

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ**

Кафедра клінічної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

Гендерні особливості ставлення до феномену старості

Виконала:

студентка 2-го курсу групи ПМ - 211
спеціальності 053 Психологія
освітньо-професійна програма Клінічна
психологія

Сагачко Наталія Володимирівна
(прізвище, ім'я, по батькові)

Науковий керівник:

д.психол.н., доц.
(наукова ступінь, вчене звання)

Завязкіна Наталія Володимирівна
(прізвище, ім'я, по батькові)

Робота рекомендована до захисту
рішенням кафедри клінічної психології

Протокол № _____ від «_____» червня 2023р.

Зав. кафедри _____ д.психол.н.,с.н.с. Лисенко Ірина Павлівна
підпис (наукова ступінь, вчене звання ,прізвище, ім'я, по батькові)

Київ – 2023

ЗМІСТ

| | |
|---|-----------|
| ВСТУП | 4 |
| РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАВЛЕННЯ ДО ФЕНОМЕНУ СТАРОСТІ | 9 |
| 1.1. Загальна характеристика понять старості та старіння | 9 |
| 1.1.1. Теорії старості та старіння у психології | 9 |
| 1.1.2. Ставлення до феномену старості на різних етапах культурно-історичного розвитку суспільства | 17 |
| 1.2. Гендер: поняття та вплив на особистість | 22 |
| 1.3. Особливості старіння чоловіків та жінок | 27 |
| Висновки до розділу I | 29 |
| РОЗДІЛ II. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАВЛЕННЯ ДО ФЕНОМЕНУ СТАРОСТІ | 30 |
| 2.1. Методика та організація дослідження гендерних особливостей ставлення до феномену старіння | 30 |
| 2.2. Характеристика вибірки | 37 |
| Висновки до розділу II | 40 |
| РОЗДІЛ III. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАВЛЕННЯ ДО ФЕНОМЕНУ СТАРОСТІ, ЇХ АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ | 42 |
| 3.1. Емпіричне дослідження особливостей ставлення особистості до феномену старості, осмисленості життєвої перспективи та віково-часових змін | 42 |
| 3.2. Аналіз психологічних чинників гендерних особливостей ставлення до феномену старості | 63 |

| | |
|--|-----------|
| 3.3 Рекомендації щодо адаптації особистості до прояву та усвідомлення віково-часових змін, підвищення толерантності ставлення до старості | 77 |
| Висновки до розділу III | 81 |
| ВИСНОВКИ | 85 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 88 |
| ДОДАТКИ | |

ВСТУП

Актуальність дослідження. За останні десятиріччя надзвичайно нагальною постала проблема вивчення старіння та старості. Збільшення відсотку старшого покоління є незворотною глобальною тенденцією, спричиненою старінням та зростанням тривалості життя. Україна, разом з іншими розвинутими країнами, також стикається зі збільшенням кількості осіб похилого віку. Дані національного демографічного прогнозу свідчать про те, що до 2025 року понад 25% населення України буде старше 60 років. Україна входить до тридцятки країн з найвищою часткою осіб похилого віку за інформацією Міністерства соціальної політики [51].

Згідно класифікації, встановленої Всесвітньою організацією охорони здоров'я, люди у віці від 25 до 44 років вважаються молодими, від 44 до 60 років - середнім віком, від 60 до 75 років - похилим віком, а від 75 до 90 років - старечим віком. Люди, які доживають до 90 років, вважаються довгожителами [51].

Зараз один з кожних п'яти українців входить до старшого покоління, що вказує про значні зміни вікової структури населення. Ці зміни мають серйозний вплив на соціальні, економічні та політичні процеси.

Зростання частки осіб старшого віку створює більше економічне навантаження на працездатне населення і може спричинити ейджизм - форму дискримінації на підставі віку, яка проявляється у негативному ставленні до населення старшого віку та сприйнятті їх як обтяження для суспільства. Особи похилого віку часто перетинаються з проблемами бідності, самотності, поганого здоров'я та соціальної незахищеності. Тому вивчення проблем старіння особистості в сучасності стає дуже важливим завданням [17, 18].

Для багатьох людей старість сприймається як негативне явище, що викликає страх втрати фізичних можливостей і погіршення зовнішнього вигляду, а також панічну неготовність зустріти виклики старості. Навіть за наявності сучасних медичних і косметологічних досягнень, які можуть

допомогти зменшити ознаки старіння, це лише свідчить про те, що люди XXI століття намагаються запобігти природному процесу старіння. Багато людей відчують страх перед старінням і старістю, намагаючись затримати цей процес, тоді як молодь взагалі уникає думок про ці аспекти та зміни.

Визначенню феномену старості, проблемам старості та старіння, переживання особистістю періоду старості (другої половини життя) та знаходження сенсу буття в цей період розвитку особистості присвячені роздуми та дослідження К.Ясперса, К.Г.Юнга, Е.Еріксона, Дж. Пека, Д. Біррена та К.Шрутца та інших представників психологічної науки.

Феномен старості здавна цікавив і мислителів, коли існували різні роздуми та уявлення щодо процесів старіння та старості. У своїх працях про проблеми старості писали Цицерон, Аристотель, Сенека, Петрарка, Бекон, Кант та інші [6].

Крім того, відмінність у старінні однієї особи від іншої має і гендерний аспект. Дослідженнями гендеру займалися Р.Столлер, Ш.Берн, Е.Гідденс, О.Вейнінгер, С.Бем та інші.

У суспільстві соціальні норми та стереотипи впливають на різне ставлення до старості залежно від статі, що може вплинути на власне сприйняття старості та викликати страх перед нею. Особистісні риси, які відображають жіночі або чоловічі властивості, такі як фемінність або маскулінність, є гендерними характеристиками особистості [17, 18].

«У загальному розумінні фемінність – це “...характеристики, пов’язані з жіночою статтю, що охоплюють: пасивність, м’якість, лагідність, чуйність, емоційність, дбайливість тощо, а також характерні форми поведінки, очікувані від жінки в кожному конкретному суспільстві”, а маскулінність – “...комплекс установок, поведінкових характеристик, можливостей та очікувань, що визначають соціальну практику чоловіків як соціальної групи. Отже, важливою характеристикою соціального буття людини є гендер. Тому важливо розглянути причини й особливості вияву страху старості у жінок (фемінний аспект) та

чоловіків (маскулінний аспект), що є відображенням соціальних стереотипів ставлення до старості» [2, 12].

Питання гендерних особливостей у ставленні до старості у наукових працях освітлене недостатньо, воно є актуальним і тому потребує детального розгляду.

Об'єкт дослідження: феномен старості.

Предмет дослідження: гендерні особливості ставлення до феномену старості

Мета дослідження: дослідити психологічні чинники формування ставлення до старості в залежності від гендеру, визначити особливості прояву таких гендерних відмінностей.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові джерела з питань розуміння феномену старості та старіння, гендерних особливостей ставлення до старості. Проаналізувати підходи до визначення таких понять, як «старість», «гендер» та «гендерні особливості».

2. Емпірично дослідити психологічні чинники гендерних особливостей ставлення до феномену старості.

3. Проаналізувати відмінності прояву гендерних особливостей у ставленні до феномену старості.

4. Розробити рекомендації щодо адаптації особистості до прояву та усвідомлення віково-часових змін, підвищення толерантності відношення до старості.

Методологічні та теоретичні основи дослідження:

Погляди К. Ясперса, К.Г.Юнга на переживання особистістю періоду старості (другої половини життя) та знаходження сенсу буття в період переходу особистості до нового етапу життя, теорія Е. Еріксона про вісім етапів розвитку особистості, «комплексна теорія старіння» К. Шрутца і Дж. Біррена, дослідження гендеру С. Бем та інше.

Методи та організація дослідження:

Теоретичні: аналіз та узагальнення існуючих у психології знань щодо вивчення феномену старості, старіння та гендерних особливостей у їх вияві.

Емпіричні: авторська анкета, також були застосовані методи психодіагностики, зокрема, опитування (інструмент діагностики «Маскулінність-фемінність» С. Бем з метою визначення міри вияву маскулінності-фемінності особистості; тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО, за Дж. Крамбо і Л. Махоліком, адаптація Д.О. Леонтьєва), за його допомогою розглядаються усвідомлення респондентів про життєві перспективи, наявність/відсутність цілей у майбутньому, розуміння сенсу життя, задоволеність життєвим процесом та інтерес до нього; опитувальник Е.Дінера «Шкала задоволеності життям» («Satisfaction With Life Scale», SWLS), адаптація Д.О. Леонтьєва й Є.М. Осіна, для визначення рівня суб'єктивної задоволеності життям; короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ (українська адаптація М. Кліманської, І. Галецької)).

