,41$.

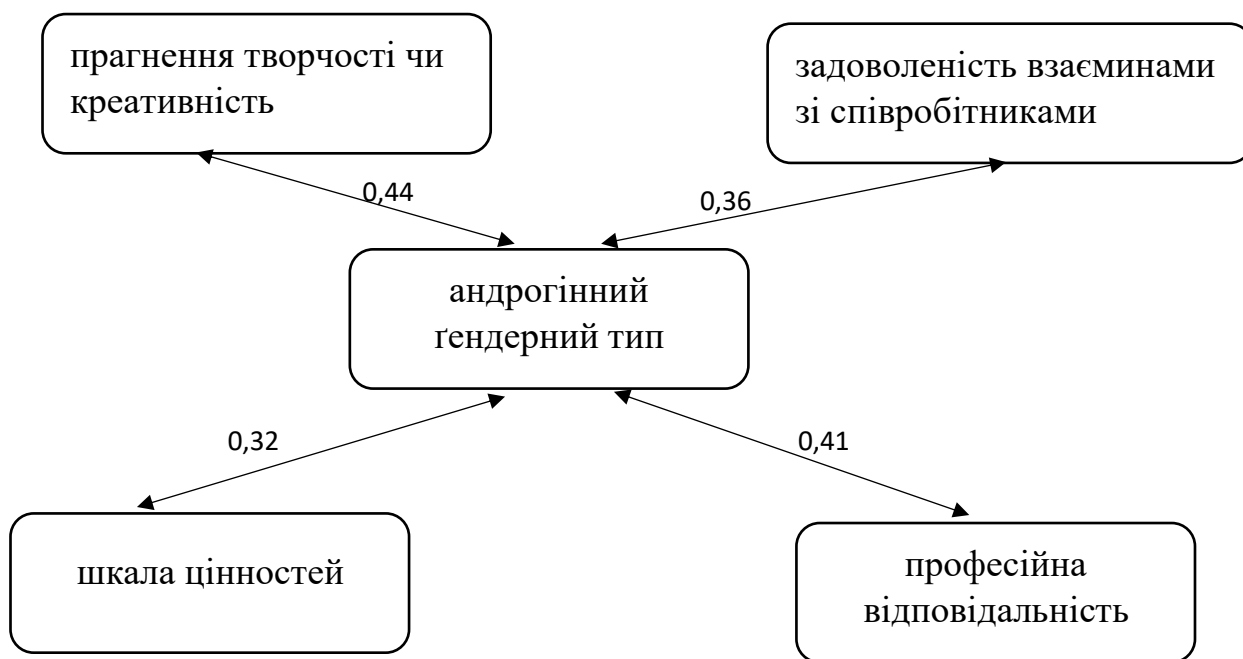


Рисунок 2.8 Кореляційні зв'язки андрогінного гендерного типу

Розглядаючи отримані результати, які відображено на рисунку 2.9, варто відмітити, що на рівні значущості 0,01 виявлено кореляційні зв'язки між фемінним гендерним типом та шкалою інтересу до роботи $r=0,41$; фемінним гендерним типом та шкалою надання переваги роботі над високим

заробітком $r=0,42$; фемінним гендерним типом та шкалою контактності $r=0,37$; фемінним гендерним типом та шкалою гнучкості у спілкуванні $r=0,39$.

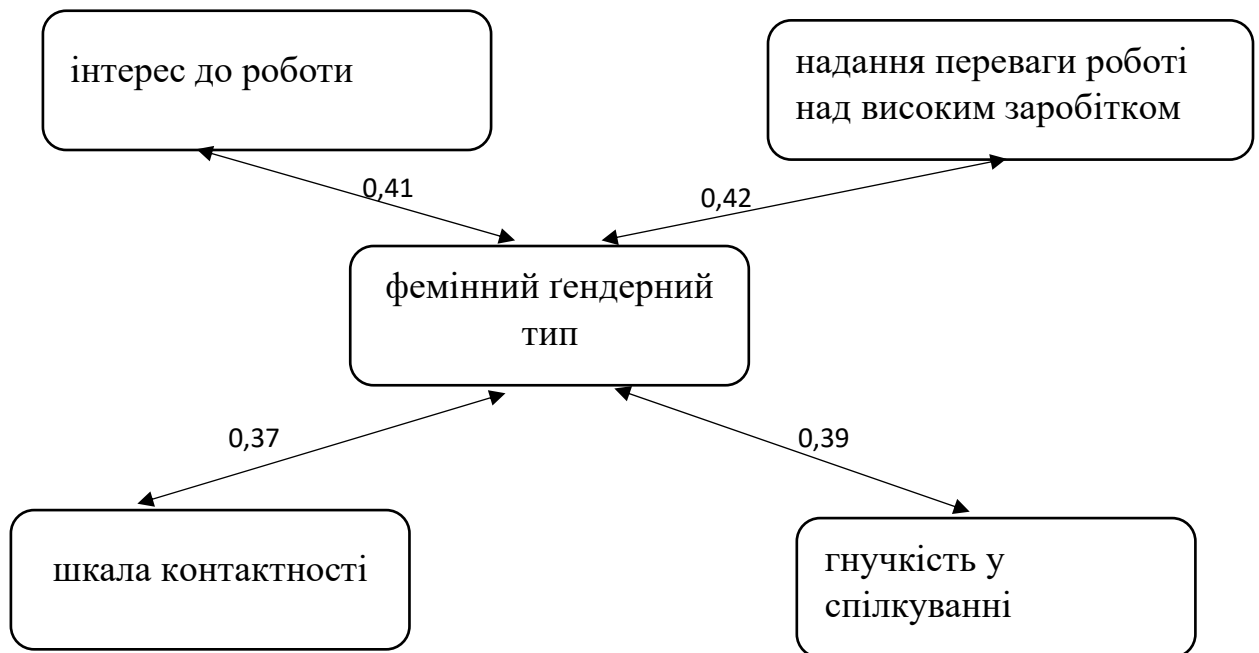


Рисунок 2.9 Кореляційні зв'язки фемінного гендерного типу

Розглядаючи отримані результати, які відображено на рисунку 2.10, варто відмітити, що на рівні значущості $0,01$ виявлено кореляційні зв'язки між маскуліним гендерним типом та шкалою рівня домагань у професійній діяльності $r=0,4$; маскуліним гендерним типом та шкалою задоволення досягненням в праці $r=0,48$; маскуліним гендерним типом та шкалою автономності $r=0,37$; маскуліним гендерним типом та шкалою саморозуміння $r=0,43$.