З метою виміру рівня взаємозв'язків між гендерними відмінностями особистості і ступенем їх адаптації до прояву, усвідомлення віково-часових змін та відношення до старості було застосовано методи математичної і статистичної обробки даних за допомогою програми JAMOVI 2.3.18 для опрацювання результатів дослідження.

Характеристика дослідницької вибірки: Вибірка становила 68 осіб віком від 25 до 60+ років (сформовано дві групи: 32 чоловіки (що складає 43 % від вибірки) та 36 жінок (57% від вибірки)), переважна більшість респондентів з вищою освітою; перебувають у шлюбі/відносинах; мають дітей. Дослідження було проведене з грудня 2022 року в містах Києві та Чернігові, а також в Київській, Чернігівській та Полтавській областях України.

Надійність і вірогідність:

Надійність і вірогідність результатів дослідження забезпечувалась репрезентативністю вибірки, застосуванням інструментів, відповідних меті та завданням дослідження.

Теоретична та практична значущість роботи: дослідження гендерних особливостей ставлення до феномену старості у даних культурно-історичних умовах.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАВЛЕННЯ ДО ФЕНОМЕНУ СТАРОСТІ

1.1. Загальна характеристика понять старості та старіння

1.1.1. Теорії старості та старіння у психології

«Старість (похилий вік, пізня дорослість) – заключний етап життя організму, що починається приблизно з 55-60 років та характеризується вираженим зниженням його адаптаційних можливостей і відповідними морфологічними змінами в органах та системах. Хронологічні кордони між старістю та зрілістю є досить умовними внаслідок значних індивідуальних розбіжностей у появі ознак старості» [7].

Терміни «старість» і «старіння» різняться за своєю психологічною суттю. «Старість є останнім етапом онтогенезу людини, тобто заключним періодом вікового індивідуального розвитку. Старіння – це природо-обумовлений процес, що проявляється у біологічних, фізіологічних, психічних змінах організму та послабленні його функціонування» [6].

У екзистенціальній психології досліджується феномен старості, що співвідноситься з проблемою індивідуальної відповідальності за власне існування. Згідно з екзистенціалізмом, хоча людське життя і має свою долю, людина вільна створювати свою долю згідно із своїм вибором. Карл Ясперс, творець цієї течії психології, вбачав старість як природний життєвий період [6, 24].

Вказаний німецький філософ і психіатр зазначав, що індивід, на час досягнення ним похилого віку, втрачає фізичну силу, але отримує багатий досвід, самовладання та стриманість, що додає духовності його життю. Старість не повинна сприйматися як щось страшне, адже вона має свої переваги, наприклад, звільнення від суєти та диктату радощів плоті. Старість

може бути прекрасним періодом, коли особистість набуває більшої толерантності та доброзичливості, оскільки не бореться зі своїми слабкостями. Таким чином, старість може бути часом насиченого духовного життя, яке не повинно викликати страху перед смертю [6, 24, 27].

Також і у роботах З.Фрейда, засновника психоаналізу, який хоча безпосередньо і не досліджував проблеми старості та старіння, можна знайти опис відтінків страху перед неминучою смертю, що настає зі старістю [24].

Швейцарський психоаналітик, психолог і філософ Карл Густав Юнг досліджував питання "другої половини життя" людини [6, 24], вважаючи середній вік вимогливим періодом. Цей етап відкриває перед особистістю перспективи для розвитку, оскільки людина вже не залежить від зовнішніх зв'язків та соціалізації. Замість цього, в зрілому віці, людина займається внутрішньою роботою над самопізнанням і самореалізацією, що Юнг називав "індивідуацією". Цей процес здатен допомогти людині досягти зростання своєї особистості, сприйняти фемінні та маскуліні прояви в особистому Я.

Вищевказаний автор, засновник аналітичної психології, вважав, що кінець життя має власне значення і не повинен бути просто підготовкою до смерті. Він критикував ідею, що людина повинна протягом усього життя діяти відповідно до плану, встановленого на початку життя. Замість цього, успішність старіння полягає у тому, наскільки людина готова до входження до нового етапу буття і здатна вирішувати задачі, які постають перед нею. Карл Юнг вбачав причину нервових зривів у другій половині життя у тому, що багато людей не готові до цього переходу. Він закликав до того, щоб люди були підготовлені до змін, які настають у старості, і бачили їх як можливість для розвитку особистості [6, 24, 26].

Альфред Адлер, автор теорії індивідуальної особистості, переконував, що старість супроводжується зниженням фізичних і фізіологічних можливостей людини, що призводить до відчуття неповноцінності, оскільки людина не може дотримуватися свого звичного образу життя.

Леонід Виготський, інший видатний психолог, вважав, що потреба у компенсації цього почуття виникає через зовнішні фактори, а саме - соціальне середовище. А. Адлер радив людям похилого віку знайти сенс життя в допомозі іншим людям, щоб відчувати себе корисними та потрібними, що допомагає відчутти себе частиною соціального оточення [6, 24].

Ерік Еріксон вніс значний внесок у розуміння психологічної концепції старості, визначивши 8 етапів психорозвитку особистості, у кожного з яких є специфічне завдання, що висувається суспільством, та мету в досягненні певного соціального ступеню. Восьмий етап, який є стадією старості, відзначається досягненням довершеної форми егоїдентичності. Особа, що успішно пристосувалася до життєвих задач та розчарувань, відіграла батьківську роль та роль ідейного фундатора, переходить на вищу ступінь існування особистості.

Він визначив декілька умов душевного комфорту на останній стадії життєвого циклу - старості. Ці складові включають:

- збільшення особистісної впевненості у своїх переконаннях;
- прийняття людської особистості;
- сприйняття життя як цілісного, правильного й незмінного;
- нове, відмінне від минулого, почуття любові до батьків;
- повага до історичних принципів та різноманітної діяльності, які проявлялися у людській культурі.

Згідно з Е. Еріксоном, головне завдання людини у похилому віці полягає в досягненні цілісності свого Я, переконання у сенсі життя та гармонії, яка є ключовою складовою якості життя окремої людини і Всесвіту загалом. Дисгармонія, з іншого боку, спричиняє порушення цілісності та може викликати в людині почуття безнадії та розпачу. Завдання полягає у досягненні внутрішньої гармонії та відчутті тотожності зі своїм Я, що дає людині впевненість у своїй індивідуальності та цінність свого життя, яка не повинна змінюватись. Розчарування та відчуття невдачі можуть виникнути тільки у випадку, коли людина розуміє, що допустила життєву помилку, та вже не має

можливості її виправити. У осіб літнього віку невдоволення самими собою часто виявляється у вигляді осуду молодших людей та їхніх вчинків. Якщо основні завдання, які мають бути виконані на попередніх етапах життя, не були досягнуті, то у старості людину можуть супроводжувати почуття розчарування, безнадії та страху перед наближенням смерті [6, 9, 41].

Теорія Е. Еріксона дуже зацікавила дослідників, і Дж. Пек, американський психолог, доповнив її. Він вважав, щоб мати "успішну старість", у житті людини виникають три основних завдання, які вона повинна вирішити. Вони охоплюють три аспекти її особистості:

1) важливо, щоб людина на пізній стадії життя змогла відрізнити своє Я від ролей, які вона грає. Під час професійної діяльності людина може бути поглинута роллю, яку їй диктує її професія. Але коли настає час пенсії, людина повинна знайти значущі різноманітні види діяльності, щоб її час був заповнений цікавими заняттями. Якщо людина обмежує свої інтереси лише професійною діяльністю або сімейним життям, то коли настає відхід від професійної зайнятості, змінюється робота або діти йдуть у самостійне життя, може виникнути негативні емоції та реакції, яким людина не дасть раду;

2) бути здатним досягти уникання акценту на фізичних недугах та болях, тобто, «трансценденція тіла проти поглинутості тілом» [6]. Дж. Пек рекомендує людям похилого віку навчитися керувати своїм самопочуттям, переключатись з хворобливого стану та насолоджуватися життям через взаємодію із оточуючими. Це допоможе їм вийти за межі обмеження, які накладає їх тіло;

3) трансценденція Его важлива для старіючих людей, оскільки дозволяє їм знайти спокій у свідомості, що вони залишать позитивний слід у майбутньому. Хоча смерть неминуча, старші особи можуть уникати поглинутості думками про неї і замість цього фокусуватися на своїх досягненнях, таких як виховання дітей, досягнення в роботі та спільноті, що допомагає їм переступити за межі свого Я [6, 9, 22].