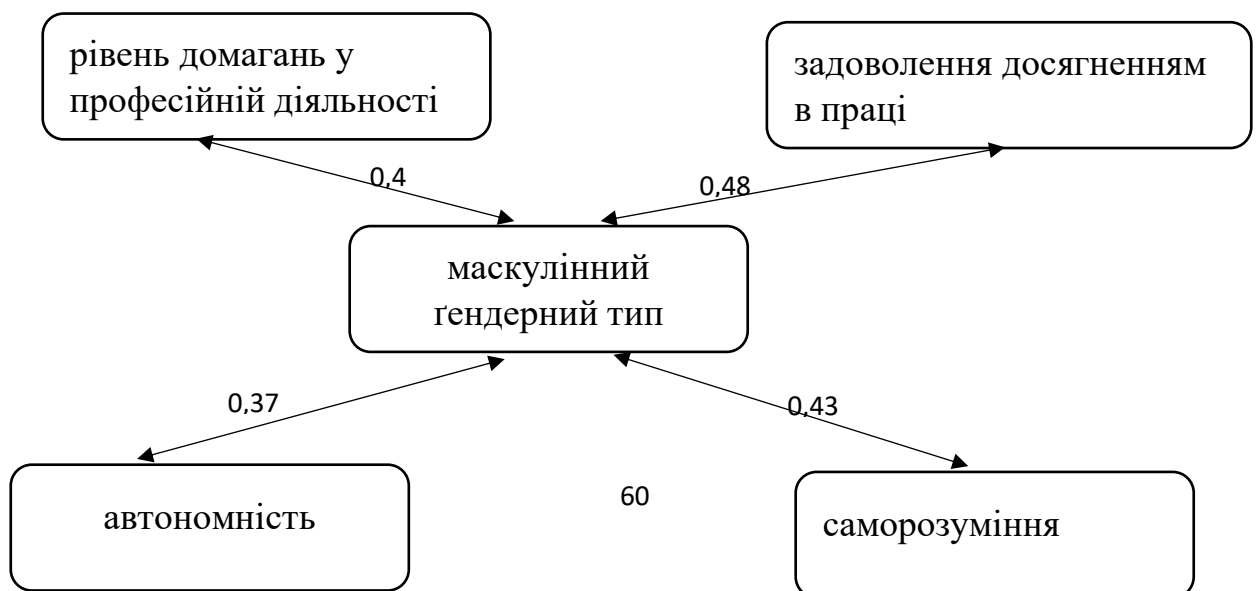


Рисунок 2.10 Кореляційні зв'язки маскулінного гендерного типу

Таким чином, можна вважати, що гендерна приналежність майбутніх психологів обумовлює їх задоволеність майбутньою професійною діяльністю, а також їх професійну самоактуалізацію.

2.4. Програма психологічного тренінгу вдосконалення професійно важливих якостей майбутніх психологів

Програма розробленого тренінгу розрахована на 15 годин (10 занять, кожне тривалістю 90 хвилин) і складається з чотирьох етапів, що є взаємопов'язаними. Розглянемо кожен етап детальніше.

Перший етап: Підготовчий – релаксаційний практикум є важливим етапом у програмі психологічного тренінгу, орієнтованому на саморегуляцію та розвиток особистості майбутнього психолога. Основні завдання цього етапу полягають в навчанні учасників:

Розслаблювати різні частини тіла: розвивати навички глибокого розслаблення різних частин тіла, що сприяє зниженню фізичного та емоційного напруження.

Знімати емоційне напруження: навчати технікам для зняття емоційного стресу та напруження, що може виникнути у професійній діяльності психолога.

Поновлення фізичних сил: використовувати вправи, спрямовані на відновлення енергії та фізичних сил, щоб практичний психолог був ефективним у своїй роботі.

Баланс почуттів: розвивати навички балансування почуттів та емоцій через ефективну саморегуляцію.

Формування мотивів досягнення успіху: заохочувати учасників формувати мотивацію досягнення успіху та постійного самовдосконалення у своїй професійній діяльності.

Розвиток позитивного мислення: заохочувати позитивне мислення та розуміння внутрішніх настанов, які допомагають побудові конструктивного сприйняття світу.

Виховання творчої установки та прагнення до досконалості: сприяти розвитку творчої установки та прагнення до досягнення високих стандартів у професійній діяльності.

Цей етап спрямований на створення психологічного фундаменту, який дозволить практичному психологу ефективно взаємодіяти в соціумі та ефективно вирішувати професійні завдання.

Другий етап: Групова взаємодія психологів – є важливим для розвитку конструктивних комунікативних навичок та покращення емпатійного спілкування в колективі. Основні завдання цього етапу полягають в навчанні учасників:

Закріпленні навичок позитивної невербальної і вербальної комунікації: розвивати ефективні комунікаційні стратегії через використання як вербальних, так і невербальних засобів виразності.

Розвитку вміння щиро ділитися почуттями та розуміти почуття іншого: вдосконалювати навички відкритого та щиросердечного висловлення своїх емоцій, а також розвивати здатність розуміти емоції інших.

Підкріпленні позитивного образу "Я": сприяти формуванню позитивного самовизначення та створенню сприятливого образу "Я" в контексті групової взаємодії.

Розвитку взаємної підтримки та довіри: сприяти взаємодії в групі, що сприяє побудові довіри, підтримки та взаєморозуміння.

Вміння аргументовано відстоювати свою точку зору: розвивати навички виразного та аргументованого висловлення своїх ідей, включаючи вміння відстоювати свою точку зору.

Створення опору психологічному тиску: розвивати здатність чинити опір психологічному тиску та усвідомлювати вплив взаємовідносин в групі.

Цей етап спрямований на формування сприятливого групового середовища та розвиток ключових комунікативних навичок, необхідних для успішної роботи практичного психолога в колективі.

Третій етап: Групова експресія практичних психологів – спрямований на розвиток емоційного самовираження, позитивного ставлення до помилок та аналізу причин невдач. Основні завдання цього етапу полягають в навчанні учасників:

Передачі актуального емоційного стану: вправи на міміку та емоційне самовираження для ефективної передачі емоційного стану.