Старіння являється складним процесом, який складається з біологічного, соціального та психологічного. Підходи, зосереджені тільки на біологічних чи

соціальних факторах, є недостатніми для розуміння старіння як процесу в цілому. Джеймс Біррен, відомий геронтолог, вказує, що біологи частіше визначають старіння, ніж представники психологічної науки, а дослідники із соціології не розглядають цей прояв взагалі. Тривалість життя є змінною, яка використовується як прибічниками біології, так і психології. Але психологи менше зацікавлені у такому прояві, як тривалість життя, і використовують його рідше, порівняно з іншими аспектами поведінки. Біологи, зазвичай, пропонують таке визначення старіння, яке обмежено використовується психологами.

К. Шрутц і Дж. Біррен розглядають старіння як складний процес, що складається з декількох взаємозв'язаних аспектів. Перший аспект - "senescing", старіння біологічне, це збільшення вразливості організму та підвищеної ймовірності смерті. Крім того, старіння супроводжується змінами в ролях у суспільстві, які призводять до змін у поведінці та статусі людини в соціумі. Цей аспект старіння відомий як "eldering". Також варто згадати про психологічне старіння або "geronting". Цей поняття охоплює вибір і адаптацію до процесів старіння, уміння приймати рішення та розробляти стратегії для подолання труднощів [6, 32].

Б.Г. Ананьєв також приходить до висновку, що вивчення процесу старіння повинно бути більш комплексним, включати біологічний, психологічний та соціальний прояви, а також розглядати їх взаємозв'язок. Дослідження психологічного старіння свідчать про тісний зв'язок цього періоду зі змінами, що відбуваються на соціальному рівні. Оскільки людина має біосоціальну сутність, можна розглядати індивідуально-психологічні зміни, що відбуваються в похилому віці, як результат взаємодії біологічних і соціальних факторів у їхньому виникненні (генезисі) [6, 24].

Дж. Тернер та Д. Хелмс також класифікують старіння як взаємозв'язок процесів:

- старіння психологічне - це сприйняття індивідом свого перебігу дорослішання. Наприклад, молодь може відчувати себе психологічно

старшими. Цей процес супроводжується специфічним відчуттям психологічного старіння, яке може проявлятися як об'єктивні зміни, такі як зниження інтелектуальних здібностей та обмеження емоційної сфери, або суб'єктивні відчуття. Ставлення індивіда до процесу старіння залежить від порівняння його віку з віком інших людей. Індивід може мати враження, що він старіє швидше або повільніше, ніж інші, що викликає психологічну асиметрію.

- старіння біологічне - це вікові біозміни в організмі, такі як інволюція. Цей процес відображає природні фізіологічні перетворення, що відбуваються зі зростанням віку.
- старіння соціальне - це вид взаємозв'язків, які показують як індивід пов'язує старіння з суспільством. Воно включає в себе поведінкові та соціальні ролі у літньому віці. Соціальні чинники, такі як культурні норми та очікування, можуть впливати на спосіб, як особистість сприймає та пристосовується до старіння [6, 22, 24].

Теоретична модель, яку сформулював німецький психолог Пауль Б. Балтес, підкреслює, що процес зміни віку, що протікає впродовж життя, має багато аспектів та напрямків та є пластичним, тобто включає втрати і досягнення. Розвиток залежить від складної взаємодії різних факторів, таких як зміни у зовнішньому соціальному середовищі, внутрішні біологічні процеси та їх взаємодія. Ці показники визначають розвиток в таких напрямках:

- нормативний віковий розвиток відображає перехід між етапами відповідно до віку людини. Це охоплює як біологічний аспект, наприклад, процес згасання репродуктивної функції, так і соціальний аспект, наприклад, досягнення пенсійного віку;
- нормативний історичний розвиток відбувається в рамках великих соціально-історичних подій, які мають глобальний характер, які впливають на цілі вікові групи людей. Наприклад, багато шістдесятирічних українців мають досвід тотального дефіциту, що відрізняє їх від тридцятирічних, які не зазнали такого досвіду;

- ненормативний життєвий розвиток визначається впливом унікальних подій, що є особистісними для кожної окремої особи. Наприклад, отримання наукового ступеня або інші особисті досягнення, які не входять в загальний шаблон нормативного розвитку.

Дослідник стверджує, що пофакторний вплив та потужність впливу кожного з них на розвиток залежить від вікового періоду. У похилому віці нормативні вікові фактори мають особливо значний вплив, також важливо брати до уваги ефект накопичення ненормативних особистісних подій.

Така модель дозволяє більш точно виявити загальні та унікальні особливості розвитку, які є характерними для конкретних поколінь або індивідуальних особистостей [6, 36].

Ставлення особистості до старості також має різновиди.

Так, Ф.Гізе розглядає існування трьох типів особливостей ставлення літніх людей до старості:

1) Негативіст - цей тип особистості ставить до старості негативно, і не хоче визнавати, що старіння впливає на фізичний і психічний стан. Негативісти часто демонструють психологічний дискомфорт, незадоволеність своїм становищем і оточенням, не хочуть визнавати, що їм необхідні допомога і підтримка. Вони можуть бути агресивними, замкнутими, зневіреними, згубленими в своїх думках і почуттях. Негативісти відмовляються приймати зміни і, звичайно, прагнуть залишатися в стані, який був у молодості.

2) Екстравертна особистість добре сприймає настання старості і відчуває його в контексті оточення, також і після досягнення пенсійного віку. Вона цікавиться молоддю, відчуває відмінності в поглядах та інтересах між особами різного віку, в той же час перетинається із відходом представників з оточення, змінами в родинному житті, інноваціями в технічній галузі, в соціумі.

3) Інтровертована особистість дуже сильно страждає від процесу старіння. Вона проявляє менший інтерес до нового досвіду, а замість цього згадує минуле. Її цікавлять метафізичні питання, вона проявляє менше емоційності та сексуальності і більше прагне до умиротворіння.

Також є систематизація видів старіння, запропонована І.С.Коном, заснована на тому, якою діяльністю займається людина, коли досягає пенсійного віку і відходить від основної зайнятості. Класифікація складається з чотирьох благополучних типів:

- 1) Активне та творче старіння передбачає, що людина продовжує бути активним учасником громадського життя, займається вихованням молоді та іншими видами діяльності.
- 2) Старість з оптимальною соціальною і психологічною пристосованістю означає, що особа ефективно використовує свою енергію для задоволеності життям на своєму власному шляху.
- 3) Старіння по «жіночому» типу, коли головним центром активності стає сім'я, а представники цього типу займаються домашньою роботою, вихованням онуків та розв'язанням сімейних проблем.
- 4) Старіння по "чоловічому" типу, коли людина зосереджується на догляді за своїм станом здоров'я, стимуляції різних видів активності, але одночасно може відчувати тривогу та зосереджуватися на своїх хворобах.

У цілому, ця класифікація дає змогу краще розуміти, які види діяльності та цінності домінують у різних типах осіб похилого віку [22, 32].

Згідно з І.С. Коном, існують й негативні типи розвитку в старості. Один з проявів у такого типу розвитку - це дратівливість, яку можуть проявляти деякі люди похилого віку. Вони можуть постійно виявляти незадоволеність оточуючим світом, критикувати інших, давати поради та висловлювати необґрунтовані претензії. Це може бути пов'язано зі збільшенням тривожності та погіршенням самопочуття.

Інший негативний тип - це розчаровані, самотні та пригнічені люди. Вони можуть звинувачувати себе за пропущені можливості, неспроможність позбутися негативних спогадів про зроблені в житті помилки. Це може бути пов'язано з почуттям втрати значимості в своєму житті, недостатньою підтримкою від сім'ї та близьких людей, а також із загостренням психологічних проблем, які можуть виникати з віком [22, 32].

Важливо зрозуміти, що ці негативні типи не є необхідними і неминучими наслідками старості. Вони можуть бути уникнуті або пом'якшені за допомогою підтримки, яку можуть надавати різні соціальні та психологічні програми, а також через участь у різних активностях та інтересах, які допомагають зберегти позитивний настрій та самопочуття [22, 32].

На думку багатьох дослідників, щоб успішно пристосуватись до старості, важливо виконувати такі завдання розвитку:

1. Розуміння та прийняття неминучості старіння.
2. Прийняття власної залежності від інших людей та оточення.
3. Фокусування уваги на творчій діяльності та взаєминах з іншими людьми, замість проблем власного тіла.
4. Розуміння та оцінка життєвого балансу, що допоможе побачити сенс і в старості.
5. Підтримка розумової активності, що дозволить контролювати процес старіння та зберігати розумову повносправність.
6. Розгляд старості як кульмінації життєвої активності для людей творчих професій.
7. Досягнення мудрості, прийняття своєї гідності та цінності життя, позитивний розв'язок дилеми інтегральності та розпачу щодо смерті.