Розуміння емоційного стану іншого: розвивання навичок сприйняття та розуміння емоційного стану інших учасників групи.

Набуття загальної гармонізації емоційного стану: вправи та дії, спрямовані на гармонізацію та синхронізацію емоційного стану всієї групи.

Навчання визнавати помилки та аналізувати причини невдач: розвивання навичок конструктивного підходу до помилок, аналізу їх причин та планування подальших дій.

Аналіз особистісних змін: розгляд особистісних змін, які можуть відбуватися під час тренінгу.

Надання рекомендацій для подальшої роботи над собою: формулювання конструктивних рекомендацій для подальшого самовдосконалення та розвитку.

Цей етап спрямований на поглиблення емоційного самопізнання та розвиток навичок емоційного інтелекту в групі практичних психологів.

Четвертий, заключний етап: Динамічне моделювання діяльності психолога орієнтований на відпрацювання вмінь вільно застосовувати конструктивні навички комунікації в змодельованих ситуаціях міжособистісної взаємодії. Завдання цього етапу включають:

Розвиток вміння здійснювати самопрезентацію: вправи та сценарії для вивчення ефективних методів презентації власної особистості та навичок.

Побудова конструктивних взаємовідносин: спрямоване навчання будівництва та підтримки конструктивних стосунків з іншими членами групи.

Усвідомлення власних досягнень: задачі та вправи, спрямовані на усвідомлення та аналіз власних досягнень у процесі тренінгу.

Сприяння самоствердженню: вправи для розвитку навичок самоствердження, визначення особистих меж та вираження власних поглядів та бажань конструктивним чином.

Цей етап допомагає психологам відчувати себе впевнено в соціальних ситуаціях, зміцнює їх спроможність ефективно спілкуватися та взаємодіяти як професіонали в своїй галузі.

У відповідності до розглянутих етапів, нами розроблено комплекс занять для психологічного тренінгу вдосконалення професійно важливих якостей практичних психологів, а саме [15; 18; 22; 26; 27]:

Заняття №1

Мета: об'єднання групи, розвиток навиків взаємодії один з одним.

Вправа 1 "Дивовижний малюнок."

Вправа 2. Міні-лекція "Емоційно – вольова сфера підлітків"

Вправа 3 "Назви число."

Вправа 4 "Знайди тварину."

Заняття №2.

Мета: вироблення адекватної самооцінки, поліпшення взаєморозуміння членів групи.

Вправа 1 "Поросята і кошенята."

Вправа 2. "Мої сильні сторони."

Вправа 3. "Список якостей важливих для спілкування."

Вправа 4. "Я вмію тому можу."

Заняття №3

Мета: розвиток навичок об'єктивної оцінки власної діяльності та поведінки.

Вправа 1. "Якого ви кольори?"

Вправа 2. "Конструктор."

Вправа 3. "Плутанина."

Вправа 4. "Я в центрі."

Заняття №4

Мета: прийняття своїх недоліків, усвідомлення причин виникнення негативних емоцій.

Вправа 1. "Привіт."

Вправа 2. "Емоційний барометр."

Вправа 3. "Щипки згори і знизу"

Вправа 4. "Свідоме усвідомлення"

Заняття 5

Мета: формування уміння усвідомлювати свої емоційні стани.

Вправа 1. "Усі ми."

Вправа 2. "Усвідомлення."

Вправу 3. "Приємно сказати"

Вправа 4. "Емоційні стани Вправа"

Заняття № 6

Мета: розвиток уміння розрізняти і називати емоції, розширення діапазону емоцій.

Вправа 1. "Комплімент."

Вправа 2. "Мозаїка почуттів."

Вправа 3. "Митниця."

Вправа 4. "Я розумію"

Заняття 7

Мета: зниження рівня особистої тривожності, вербальне управління емоціями.

Вправа 1. "Доповнення пропозицій" (Я можу.)

Вправа 2. "Інтоніяція."

Вправа 3. "Валіза."

Вправа 4. "Привіт сонцю"

Заняття 8

Мета: навчитися не піддаватися цим почуттям цілком, а відчувати і любов, і злість, зберігаючи при цьому глибокий контакт з іншою людиною

Вправа 1. "Загадковий стук."

Вправа 2. "Любов і злість."

Вправа 3. "Муха."

Вправа 4. "Райдуга почуттів"

Заняття 9

Мета: поповнення арсеналу лексичних одиниць, пов'язаних з сферою почуттів психолога.

Вправа 1. "Джин."

Вправа 2. "Пояснюю – розумій."

Вправа 3. "Міміста"

Вправа 4. "Сім подяк собі"

Заняття 10

Мета: обмін досвідом, закріплення результатів тренінгу.

Вправа 1. "Контакти."

Вправа 2. "Хто похвалить себе краще за усіх."

Вправа 3. "Я беру з собою в життя..."

Вправа 4 "Слова вдячності."

Вправа 5 "Наче востаннє."

Висновок до другого розділу

У результаті проведеного емпіричного дослідження, яке включало збір, обробку та аналіз емпіричних даних, було отримано значущі результати щодо взаємозв'язку між гендерною ідентичністю, інтегральною задоволеністю професійною діяльністю та рівнем особистісної самоактуалізації практичних психологів.

На основі застосування опитувальника фемінності та маскулінності Сандри Бем було визначено гендерні типи досліджуваних. Виявлено, що серед учасників дослідження (як жінок, так і чоловіків) 27% респондентів демонструють андрогенний тип гендерної ідентичності. Це свідчить про наявність збалансованого поєднання як традиційно фемінних, так і маскулінних рис у частини досліджуваної вибірки, що може бути позитивним чинником для адаптації в професійній діяльності психолога.

За допомогою програмного забезпечення SPSS проведено кореляційний аналіз, який на рівні статистичної значущості 0,01 показав наявність помірних кореляційних зв'язків між типом гендерної ідентичності (маскулінний, фемінний, андрогенний) та рівнем задоволеності професійною діяльністю і самоактуалізацією. Ці результати свідчать про те, що гендерні характеристики можуть відігравати помітну роль у професійному самопочутті та особистісному розвитку психологів.