Варто відзначити, що кожна особа має унікальний шлях старіння, який формується в результаті взаємодії всіх раніше згаданих факторів [30, 31].

1.1.2. Ставлення до старості на різних етапах культурно-історичного розвитку суспільства.

Проблема сприйняття часово-вікових змін цікавила багатьох дослідників під час історичного розвитку суспільства, які розглядали ці питання з різних ракурсів. Мислителі та філософи досліджували такі поняття, як доля, сенс буття, страх перед закінченням земного існування, відношення до людей старшого віку та інші [8].

Так, у своїх філософських працях-роздумах стосовно старості, Цицерон розглядає прерогативи цього життєвого періоду. Він вказує на задоволення, яке літня людина отримує від усвідомлення якісно пройденого життєвого етапу та здійснених добрих вчинків. Крім того, Цицерон підкреслює здобутки осіб старшого віку у вихованні молодого покоління, творчості, словесності та письменництві [8].

Стародавній грецький мислитель Платон вказував на старість як привабливий життєвий період і пов'язував його з мудрістю. Філософи відзначають цю думку, вбачаючи у старших людях носіїв глибокого розуміння життя, які заслужили повагу і утримують високий статус в соціумі [13].

Аристотель, на відміну від Платона, сприймав старіння як поступовий етап занепаду та руйнації людини. Мислитель описував старших людей непривабливими, оскільки, на його думку, вони стають немічними, жалюгідними, зазнають проблем зі здоров'ям, можуть почуватись незадоволеними своїм існуванням, бути відстороненими від соціуму [8].

У греків епохи античності етап старості часто супроводжувався зниженням матеріального стану, недугами, зневагою та негативом зі сторони близьких. Незважаючи на те, що цивілізація того періоду не передбачала терпимості у ставленні до старості, низька очікувана тривалість життя знижувала рівень страху від цього процесу. Напруга стосовно проявів старіння в той період не досягала високого рівня, оскільки небагато осіб досягало зрілого періоду життя [20].

Мислителі Давнього Риму описували етап старості як період немічності, хвороб та жалюгідності. Овідій в своїх творах вважав, що старість настає у 4-му періоді життєвого етапу, коли людина стає знесиленою і повільно піддається смерті.

У своїх роботах, Горацій зосереджується на втраті насолоди від земного існування та якнайменшому рівні задоволення, які постійно очікують особистість із дорослішанням. Він описує похилий вік у темній тональності з почуттям відчаю за втраченим періодом життя в молодості.

Представник філософії Давнього Риму Сенека давав порівняння старості із рівнем руйнування, що нищить все на своєму шляху і перетворює на розвалля. Сенека був серед основних дослідників, хто вказав на ущемлення осіб старшого віку в античному Римі, що зараз називається "ейджизмом".

У Середньовіччі мислителі продовжували вивчати явища старості та старіння, звертаючи увагу на їх теологічні особливості. В цей період різко виділялося розрізнення поміж небесним та земним буттям, поміж матеріальним і духовним. За християнською вірою, всесвіт був створений за проявом вищих сил, і так само він може бути знищений. Тільки дух залишається безсмертним, бо безгрішне існування може допомогти душі досягнути порятунку.

Петрарка, який жив у середині 14 століття, висловлював ідеї, що залишаються актуальними й досі. Він об'єднував мотиви вищих сил з творчістю, а досягав апофеозу цього об'єднання в заключному періоді життя. Даний мислитель говорив щодо марності людських бажань, непереборність смерті та про потрібність мужності перед очікуваним відходом в інший світ.

Роджер Бекон (Англія) досліджував причини старіння і шляхи, якими можна продовжити життя. За роздумами Бекона, що в порівнянні із старійшинами із Біблії, будь-які прийдешні наступники людства живуть більш короткий час, ніж попередники. Це пояснюється нездоровим життєвим процесом та порушенням моральних норм. Філософ вважав, що збереження душі переплетене з досягненнями науки. Через це Бекон підтримував застосування алхімії для створення еліксиру для підтримки життєвого процесу та безсмертного існування.

Мікеланджело, який був представником середньовічної філософської науки, продовжував творити й висловлював відношення до старості в писемній творчості. Для нього похилий вік означав невідповідність зовнішнього вигляду та внутрішнього єства. Хоча старійшини роду, можливо, є геніями, вони не завжди є естетично привабливими. Мікеланджело вважав, що основна мета поета полягає в тому, щоб передати реальність через свої твори.

У середньовічному епосі з'явилося інше поняття старості, яке об'єднує ідеї про тілесне та духовне, спрямовані на вічність існування, а також про особистість, яка прагне до трансцендентної сфери. Творчість стала засобом поєднання цих ідей.

Новоєвропейські філософи мали значно обґрунтованіше поняття феномену старості. Один із творців наукової геронтології, Френсіс Бекон, передбачав розвиток наукової течії, що займатиметься питаннями продовження життєвого існування, вказуючи напрями вивчення питань довголіття. Він підкреслював важливість попередження проявів старіння і боротьби з ним. Хоча Ф.Бекон і мав геронтократичні настанови, але він визнає, що страх перед старістю існував у людини того часу.

Г. Лейбніц у своїй натурфілософії зосереджується на світогляді християнства в уявленнях про завершальний етап життя.

Томас Гоббс також відносився до старості прагматично, порівнюючи особистість з предметами, що є цінними та вартісними, при цьому важливі своєю суспільною користю та необхідністю. З цієї перспективи, відбувається втрата старістю свого екзистенціальний змісту, на перший план виходить лише об'єкт споживання. Він рекомендує матеріальні накопичення для забезпечення собі комфортної старості.

Ф. Ніцше, який представляв новоєвропейську школу мислення, розрізняв дряхлість тіла та розумову дряхлість. Особистість, потужна духовно, не страшилась старіння та не має боязні смерті. Однак, він вважав, щоб завершити свій життєвий шлях з достатнім часом, потрібно дбайливо турбуватись про своє здоров'я і духовний розвиток ще до початку старості.

Філософ Іммануїл Кант займався дослідженням проблем старіння людини та описував значущість життєвого етапу людини в заключному періоді існування. Він вважав, що старіння є однією з особливостей природного буття, що поступово розвивається й зріє. Філософ називав останній етап земного життя періодом досвіду і пропонував займатися інтелектуальним розвитком, наприклад, філософським вченням, яке допомагає продовжити буття та

компенсувати фізичні прояви немочі. Кант був переконаний, що такі заняття приносять відряду та втіху людині.

Уявлення про старість та її значення для людини відображено у різних філософсько-психологічних концепціях.

У наш час, за допомогою медичного прогресу й підвищенню якості життя, тривалість людського існування збільшується. Ці глобальні зміни, що відбуваються, спричиняють те, що старість стає неприйнятною, в той час же молодість стає об'єктом поклоніння.

Сучасні успішні люди, будь-якої статі, вважаються тими, хто має молодий зовнішній вигляд та добре виглядає. ЗМІ популяризують поклоніння молодості та пропагують підтримку фізичної активності. Старість дискредитується та стає великим страхом для молодого покоління. На сьогодні виникають суперечливі уявлення стосовно старших. Ці уявлення є наслідком положення старших людей в суспільстві. Наукові дослідження доводять, що молоде покоління сприймає життя літніх людей як процес деградації та поступового відходу, який не має жодної користі для суспільства.

Цей погляд підтримують різноманітні чинники, такі як ЗМІ, культурні традиції та соціальне оточення.

У сучасному світі стало звичним не вважати сивину ознакою поваги, а старі люди сприймаються як перешкода на шляху до політичного та соціального прогресу. Науковці досліджують явище старості, процес старіння та страх, пов'язаний з ними. Вони аналізують "виражене почуття" щодо життя, що прожите даремно, яке може бути реакцією на нашу свідомість і невикористані можливості. Багато психологів пропонують розробити стратегії соціокультурної підготовки до старості, що включають навчання адаптації до фізичного стану та соціального статусу в старому віці. Ці заходи спрямовані на зменшення страху перед старістю, навіть якщо повністю позбутися його не завжди можливо [8].

1.2. Гендер – поняття та вплив на особистість

Гендерні відмінності в психології є соціально-біологічною характеристикою, яка використовується для визначення різниці між чоловічою та жіночою статями. Стать відносять до біологічного поняття, однак соціальна психологія відносить гендерні різниці до "статевих" на підставі їх наукової обґрунтованості [21, 52].

Теорія гендеру стверджує, що суспільство формує і визначає жіночі та чоловічі ролі, а також впливає на наслідки цих ролей. Термін "гендер" був вперше вжитий американським соціологом Робертом Столлером у 1968 році в назві статті "Sex and Gender: on the Development of Masculinity and Femininity" [21, 48].