Отримані дані дозволяють зробити висновок, що гендерна ідентичність є не лише важливим індикатором психологічного функціонування особистості, а й чинником, що опосередковано впливає на процес професійної реалізації та самоактуалізації у сфері хелперських професій. Це підкреслює необхідність подальшого вивчення гендерного аспекту у професійному розвитку фахівців, особливо в контексті підготовки майбутніх психологів у вищих навчальних закладах.

ВИСНОВКИ

На основі аналізу наукових джерел встановлено, що поняття «гендер» та «гендерна ідентичність» мають ключове значення для сучасного суспільства й відіграють важливу роль у формуванні та функціонуванні професійних взаємин. Гендерна ідентичність трактується як особисте усвідомлення себе в межах певної статевої належності – від традиційної цисгендерності до андрогінної чи агендерної самоідентифікації. Її становлення є багатограним процесом, що охоплює соціальні, психологічні та біологічні чинники. Варто зазначити, що гендерна ідентичність може змінюватися в динаміці особистісного розвитку, зокрема в результаті професійного вибору та життєвого досвіду.

Гендер і пов'язана з ним ідентичність чинять вплив на майбутніх психологів на різних рівнях – від особистісного до професійного. Усвідомлення цього впливу сприяє кращому розумінню індивідуальної унікальності клієнтів та створенню толерантного і приймаючого середовища як у суспільстві, так і в межах психологічної практики.

У межах емпіричного дослідження було здійснено оцінку гендерних типів учасників, їхньої загальної задоволеності професійною діяльністю та рівня особистісної самоактуалізації. Виявлено, що андрогенний тип ідентичності притаманний 27% досліджуваних, що свідчить про гнучке поєднання маскулічних та фемінних характеристик, які можуть сприяти успішному функціонуванню в майбутній професії психолога.

Результати кореляційного аналізу за допомогою програмного забезпечення SPSS (при рівні значущості 0,01) засвідчили наявність помірних взаємозв'язків між типом гендерної ідентичності майбутніх психологів, їх задоволеністю професійною діяльністю та рівнем самоактуалізації. Отримані дані спростовують початкову гіпотезу дослідження, що вказує на важливість вивчення цієї проблематики.

Розроблена програма психологічного тренінгу професійно важливих якостей є структурованим і комплексним інструментом, спрямованим на розвиток компетентностей, необхідних для ефективної діяльності у сфері психології. Програма включає чотири етапи, кожен з яких орієнтований на розвиток певного спектра як професійних, так і особистісних навичок. Цей тренінг має потенціал для значного покращення як технічних умінь (наприклад, комунікації чи аналізу), так і важливих особистісних рис – таких як емпатія, саморефлексія, автономність і командна робота. Його впровадження здатне повноцінно відповісти на виклики сучасного психологічного середовища.

Таким чином, дослідження гендеру та гендерної ідентичності у контексті професійного вибору є важливим не лише для розширення наукового розуміння цих феноменів, а й для практичного вдосконалення підготовки та діяльності психологів у суспільстві, що постійно змінюється.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бондарчук О.І. Методика діагностування гендерної компетентності керівника загальноосвітнього навчального закладу / О.І. Бондарчук // Гендерний підхід в управлінні загальноосвітніми навчальними закладами: [навч. посібник] / за аг. ред. В.В. Олійника, Л.І. Даниленко. – К.: Логос, 2004. – С. 82 – 97.
2. Вавринів О. Організація та проведення психологічних і соціальнопсихологічних досліджень: практичний посібник. ЛьвДУВС, 2023. 116с.
3. Винославська О.В. Дослідження гендерної специфіки самоменеджменту викладачів у технічному університеті / О.В. Винославська // Теоретичні і прикладні проблеми психології та педагогіки: зб. наук. пр. – Луганськ: Вид-во СНУ ім. В.Даля. – 2004. № 2 (7). – С. 3 – 13.
4. Гаврюшенко В., Горенко М. Гендерний чинник готовності майбутніх психологів до здійснення професійної кар'єри. Психологічний журнал, (9), 2022. С. 6-12.
5. Гендерний підхід в управлінні загальноосвітніми навчальними закладами: навч. посібник комплекс з підготовки тренерів програми / кол. авт.: В.В. Олійник, Л.І. Даниленко [та ін.]. – К.: Логос, 2003. – 72 с.
6. Гендерні дослідження: прикладні аспекти: монографія / за ред. В.П. Кравця. Тернопіль: Начальна книга–Богдан, 2013. 448 с.
7. Говорун Т., Кікінеджи О. Стать та сексуальність: психологічний ракурс : [навчальний посібник]. – Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 1999. – 384 с.
8. Дуткевич Т. В., Савицька О. В. Вступ до спеціальності: Практична психологія : Курс лекцій і практикум (навч. посіб.). Кам'янецьПодільський : Аксіома, 2005. 208 с. URL: <https://westudents.com.ua/knigi/520-praktichna-psihologiya-dutkevich-tv.html>.
9. Зайцева О. Гендерні аспекти побудови професійної кар'єри в освітніх організаціях. Сучасні стратегії гендерної освіти в умовах

євроінтеграції: зб. мат. міжнар. наук-прак. конф. (10–11 вересня 2020 р.). Тернопіль: ТНПУ, 2020. С. 24–26.

10. Зливков В., Ліпінська С., Лукомська С. Сучасні тренінгові технології: інтегративний підхід. Київ. – Ніжин: Видавець ПП Лисенко М. М., 2020. 210 с.

11. Кириченко В. В. Психологічні основи професійної адаптації та вибору професії: навч. посіб. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 110 с.

12. Климчук В. О. Математичні методи у психології: навч. посіб. для студентів психол. спец. Київ: Освіта України, 2009. 288 с.

13. Коваль І. С. Професійна підготовка практичного психолога // Матеріали II науково-практичної конференції «формування сучасних педагогічних технологій та освітніх систем» (4-5 грудня 2020 р.) Запоріжжя 2020., С. 17-20.

14. Коваль І.С. Аналіз гендерних стереотипів майбутніх рятувальників у закладі вищої освіти / Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України: тези доп. наук.-практ. конф. (м. Харків, 2 квіт. 2021 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків: ХНУВС, 2021. 296 с., с. 96-98.

15. Коваль І. С. Тренінг психологічної готовності майбутніх рятувальників до діяльності в екстремальних умовах: посібник / І. С. Коваль. – Львів: ЛДУ БЖД, 2016. – 160 с.

16. Коваль І.С., Держко Р.О. Гендерні аспекти у підготовці фахівців і фахівчинь для підрозділів ДСНС України // круглий стіл Правові гарантії гендерної рівності в секторі безпеки і оборони України 17 червня 2021 року, Львів.

17. Куций О. А. Теоретико-гіпотетична модель психологічної складової кар'єри. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології ім.Актуальні проблеми психології: збірник наукових

праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. 2016. Т. 1, № 45. С. 56–60.

18. Лефтеров В. О. Психологічні тренінгові технології в органах внутрішніх справ: Монографія: У 2-х т. – Т. I: Методологія психотренінгу та його використання у професійно-психологічному розвитку персоналу, задіяного в екстремальних видах діяльності. – Донецьк: ДЮІ, 2008. – 240 с.

19. Максимець С. М. Психологічні чинники професійного становлення фахівців професій типу «людина-людина». Вища освіта в медсестринстві: проблеми і перспективи : Матеріали науково-практ. конф. з міжнар. участю. Житомир, 2017. С. 171–175.

20. Мельник Т.М. Гендер як наука та навчальна дисципліна. Основи теорії гендеру: навчальний посібник. Київ: «К.І.С.». 2004. 536 с.

21. Панок В. Г. Психологічна служба : навч. посіб. Київ : Ніка-Центр, 2016. 362 с.

22. Панок В. Г., Чаплак Я. В., Андрєєва Я. Ф. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації : навч. посіб. / ред.: В. Г. Панок, І. М. Зварич. Чернівці : Чернів. нац. ун-т ім. Юрія Федьков., 2019. 384 с.

23. Процько Н. В. Роль іміджу у сприйнятті практичного психолога. Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Ін-ту Психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. 2009. Т. 7 : Екологічна психологія. С. 121–124.

24. Руденко Р., Сірко Р., Стельмах О., Вавринів О. Методичні засади формування комунікативної культури майбутніх психологів : посібник. Львів, 2020. 71 с.

25. Сечейко О. В. Актуалізація потреби в аутентичності у студентів психологів як чинник їх професійної самореалізації. Індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій в умовах мережевого суспільства : монографія колект. / ред.: Л. В. Помиткіна, О. П. Хохліна. Київ, 2019. С. 169–178.

26. Синдром професійного вигорання та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядипломної освіти / за ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової. Вид. 2-е, переробл. та доповн. Київ: Міленіум, 2006. 368 с.

27. Сірко Р. І. Теоретико-методологічні основи професійної підготовки майбутніх психологів оперативно-рятувальної служб : дис. докт. псих. наук : 19.00.09. Хмельницький. 2019. – 602 с.

28. Супрун Д. М. Теорія та практика професійної підготовки психологів в галузі спеціальної освіти : дис. докт. пед. наук 13.00.03. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2018., 658 с.

29. Філь О.А. Технологія розвитку конкурентнозданості персоналу освітньої організації: [навчально-методичний посібник] / О.А. Філь. – Біла Церква: КОПОПК, 2008. – 52 с.

30. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : «ПРАПОР», 2007. 640 с.

31. Щотка О.П. Гендерна психологія: навч. посіб. Ніжин: Видавець Лисенко М.М., 2019. 358 с.

32. Яремко Р. Я. Соціально-психологічні особливості розвитку професійної самореалізації майбутніх фахівців з пожежної безпеки: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня к. псих. наук : 19.00.05. Київ, 2022. 23 с.

33. Bem S. Theory and measurement of androgyny: A reply to Pedhazur-Tetenbaum and Locksley-Colten critiques. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1979. № 37. Pp. 1047–1054.

34. Bem S.L. Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, № 88. Unger, 1990. 116 p.

35. Deaux K. , Martin D. Social Identity: Sociological and Social Psychological Perspectives // *Social Psychology Quarterly*. 2003., No. 2 Vol. 66. P. 101-117.

36. Greenberg J. Defining Male and Female: Intersexuality and the Collision Between Law and Biology. Arizona: Arizona Law Review. 1999. 41 p.
37. Nicolson L. Interpreting Gender. Autumn: Signs, 1994. 317 p.
38. Oakley A. Sex, Gender and Society // Introsuction. 1972. URL: http://www.annoakley.co.uk/index.php?id=18&Itemid=2&option=com_content&view=article.
39. Udry J. R. The name of Gender // Demography. 1994., No. 4 Vol. 31. P. 561-578.

ДОДАТКИ

Методика “Маскулінність – фемінінність” Сандри Бем

Методика була запропонована Сандрою Бем (1974) для діагностики психологічної статі й визначає ступінь андрогінності, маскулінності й фемінінності особистості. Опитувальник містить 60 тверджень (якостей), на кожне з яких необхідно відповісти “так” або “ні”, оцінюючи тим самим наявність або відсутність у себе названих якостей.

Текст опитувальника

1. Впевнений у собі.
2. Поступливий.
3. Здатний допомогти.
4. Схильний захищати свої погляди.
5. Життєрадісний.
6. Похмурий.
7. Незалежний.
8. Сором'язливий.
9. Совісний.
10. Атлетичний.
11. Ніжний.
12. Театральний.
13. Наполегливий.
14. Ласий на лестощі.
15. Щасливий.
16. Сильна особистість.
17. Відданий.
18. Непередбачуваний.
19. Сильний.
20. Жіночний.

21. Надійний.
22. Аналітичний.
23. Співчутливий.
24. Ревнивий.
25. Здатний до лідерства.
26. Що опікується про людей.
27. Прямий, правдивий.
28. Схильний до ризику.
29. Сенситивний.
30. Потайливий.
31. Швидкий у прийнятті рішень.
32. Жалісливий.
33. Щирий.
34. Самодостатній.
35. Здатний утішити.
36. Гоноровий.
37. Владний.
38. Володіє тихим голосом.
39. Привабливий.
40. Мужній.
41. Теплий, сердечний.
42. Важний.
43. Обстоює власну позицію.
44. М'який.
45. Вміє дружити.
46. Агресивний.
47. Довірливий.
48. Неefективний.
49. Схильний вести за собою.
50. Інфантильний.