Гендерні відмінності визначаються статевою приналежністю і проявляються у різних характеристиках між чоловіком та жінкою.

Наприклад, вважають, що чоловікам властиві більш розвинені нахили до математики та орієнтування в просторі, тенденції до агресії та домінування, а також вони більше значення приділяють професійним ролям. Однак, не доведено, що чоловіки є більш самодостатні, незалежні, приймають рішення легко, люблять науку та математику, а також неемоційні. З іншого боку, жінки часто володіють розвиненими вербальними здібностями, виявляють доброзичливість і вміння легко вступати в контакт, а також надають перевагу реалізації в сім'ї. Однак, немає науково підтверджених доказів того, що жінки загалом є більш тривожними, імпульсивними, більш охайними чи мають нижчу самооцінку порівняно з чоловіками. Також не встановлено, що вони менш активні за чоловіків.

О. Ніколаєва, психофізіолог, розглядає гендерні відмінності як результат взаємодії психологічних та фізіологічних процесів. Вона звертає увагу на те, що:

1) психологічна різниця між статями походить з первинної статевої ідентичності - внутрішньої потреби людини бути чоловіком або жінкою, що є унікальним для людей в еволюційному розвитку;

2) є наявність статево визначеної поведінки, яка проявляється різною активністю у представників різної статі, як у людей, так і у вищих тварин. Так, без врахування сімейного досвіду, хлопці з дитинства мають нахил до рухливіших ігор, які можуть мати агресивні прояви, в той час дівчата віддають перевагу більш спокійним іграм, які можуть сприяти виконанню майбутніх батьківських обов'язків;

3) існують чоловічі та жіночі розбіжності в процесах пам'яті та пізнання, реактивності психічної діяльності, навченості та специфічних інтелектуальних здібностях;

4) сексуальна орієнтація може бути описана як сексуальне тяжіння до осіб певної статі.

Психолог Є.П. Ільїн розглядає гендерні прояви як соціальний феномен, який визначається генітальною статтю немовляти, що надає дорослим зразки виховання, згідно з культурними традиціями в суспільстві. У свою чергу, це призводить до формування в дітей статевої ролі, відповідно до розуміння "маскулінності" і "фемінінності", які є сукупністю сталих явлень щодо поведінки представників обох статей [25, 52].

Англійський соціолог Е. Гідденс наголошує про те, що гендерна поведінка є культурально сконструйованим явищем. Діти навчаються поведінковим ілюстраціям стосовно гендеру, властивим їх культурі, від батьків. Варто зазначити, що гендерні стереотипи мають значний вплив на сприйняття батьками своїх дітей. Спостереження виявили, що батьки взаємодіють з хлопчиками та дівчатками по-різному, навіть якщо вони вважають, що ставляться до них однаково. Автор провів експеримент, в якому спостерігав за п'ятьма молодими матерями, як вони доглядали за шестимісячною дитиною, якій дали ім'я Бет. Батьки починали гру з нею, усміхалися і пропонували ляльки. Вони спілкувалися з нею "м'яким голосом" та називали її "милою". У

другій групі матерів була дитина на ім'я Адам, того ж віку, і їхній підхід до нього був зовсім іншим. Вони найчастіше пропонували "хлопчачі" іграшки, такі як транспорт. У цьому експерименті дослідники детально спостерігали за шестимісячною дитиною на ім'я Бет та дитиною на ім'я Адам, які, насправді, були тією ж самою дитиною, одягнутою по-різному. Результати показали, що батьки та інші дорослі різним чином сприймали та ставилися до хлопчиків та дівчаток, навіть, коли діти були ідентичними. Це стосується не тільки родичів, але й медичного персоналу під час пологів, який називав хлопчиків "здорованями", "силачами", а дівчаток - "лапочками", "ніжними", незалежно від їхньої ваги та зросту [34, 52].

Гендерні стереотипи - це сталі розуміння поведінкових моделей та характерологічних рис, які пов'язані зі статевою приналежністю і відповідають концепціям "чоловічого" та "жіночого". Їх розглядають з наступних точок зору: перша - у свідомості самоуявлення чоловіків та жінок, а друга - в колективній свідомості суспільства.

Дослідження гендерних стереотипів дозволили зробити два важливі висновки. По-перше, гендерні стереотипи мають більший вплив, ніж расові стереотипи. По-друге, існують стійкі гендерні стереотипи, і члени груп, які їм підпорядковані, усвідомлюють та приймають їх [21, 33].

Визначення різних типів підпорядкування гендерним нормам має велике значення. У своїх дослідженнях американський психолог Ш. Берн виділяє три типи особливостей підпорядкування:

- поступливість, яка включає конформне ставлення до соціальних норм. Особа може не приймати ці норми, але змінює свою поведінку відповідно до них, з метою уникнення покарання та отримання соціального схвалення;
- схвалення (інтерналізація), що передбачає повне узгодження з гендерними нормами;
- ідентифікація, яка базується на наслідуванні рольової моделі, такої як чоловік, жінка, батько або мати.

Важливо зазначити, що гендер є соціально обумовленим явищем, а процес гендерної ідентифікації є поступовим. Різні дослідники виокремлюють різну кількість стадій гендерної ідентифікації [38, 52].

С. Томпсон, англійський педагог і психолог, розрізняє таку послідовність розкриття статевих ролей у дітей:

- усвідомлення про наявність двох статей;
- визначення власної статі;
- самовизначення, яке впливає на вибір нових форм поведінки.

Це призводить до формування різних характерологічних проявів у хлопців та дівчат [52].

Психологи А. Визгіна та С. Панталеєв здійснили дослідження, яке виявило наступні відмінності у самоописі чоловіків та жінок. Характеристики чоловіків відрізняються від характеристик жінок.

Чоловіки зазвичай стримують свої емоції, без нахилу до відкритого самовираження, вони створюють свою захисну маску, що відображає соціальні норми та правила (якщо це не так, то, можливо, це свідчить про психологічні проблеми, дезадаптацію або емоційну нестабільність). Вони почуваються комфортно, якщо є частиною соціальної групи, орієнтовані на діяльність та прагнуть відчувати себе важливими для досягнення успіху. Вони наділені об'єктивізмом та довіряють фактам, і поважають себе, якщо відповідають соціальним очікуванням.

Жінки мають тенденцію до міжособистісного спілкування та виявлення емоційності, що робить їх привабливими для оточуючих та свідчить про їх психічне здоров'я та соціальну адаптацію. Недостатнє виявлення емоцій може свідчити про некоммунікабельність, тривожність або низький рівень жіночості. Жінки більш імпульсивні та суб'єктивні, іноді суворо дотримуються соціальних норм, але таке дотримання сприймають як насильство над власною особистістю. Вони мають більш цілісне самоусвідомлення та менше залежать від соціальних норм [1, 52].

Австрійський філософ О. Вейнінгер вважає, що категорії «чоловік» та «жінка» не повинні розглядатись як дві абсолютно відокремлені сутності, але як різні складові частини кожної людини, які взаємодіють у найрізноманітніших відносинах, і в яких кожен індивід має свій власний відсоток мужності та жіночності. Він вважає, що не можна розглядати жодного індивіда як чистого «чоловіка» чи «жінку», оскільки кожна людина є унікальною комбінацією цих двох субстанцій. Тому, замість використання маркерів «чоловік» та «жінка», необхідно вказувати, який відсоток кожної з цих характеристик містить у собі кожна людина [49].

Теорія когнітивного розвитку стверджує, що процес гендерної ідентифікації у дітей залежить від інформації, яку вони отримують від дорослих щодо статевої приналежності та поведінки, характерної для цієї статі. Через гендерну стійкість діти активно шукають соціальні контакти, щоб отримати інформацію про статеvu поведінку, яка відповідає їх статі. Ця теорія акцентується на значенні когнітивного аспекту перебігу ідентифікації. Спочатку діти вивчають, що значить бути чоловіком або жінкою, а потім встановлюють свою статеvu приналежність та намагаються погодити свою поведінку з цими уявленнями. Тому важливо приділяти увагу когнітивному розвитку дітей для формування їх статевої ідентичності. Варто зазначити, що діти проявляють різницю у статевій поведінці набагато раніше, ніж сформується у них стійке розуміння їх статевої ідентичності.