51. Адаптивний.
52. Індивідуаліст.
53. Не люблячий лайки.
54. Несистематичний.
55. Конкурентноспроможний.
56. Люблячий дітей.
57. Тактовний.
58. Амбіційний, честолюбний.
59. Спокійний.
60. Традиційний, підвладний умовностям.

Ключ до тесту

Маскулінність (“так”): 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31, 34, 37, 40, 43, 46, 49, 52, 55, 58.

Фемінінність (“так”): 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38, 41, 44, 47, 50, 53, 56, 59.

Інші пункти – нейтральні.

Інтегральна задоволеність трудовою діяльністю (Ю. Барташов)

Мета методики: вивчення та оцінка загальної задоволеності своєю працею, його складовими.

Основні поняття.

Управління будь-якою організацією має будуватися з урахуванням принципу максимальної діяльнісної ефективності. Найбільш загальним чином під мірою діяльнісної ефективності можна розуміти ступінь досягнення мети, співвіднесені з витратами. Досягнення будь-якої мети саме по собі не свідчить про ефективну діяльність. Необхідно завжди враховувати, яка її можлива «ціна», яка може вимірюватися тимчасовими, матеріальними, трудовими, фінансовими та іншими витратами.

Будь-яка організація нерозривно пов'язана з суспільством. Тому, як правило, результативність тієї чи іншої легальної є складовою результативності суспільства в цілому. Виходячи з цього, деятельностьнаяефективність може визначатися через наступні критерії: стратегія досягнення мети; суб'єктивне благополуччя, комфорт; привабливість праці; інтегральна діяльнісна ефективність.

Інтегральним показником, відображає ефективність трудової діяльності, є задоволеність працею, яка містить оцінки інтересу до виконуваної роботи, задоволеності взаєминами співробітниками і з керівництвом, рівень домагань у професійній діяльності, задоволеність умовами, організацією праці та ін.

Інструкція: Прочитайте кожне із запропонованих тверджень і оцініть, наскільки воно вірне для вас. На окремому аркуші паперу запишіть номер затвердження і буквене позначення вибраного вами відповіді.

опитувальник:

1. Те, чим я займаюся на роботі, мене цікавить:

- а) так
- б) частково
- в) немає

2. За останні роки я домогся успіхів у своїй професії:

- а) так
- б) частково
- в) немає

3. У мене склалися хороші стосунки з членами нашого колективу:

- а) так
- б) не з усіма
- в) немає

4. Задоволення, що отримується від роботи, важливіше, ніж високий заробіток:

- а) так
- б) не завжди
- в) немає

5. Займає мною службове становище не відповідає моїм здібностям:

- а) так
- б) частково
- в) немає

6. У роботі мене перш за все приваблює можливість дізнаватися щось нове:

- а) так
- б) час від часу
- в) немає

7. З кожним роком я відчуваю, як ростуть мої професійні знання:

- а) так
- б) не впевнений
- в) немає

8. Люди, з якими я працюю, поважають мене:

- а) так
- б) щось середнє
- в) немає

9. У житті часто бувають ситуації, коли не вдається виконати всю покладену на вас роботу:

- а) так
- б) середнє
- в) немає

10. Останнім часом керівництво не раз висловлювало задоволення з приводу моєї роботи:

- а) так
- б) рідко
- в) немає

11. Роботу, яку я виконую, не може виконати людина з більш низькою кваліфікацією:

- а) так
- б) середнє
- в) немає

12. Процес роботи приносить мені задоволення:

- а) так
- б) час від часу
- в) немає

13. Мене не влаштовує організація праці в нашому колективі:

- а) так
- б) не зовсім
- в) немає

14. У мене часто бувають розбіжності з товаришами по роботі:

- а) так

б) іноді

в) немає

15. Мене рідко заохочують за роботу:

а) так

б) іноді

в) немає

16. Навіть якщо б мені запропонували більш високий заробіток, я б не змінив місце роботи:

а) так

б) може бути

в) немає

17. Мій безпосередній керівник часто не розуміє або не хоче зрозуміти мене:

а) так

б) іноді

в) немає

18. У нашому колективі створені сприятливі умови для праці:

а) так

б) не зовсім

в) немає

Діагностика самоактуалізації особистості

Інструкції. З двох варіантів тверджень виберіть той, який вам більше подобається чи краще узгоджується з вашими уявленнями, точніше відображає ваші думки. Тут немає хороших чи поганих, правильних чи неправильних відповідей, найкращою буде та, яка дається за першим спонуканням.

Опитувальник

1. а) Настане час, коли я заживу по-справжньому, не так, як зараз.
б) Я впевнений, що живу по-справжньому вже зараз.
2. а) Я дуже захоплений своєю професійною справою.
б) Не можу сказати, що мені подобається моя робота і те, чим займаюся.
3. а) Якщо незнайома людина надасть мені послугу, я відчуваюся їй зобов'язаною.
б) Приймаючи послугу незнайомої людини, я не відчуваюся зобов'язаною їй.
4. а) Мені буває важко розібратися у своїх почуттях.
б) Я завжди можу розібратися у своїх почуттях.
5. а) Я часто замислююся над тим, чи правильно я поведився в тій чи іншій ситуації.
б) Я рідко замислююся над тим, наскільки правильна моя поведінка.
6. а) Я внутрішньо соромлюся, коли мені кажуть компліменти.
б) Я рідко бентежусь, коли мені кажуть компліменти.
7. а) Здатність до творчості – природна властивість людини.
б) Не всі люди обдаровані здатністю до творчості.
8. а) У мене не завжди вистачає часу на те, щоб стежити за новинами літератури та мистецтва.