Теорія гендерних схем С. Бем містить певну схожість з теорією когнітивного розвитку. За даною теорією, настанови, що пов'язані з реалізацією певної гендерної ролі, набуваються та приймаються протягом первинної соціалізації. Це призводить до створення гендерної диференціації та типізації, які є підсумком обробки даних згідно з гендерними схемами, пов'язаними з поняттями "чоловіче" та "жіноче". Дитина вчиться відбирати з різних варіантів самовизначення лише ті, що відповідають її статі, з орієнтуванням на дорослих. При отриманні нової інформації дитина здійснює кодування та її організацію за гендерними схемами, які переважають в культурі, відповідно до уявлень про

чоловічість та жіночість та чоловічих і жіночих ролей в соціумі. Це визначає дитяче самооцінювання та поведінку [29, 37, 52].

1.3. Особливості старіння чоловіків та жінок

Останнє дослідження, опубліковане в науковому медичному журналі The Lancet (Великобританія), виявило, що чоловіки, на відміну від жінок, мають більш сприятливі засади для старіння через вплив гендерних ролей та норм. Дослідники створили "Індекс старіння", який включав п'ять критеріїв, щоб оцінити комфортність старіння: здоров'я, продуктивність та залученість, рівноправ'я, інтегрованість та безпеку. Всього було проаналізовано представників 18 країн [39].

Згідно з дослідженням, країни Північної Європи, Нідерланди та Японія мають найбільш комфортні умови для старіння населення згідно критеріїв, врахованих в «Індексі старіння». Країни Південної та Східної Європи мають найнижчий індекс.

Виявлено, що чоловіки мають більш комфортні умови для старіння, порівняно з жінками, у всіх досліджених країнах. Чоловіки є фінансово захищеними та менш ізольованими від суспільства. Хоча жінки зазвичай живуть довше, це не дає їм переваг. Навпаки, вони частіше залишаються без партнера на похилому віці, що призводить до самотності та впливає на психічне здоров'я. Жінки також частіше стикаються з хворобами у похилому віці, що призводить до додаткових витрат на медичну допомогу. Соціальна ізоляція та погіршення здоров'я впливають на їхній рівень задоволення життям [39].

Крім того, існує таке поняття, як страх старості, який зазвичай проявляється у вигляді тривоги та нав'язливих думок щодо власного старіння та недієздатності. Можна зазначити деякі гендерні відмінності у прояві цього питання.

Чоловіки відчувають страх старості із різних причин, зокрема бояться втратити свою роль у сім'ї та заробітну плату, стати немічними і втратити свій

статус у суспільстві. Із приходом старості, вони можуть почувати себе менш корисними та потребувати допомоги. Крім того, страх перед втратою зірки, пам'яті та розвитком хвороби Альцгеймера також важливі для чоловіків. Страх самотності та смерті також є поширеним серед чоловіків у похилому віці.

У жінок страх старості часто виникає через побоювання втратити свій молодий та привабливий вигляд, страх змін в зовнішності, таких як зморшки та набирання зайвої ваги. Також виникає страх залишитися самотньою та непотрібною, як тягар для близьких і друзів. Жінки можуть страждати від проблем зі здоров'ям, страхуватись від хвороб та немічності.

Страх старості може проявлятися не тільки у похилому віці, але й у молодому віці, коли люди усвідомлюють, що все матеріальне коли-небудь закінчиться, включаючи їхню молодість, здоров'я та можливості. Це також може приводити до страху самотності та смерті.

У людини може виникнути сильна тривога щодо швидкості протікання часу, вона може переживати через те, що не зможе встигнути здійснити задумане, наприклад, побудувати свій власний будинок, одружитися, виховати дітей та забезпечити їх фінансово, або здійснити успішну кар'єру.

Часто люди відчують страх старості, пов'язаний зі страхом втрати молодості та привабливості, а також боязню бути самотнім та нікому не потрібним. Цей страх («геронтофобія») може проявлятися і в молодому віці, коли людина усвідомлює те, що все, що вона має, колись закінчиться. Наприклад, людина може турбуватися про те, що не встигне досягти певних цілей до того, як почнуться вікові зміни. Більшість людей також відчують нехтування та неприязнь до літніх людей, що також пов'язано зі страхом старості. Важливо приймати процес старіння як природний і неминучий, з відчуттям радості та задоволення на кожному етапі життя [11, 17, 18].

Висновки до розділу I

Огляд теоретичних джерел надає можливість зробити наступні міркування.

Гендер є характеристикою, яка поєднує соціальні та біологічні аспекти та визначає, що це значить бути "чоловіком" або "жінкою". Хоча стать (sex) є біологічним поняттям, психологи також використовують термін "гендер" для обґрунтування біологічно обумовлених відмінностей між статями, як розбіжність між "статями".

Вивченням гендеру займалось багато вчених, серед яких такі дослідники як Р. Столлер, Ш.Берн, Е. Гідденс, О. Вейнінгер, С. Бем та інші. Було розглянуто провідні напрями вивчення гендеру та гендерних відмінностей у психології.

«Старість (похилий вік, пізня дорослість) – заключний етап життя організму, що починається приблизно з 55-60 років та характеризується вираженим зниженням його адаптаційних можливостей і відповідними морфологічними змінами в органах та системах. Хронологічні кордони між старістю та зрілістю є досить умовними внаслідок значних індивідуальних розбіжностей у появі ознак старості» [7].

«Поняття «старість» і «старіння» різні за своїм психологічним змістом. Старість є останнім етапом онтогенезу людини, тобто заключним періодом вікового індивідуального розвитку. Старіння – це природо-обумовлений процес, що проявляється у біологічних, фізіологічних, психічних змінах організму та послабленні його функціонування» [6].

Визначенню феномену старості, проблемам старості та старіння, переживання особистістю періоду старості (другої половини життя) та знаходження сенсу буття в цей період розвитку особистості присвячені роздуми та дослідження К.Ясперса, К.Г.Юнга, Е.Еріксона, Дж. Пека, Д. Біррена та К.Шрутца, Б.Г.Ананьєва та інших представників психологічної науки.

Гендерні особливості ставлення до феномену старості є недостатньо вивченими та потребують детальніших досліджень.

РОЗДІЛ II. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАВЛЕННЯ ДО ФЕНОМЕНУ СТАРОСТІ

2.1. Методика та організація дослідження гендерних особливостей ставлення до феномену старіння

Для даної роботи було відібрано інструмент діагностики "Маскулінність-фемінність" С. Бем [37]. Цей методичний інструмент призначений для визначення психологічної статі, а також аналізу проявів маскулінності, фемінності, андрогінності індивіда. В анкеті є набір особистісних якостей (тверджень), які оцінюються досліджуваними за наявністю/відсутністю цих характеристик (відповіді "так" або "ні") [37, 52].

Маскулінність. Типовими чоловічими проявами вважають завзятість, упертість, бажання домінувати, підвищена агресія, здатність до ризику, незалежність та інші. Спеціальні експерименти встановили, що рівень андрогенів у крові корелює з генералізованою спонтанною агресивністю та сексуальною агресією. Інше спостереження (на вибірці 191 особа) встановило, що маскулінні індивіди мають більшу самоповагу, а також вище самоствердження стосовно досягнень та зовнішності (фізичне Я) [37, 52].

Фемінність. Типові ознаки, що відносяться до жіночої статі, включають покірність, делікатність, чуйність, ніжність, сердечність, нахил до співпереживання тощо. У соціальних штампах про фемінність менше уваги віддано успіху в діловій кар'єрі, але більший акцент стосується емоційних аспектів [37, 52].

Андрогінність. Особистість не повинна відповідати стереотипним уявленням про чітку маскулінність або фемінність. Індивід може проявляти ознаки, які однаковою мірою характерні як для маскулінності, так і для фемінності. У випадку, коли такі риси узгоджені та доповнюють одна одну, це може бути корисним для адаптивності андрогінного виду. Є докази того, що

поступливість, соціальна витриманість та зниження схильності до агресії та домінування у спілкуванні не призводять до зниження самооцінки та самовпевненості, а зберігають в індивіді прояви самоповаги, впевненості та самоприйняття. Дослідження показують, що люди з андрогінним типом поведінки не відстають від людей з більш маскулінним типом ні в загальному рівні самоповаги, ні в самооцінці або сприйнятті своєї зовнішності (фізичного Я) [37, 52].

За ключем до проведення процедури обробки та інтерпретації результатів обчислюються дані стосовно фемінності (F) і маскулінності (M) за нижченаведеними формулами:

$$F = (\text{сума балів за фемінністю}): 20$$

$$M = (\text{сума балів за маскулінністю}): 20$$

$$\text{Основний індекс IS визначається як: } IS = (F-M) * 2,322 [37] .$$

Таблиця 2.1.

Стандартні значення основного індексу IS

| Показник | Значення |
|--------------------------------|------------------|
| Яскраво виражена маскулінність | Більше -2,025 |
| Маскулінність | Від -2,025 до -1 |
| Андрогінність | Від -1 до 1 |
| Фемінність | Від 1 до 2,025 |
| Яскраво виражена фемінність | Більше 2,25 |

Наступним кроком нашого дослідження було проведення дослідження за допомогою тесту смисложиттєвих орієнтацій (тест СЖО, за Джеймсом Крамбо і Леонардом Махоліком, в адаптації Д.О.Леонтьєва) [50].

За допомогою даного інструменту здійснюється аналіз уявлень респондентів про сенс існування, зокрема, наявність або відсутність цілей у перспективі, які надають осмисленість життю, інтерес до життєвого процесу, задоволення буттям, усвідомлення себе як активної і сильної особистості, що

будує життя згідно своїх уявлень та світогляду, про адаптацію особистості до прояву та усвідомлення віково-часових змін, відношення до старості [50].

Тест СЖО містить субшкали:

1. Цілі (наявність або відсутність в житті досліджуваного цілей на майбутнє);
2. Процес (інтерес, емоційна насиченість життя);
3. Результат (задоволеність самореалізацією, результативність буття);
4. Локус контролю - Я (рівень уявлень про себе як про сильну особистість);
5. Локус контролю - життя (контрольованість життям) [50].

Таблиця 2.2.

Середні та стандартні відхилення субшкал і загального показника ОЖ (N=200 чол.)

| Шкали | Чоловіки | | Жінки | |
|-----------------------|----------|------------|-------|------------|
| | М | Відхилення | М | Відхилення |
| 1-Цілі | 32.90 | 5.92 | 29.38 | 6.24 |
| 2-Процес | 31.09 | 4.44 | 28.80 | 6.14 |
| 3-Результат | 25.46 | 4.30 | 23.30 | 4.95 |
| 4-ЛК-Я | 21.13 | 3.85 | 18.58 | 4.30 |
| 5-ЛК-життя | 30.14 | 5.80 | 28.70 | 6.10 |
| Загальний показник ОЖ | 103.10 | 15.03 | 95.76 | 16.54 |

За допомогою методики СЖО, яка дозволяє оцінити "джерело" сенсу життя, дані, що отримані від респондентів, розподіляються на групи залежно від їх статі. Це дослідження дозволяє визначити, наскільки респонденти бачать сенс у своєму житті, яке їх ставлення до життя, інтерес до життя, який вони мають погляд на майбутнє та на якій основі вони керують своїм життям. Це дослідження також дозволяє визначити, наскільки респонденти сприймають невинний процес життя та старіння.

Також було використано опитувальник «Шкала задоволеності життям» Е.Дінера (адаптована та валідована Д.Леонтєвим та Є.Осіним у 2003 році), невеликий скринінговий самоопитувальник, який призначений для масового опитування респондентів про ступінь суб'єктивного добробуту та задоволеність життям [40].

Учасникам опитування пропонувалось відповісти на 5 запитань, обравши такі відповіді: 7 – повністю згоден; 6 – згоден; 5 – переважно згоден; 4 – невизначено (і згоден, і не згоден); 3 – переважно не згоден; 2 – не згоден; 1 – зовсім не згоден. Отримані бали по всіх пунктах додаються, мінімально можливий бал по шкалі – 7, максимальний – 35 балів.

Шкала дозволяє вимірювати емоційний досвід життя людини в цілому, який відображає загальний рівень психологічного добробуту та задоволеність життям, в тому числі і в віково-часовій перспективі.

Наступним етапом дослідження, проведеного в рамках даної роботи, було застосування короткого п'ятифакторного опитувальника особистості ТІРІ (ТІРІ-UKR) в адаптації М. Кліманської, І. Галецької [14].

Методика ТІРІ є однією з багатьох, які ставлять перед собою мету виявлення та оцінки глибинних психологічних рис особистості. Для опису та оцінки особистості використовуються п'ять вимірів: екстраверсія, дружелюбність, добросовісність, емоційна стабільність та відкритість до нового досвіду. Ці характеристики є універсальними, надкультурними та загальними для всіх людей, що дозволяє отримати повні та всебічні описи особистості, які не залежать від етнічної чи демографічної приналежності.

Для заповнення цього опитувальника потрібно близько однієї хвилини. Кожен пункт оцінюється на 7-бальній шкалі від 1 (абсолютно не згоден) до 7 (абсолютно згоден). Пункти, позначені *, зараховуються з інверсією [14].

Екстраверсія (інтроверсія) - визначення нахилу до соціальної взаємодії, енергійності, активності та здатності до переживання позитивних емоцій. Високий рівень екстраверсії виявляє, що людина є активною, оптимістичною, комунікабельною, перебуває в пошуку нових активностей. Низький рівень

екстраверсії вказує на сором'язливість, песимістичний підхід до життя, уподобання самотності та уникнення соціальних активностей.

Добросовісність - відноситься до мотивації та наполегливості, які людина виявляє у відношенні до своїх цілей і дій. Високий рівень добросовісності свідчить про відповідальність, розсудливість та надійність, а також про нахил до перфекціонізму та працьовитості, збереження порядку. Зворотньо, низький рівень добросовісності вказує на недостатню конкретизацію життєвих цілей та мотивацію досягнень, гедоністичні нахили, імпульсивність у прийнятті рішень та спонтанність у діях.

Дружелюбність. Оцінювання рівня дружелюбності включає в себе вимірювання людської чутливості та зацікавленості у взаємостосунках з іншими, їх здатність співчувати та бути дружніми, а також вміння співпрацювати з ними. Низький рівень дружелюбності вказує на відсутність здатності співчувати, конкурентний підхід до взаємин з іншими і недовіру. Зворотньо, високий рівень дружелюбності вказує про можливість співпраці і співчуття, прояви лагідності, скромності і бажання допомогти іншим.

Емоційна стабільність (нейротизм). Емоційна стабільність відображає, наскільки людина здатна адаптуватися до емоційних ситуацій, подолати стрес і контролювати негативні емоції, такі як страх, гнів, провина, незадоволення та розгубленість. Високий рівень емоційної стабільності означає, що людина вміє долати стрес і уникати накопичення напруги, дратівливості або страху. Зворотньо, низький рівень емоційної стабільності свідчить про підвищений рівень нейротизму, меншу здатність до емоційної саморегуляції, схильність до занепокоєнь, сором'язливість, а також до переживання страху і напруги.

Відкритість новому досвіду. Відкритість до нового досвіду виражає зацікавленість людини в пізнанні, її готовність бути толерантною до невідомого, бажання досліджувати нові речі та позитивне ставлення до них. Високий рівень вказує на цікавість усім новим, розвинену уяву, нетрадиційність та незалежність у міркуваннях. Зворотньо, низький рівень

відкритості до досвіду означає консервативність, схильність до традиційних цінностей, прагматичний вибір та недовіру до невідомого.

Також до авторської анкети для опитування та подальшого емпіричного дослідження питання гендерних особливостей ставлення до феномену старості респондентам були включені наступні питання, що відображають ставлення до старості [35], із відповідними варіантами відповідей:

1. Як Ви ставитесь до факту неминучості старіння?
 - ставлюсь спокійно, як до нормального життєвого процесу (1 бал);
 - нейтрально, не задумуюсь про це (2 бали);
 - ставлюсь з переживанням, болісно (3 бали).

2. Яке Ваше відношення до наступних змін: поява зовнішніх ознак старіння (зморшки, сивина), втрата фізичної привабливості?
 - ставлюсь спокійно, як до нормального життєвого процесу (1 бал);
 - нейтрально, не задумуюсь про це (2 бали);
 - ставлюсь з переживанням, болісно (3 бали).

3. Чи лякають Вас можливі проблеми із фізичним здоров'ям з настанням старості в майбутньому?
 - ставлюсь спокійно, як до нормального життєвого процесу (1 бал);
 - нейтрально, не задумуюсь про це (2 бали);
 - ставлюсь з переживанням, болісно (3 бали).

4. Чи подобається Вам бути наставником у професійній діяльності, маєте схильність до бажання передавати досвід, давати настанови чи поради?
 - так (3 бали);
 - не знаю, не задумуюсь про це (2 бали);
 - ні (1 бал).

5. Чи лякає Вас питання погіршення матеріального становища в зв'язку із втратою професійної діяльності, виходом на пенсію у майбутньому?

- так (3 бали);
- не знаю, не задумуюсь про це (2 бали);
- ні (1 бал).

6. У старінні є багато приємних речей.

- так (3 бали);
- не знаю, не задумуюсь про це (2 бали);
- ні (1 бал).

7. З віком я все більше сприймаю себе таким, яким я є.

- так (3 бали);
- не знаю, не задумуюсь про це (2 бали);
- ні (1 бал).

8. Ставати старшим виявилось легше, ніж я очікував.