- б) Я докладаю сили, намагаючись стежити за новинами літератури та мистецтва.
9. а) Я часто приймаю ризиковані рішення.
б) Мені важко приймати ризиковані рішення.
10. а) Іноді я можу дати співрозмовнику зрозуміти, що він здається мені дурним та нецікавим.
б) Я вважаю неприпустимим дати зрозуміти людині, що вона мені здається дурною і нецікавою.
11. а) Я люблю залишати приємне "на потім".
б) Я не залишаю приємне "на потім".
12. а) Я вважаю нечемним переривати розмову, якщо вона цікава тільки моєму співрозмовнику.
б) Я можу швидко і невимушено перервати розмову, цікаву лише одній стороні.
13. а) Я прагну досягти внутрішньої гармонії.
б) Стан внутрішньої гармонії, швидше за все, недосяжний.
14. а) Не можу сказати, що я собі подобаюсь.
б) Я собі подобаюсь.
15. а) Я думаю, що більшості людей можна довіряти.
б) Думаю, що без нагальної потреби людям довіряти не варто.
16. а) Погано оплачувана робота не може приносити задоволення.
б) Цікаве, творче зміст роботи – саме собою нагорода.
17. а) Досить часто мені буває нудно.
б) Мені ніколи не буває нудно.
18. а) Я не відступатиму від своїх принципів навіть заради корисних справ, які могли б розраховувати на людську подяку.
б) Я хотів би відступити від своїх принципів заради справ, за які люди були б мені вдячні.
19. а) Іноді мені важко бути щирим.
б) Мені завжди вдається бути щирим.

20. а) Коли я подобаюся собі, мені здається, що я подобаюсь і оточуючим.
- б) Навіть коли я собі подобаюся, я розумію, що є люди, яким я неприємний.
21. а) Я довіряю своїм бажанням, що раптово виникли.
- б) Свої раптові бажання я завжди намагаюся обміркувати.
22. а) Я повинен домагатися досконалості у всьому, що я роблю.
- б) Я не дуже засмучуюсь, якщо мені це не вдається.
23. а) Егоїзм – природна властивість будь-якої людини.
- б) Більшості людей егоїзм не властивий.
24. а) Якщо я не відразу знаходжу відповідь на запитання, то можу відкласти її на невизначений час.
- б) Я шукатиму відповідь на питання, що цікавить мене, не зважаючи на витрати часу.
25. а) Я люблю перечитувати книги, що мені сподобалися.
- б) Краще прочитати нову книгу, ніж повертатися до прочитаної.
26. а) Я намагаюся чинити так, як очікують оточуючі.
- б) Я не схильний замислюватися про те, чого чекають від мене оточуючі.
27. а) Минуле, сьогоднішнє та майбутнє видаються мені єдиним цілим.
- б) Думаю, моє сьогоднішнє не дуже пов'язане з минулим чи майбутнім.
28. а) Більшість того, що я роблю, приносить мені задоволення.
- б) Небагато з моїх занять по-справжньому мене радують.
29. а) Прагнучи розібратися в характері та почуттях оточуючих, люди часто бувають нетактовним.
- б) Прагнення розібратися в навколишніх людях цілком природно і виправдовує деяку нетактовність.
30. а) Я добре знаю, які почуття я здатний відчувати, а які ні.
- б) Я ще не зрозумів до кінця, які почуття я здатний відчувати.
31. а) Я відчуваю докори совісті, якщо серджуся на тих, кого люблю.

б) Я не відчуваю докорів совісті, коли серджуся на тих, кого люблю.

32. а) Людина повинна спокійно ставитися до того, що вона може почути про себе від інших.

б) Цілком природно образитися, почувши неприємну думку про себе.

33. а) Зусилля, яких вимагає пізнання істини, варті того, бо приносять користь.

б) Зусилля, яких вимагає пізнання істини, варті того, бо приносять задоволення.

34. а) У складних ситуаціях треба діяти випробуваними способами – це гарантує успіх.

б) У складних ситуаціях треба шукати принципово нові рішення.

35. а) Люди рідко дратують мене.

б) Люди часто мене дратують.

36. а) Якби була можливість повернути минуле, я б там багато чого змінив.

б) Я задоволений своїм минулим і не хочу в ньому нічого міняти.

37. а) Головне у житті – приносити користь і подобатися людям.

б) Головне у житті – робити добро і служити істині.

38. а) Іноді я боюся здатися дуже ніжним.

б) Я ніколи не боюся здатися надто ніжним.

39. а) Я вважаю, що висловити свої почуття зазвичай важливіше, ніж обмірковувати ситуацію.

б) Не варто необдуманно висловлювати свої почуття, не зваживши ситуацію.

40. а) Я вірю в себе, коли відчуваю, що здатний впоратися із завданнями, що стоять переді мною.

б) Я вірю у себе навіть тоді, коли нездатний впоратися зі своїми проблемами.

41. а) Здійснюючи вчинки, люди керуються взаємними інтересами.

б) За своєю природою люди схильні дбати лише про власні інтереси.

42. а) Мене цікавлять усі нововведення у моїй професійній сфері.
б) Я скептично ставлюся до більшості нововведень у своїй професійній галузі.
43. а) Я думаю, що творчість має приносити користь людям.
б) Я вважаю, що творчість має приносити людині задоволення.
44. а) У мене завжди є власна думка з важливих питань.
б) Формуючи свою точку зору, я схильний прислухатися до думок шанованих та авторитетних людей.
45. а) Секс без кохання не є цінністю.
б) Навіть без кохання секс – дуже значуща цінність.
46. а) Я почуваюся відповідальним за настрій співрозмовника.
б) Я не почуваюся відповідальним за це.
47. а) Я легко мирюся зі своїми слабкостями.
б) Упокоритися зі своїми слабкостями мені нелегко.
48. а) Успіх у спілкуванні залежить від того, наскільки людина здатна розкрити себе іншому.
б) Успіх у спілкуванні залежить від уміння підкреслити свої переваги та приховати недоліки.
49. а) Моє почуття самоповаги залежить від того, чого я досяг.
б) Моя самоповага не залежить від моїх досягнень.
50. а) Більшість людей звикли діяти «по лінії найменшого опору».
б) Думаю, що більшість людей до цього не схильні.
51. а) Вузька спеціалізація необхідна справжнього вченого.
б) Заглиблення у вузьку спеціалізацію робить людину обмеженою.
52. а) Дуже важливо, чи є в людини у житті радість пізнання та творчості.
б) У житті дуже важливо приносити користь людям.
53. а) Мені подобається брати участь у спекотних суперечках.
б) Я не люблю суперечок.

54. а) Я цікавлюся прогнозами, гороскопами, астрологічними прогнозами.
- б) Подібні речі мене не цікавлять.
55. а) Людина повинна працювати заради задоволення своїх потреб і добра своєї сім'ї.
- б) Людина повинна працювати, щоб реалізувати свої здібності та бажання.
56. а) У вирішенні особистих проблем я керуюся загальноприйнятими уявленнями.
- б) Свої проблеми я вирішую так, як я вважаю за потрібне.
57. а) Воля потрібна для того, щоб стримувати бажання та контролювати почуття.
- б) Головне призначення волі – підхльостувати зусилля та збільшувати енергію людини.
58. а) Я не соромлюся своїх слабкостей перед друзями.
- б) Мені нелегко виявляти свої слабкості навіть перед друзями.
59. а) Людині властиво прагнути нового.
- б) Люди прагнуть нового лише за необхідності.
60. а) Я думаю, що невірно вираз «Століття живи – вік навчайся».
- б) Вираз «Століття живи – вік навчайся» я вважаю правильним.
61. а) Я думаю, що сенс життя полягає у творчості.
- б) Навряд у творчості можна знайти сенс життя.
62. а) Мені буває непросто познайомитися з людиною, яка мені симпатична.
- б) Я не відчуваю труднощів, знайомлячись із людьми.
63. а) Мене засмучує, що значна частина життя проходить марно.
- б) Не можу сказати, що якась частина мого життя проходить марно.
64. а) Обдаровану людину непросто нехтувати своїм обов'язком.
- б) Талант та здібності означають більше, ніж борг.
65. а) Мені добре вдається маніпулювати людьми.

- б) Я вважаю, що маніпулювати людьми неетично.
66. а) Я намагаюся уникати прикростей.
- б) Я роблю те, що вважаю за потрібне, не зважаючи на можливі прикροщі.
67. а) У більшості ситуацій я не можу дозволити собі дуріти.
- б) Існує безліч ситуацій, де я можу дозволити собі дуріти.
68. а) Критика на мою адресу знижує мою самооцінку.
- б) Критика мало впливає мою самооцінку.
69. а) Заздрість властива лише невдахам, які вважають, що їх оминули.
- б) Більшість людей заздрісні, хоч і намагаються це приховати.
70. а) Вибираючи собі заняття, людина має враховувати її громадську значимість.
- б) Людина повинна займатися насамперед тим, що їй цікаво.
71. а) Я думаю, що для творчості необхідні знання у вибраній галузі.
- б) Я думаю, що знання для цього зовсім не є обов'язковими.
72. а) Мабуть, можу сказати, що живу з відчуттям щастя.
- б) Не можу сказати, що з відчуттям щастя.
73. а) Я думаю, що люди повинні аналізувати себе та своє життя.
- б) Вважаю, що самоаналіз приносить більше шкоди, ніж користі.
74. а) Я намагаюся знайти підстави навіть для тих своїх вчинків, які здійснюю просто тому, що мені цього хочеться.
- б) Я не шукаю підстав для своїх дій та вчинків.
75. а) Я впевнений, що будь-хто може прожити своє життя так, як йому хочеться.
- б) Я думаю, що людина має шансів прожити своє життя, як хотілося б.
76. а) Про людину ніколи не можна сказати з упевненістю, добрий він чи злий.
- б) Зазвичай оцінити людину дуже легко.
77. а) Для творчості потрібно дуже багато вільного часу.
- б) Мені здається, що у житті завжди можна знайти час для творчості.

78. а) Зазвичай мені легко переконати співрозмовника у своїй правоті.
б) У суперечці намагаюся зрозуміти думку співрозмовника, а чи не переконати його.
- 79 а) Якщо я роблю щось виключно для себе, мені буває ніяково.
б) Я не відчуваю ніяковості в такій ситуації.
80. а) Я вважаю себе творцем свого майбутнього.
б) Навряд чи сильно впливаю на власне майбутнє.
81. а) Вираз «Добро має бути з кулаками» я вважаю правильним.
б) Навряд чи правильно вираз «Добро має бути з кулаками».
82. а) На мою думку, недоліки людей набагато помітніші, ніж їхні переваги.
б) Достоїнства людини побачити набагато легше, ніж її недоліки.
83. а) Іноді я боюся бути самим собою.
б) Я ніколи не боюся бути самим собою.
84. а) Я намагаюся не згадувати про свої колишні неприємності.
б) Іноді я схильний повертатися до спогадів про минулі невдачі.
85. а) Я вважаю, що метою життя має бути щось значне.
б) Я зовсім не вважаю, що метою життя неодмінно має бути щось значне.
86. а) Люди прагнуть розуміти і довіряти один одному.
б) Замикаючись серед своїх інтересів, люди розуміють оточуючих.
87. а) Я намагаюся не бути "білою вороною".
б) Я дозволяю собі бути «білою вороною».
88. а) У довірчій розмові люди зазвичай щирі.
б) Навіть у довірчій розмові людині важко бути щирою.
89. а) Буває, що я соромлюся виявляти свої почуття.
б) Я ніколи цього не соромлюся.
90. а) Я можу щось робити для інших, не вимагаючи, щоб вони це оцінили.

б) Я маю право чекати від людей, що вони оцінять те, що я для них роблю.

91. а) Я виявляю свою прихильність до людини незалежно від того, чи вона взаємна.

б) Я рідко виявляю своє прихильність до людей, не будучи впевненим, що воно взаємне.

92. а) Я думаю, що у спілкуванні потрібно відкрито виявляти своє невдоволення іншими.

б) Мені здається, що у спілкуванні люди повинні приховувати взаємне невдоволення.

93. а) Я мирюся з протиріччями у собі.

б) Внутрішні протиріччя знижують мою самооцінку.

94. а) Я прагну відкрито висловлювати свої почуття.

б) Думаю, що у відкритому вираженні почуттів є елемент нестриманості.

95. а) Я впевнений у собі.

б) Не можу сказати, що я впевнений у собі.

96. а) Досягнення щастя може бути головною метою людських відносин.

б) Досягнення щастя – основна мета людських відносин.

97. а) Мене люблять, тому що я цього заслуговую.

б) Мене люблять, тому що я сам здатен любити.

98. а) Нерозділене кохання здатне зробити життя нестерпним.

б) Життя без любові гірше, ніж нерозділене кохання в житті.

99. а) Якщо розмова не вдалася, я намагаюся побудувати її інакше.

б) Зазвичай у тому, що розмова не склалася, винна неухважність співрозмовника.

100. а) Я намагаюся справляти на людей гарне враження.

б) Люди бачать мене таким, яким я насправді.