- так (3 бали);
- не знаю, не задумуюсь про це (2 бали);
- ні (1 бал).

9. З віком мені стає все важче заводити друзів.

- так (3 бали);
- не знаю, не задумуюсь про це (2 бали);
- ні (1 бал).

2.2. Характеристика вибірки

Дослідження психологічних чинників гендерних особливостей ставлення до старості було проведене з грудня 2022 року в містах Києві та Чернігові, а також в Київській, Чернігівській та Полтавській областях України. Вибірка становила 68 особи віком від 25 до 60+ років, до яких увійшли представники обох статей. Для дослідження було сформовано дві групи: чоловіча (32 особи або 47 % від вибірки) та жіноча (36 осіб або 53 % від вибірки). Переважна більшість респондентів з вищою освітою; перебувають у шлюбі/відносинах; мають дітей.

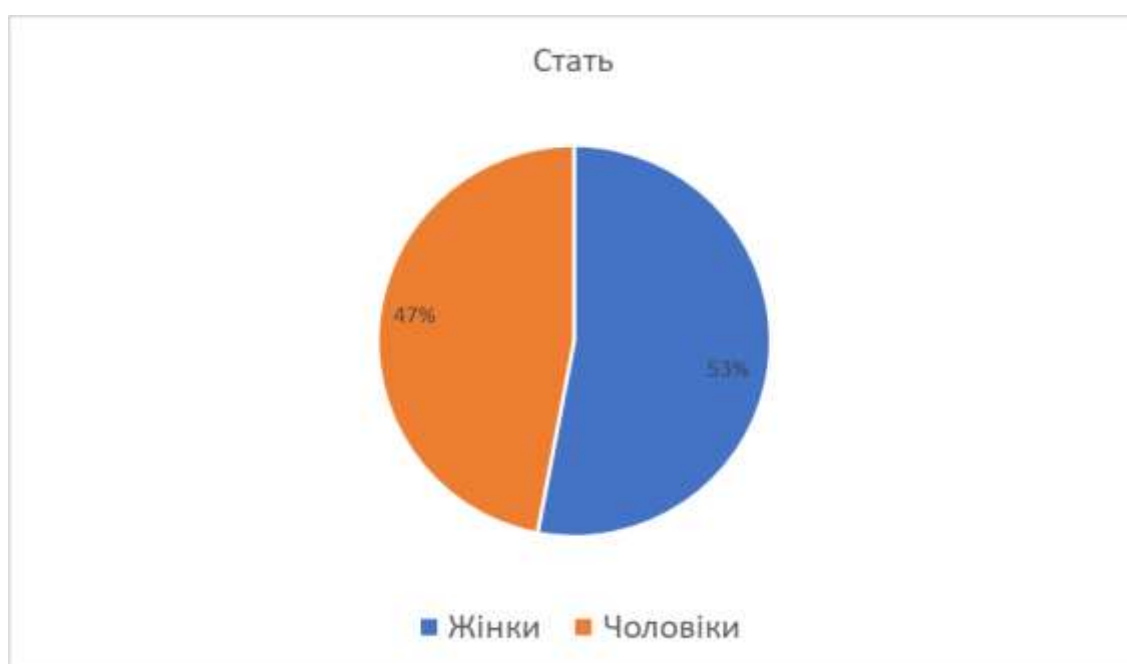


Рис. 2.1. Розподіл досліджуваних за біологічною статтю (як вони себе ідентифікували)

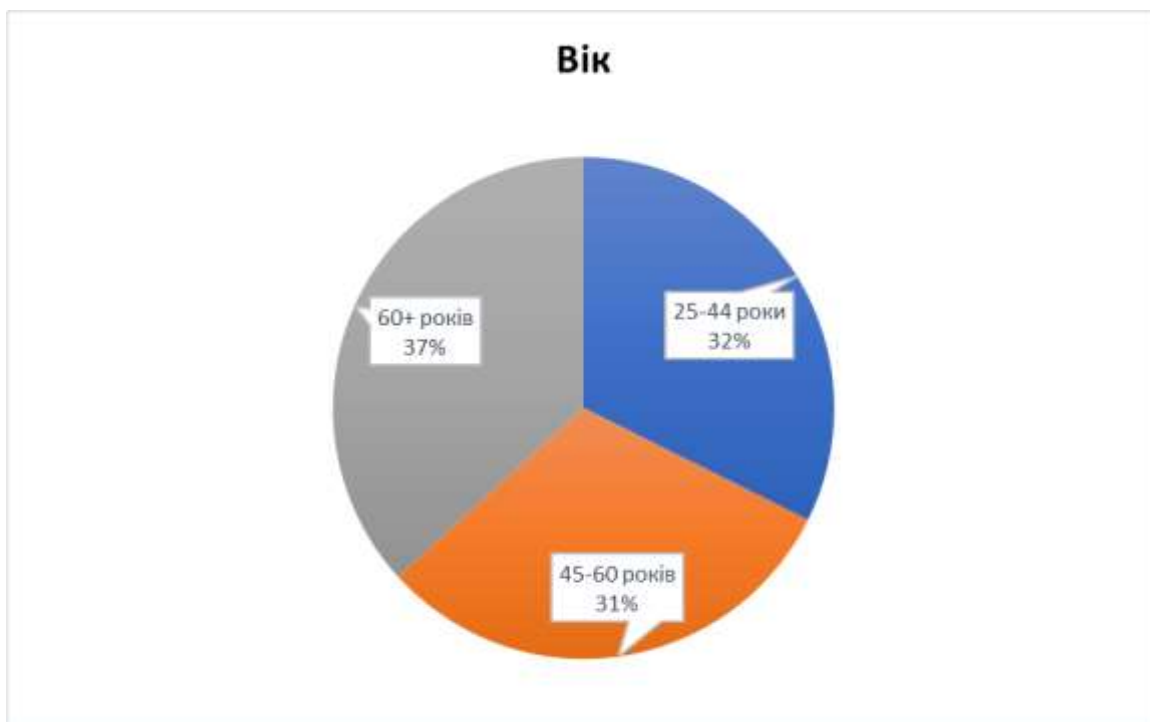


Рис. 2.2. Розподіл досліджуваних за віком

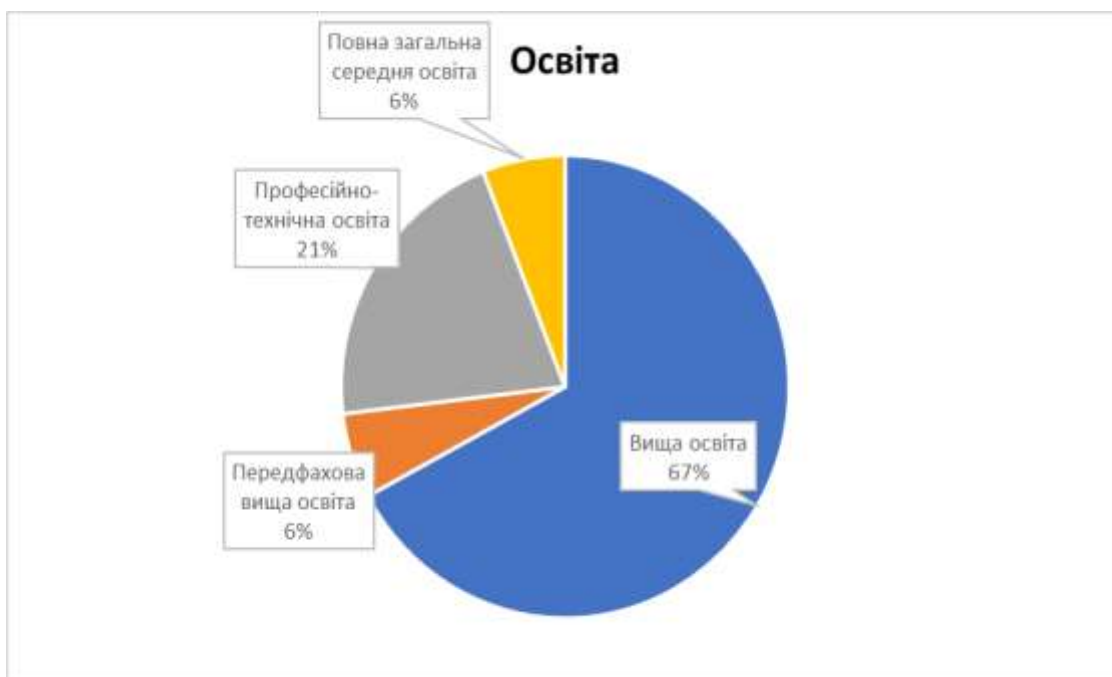


Рис. 2.3. Розподіл досліджуваних за освітою

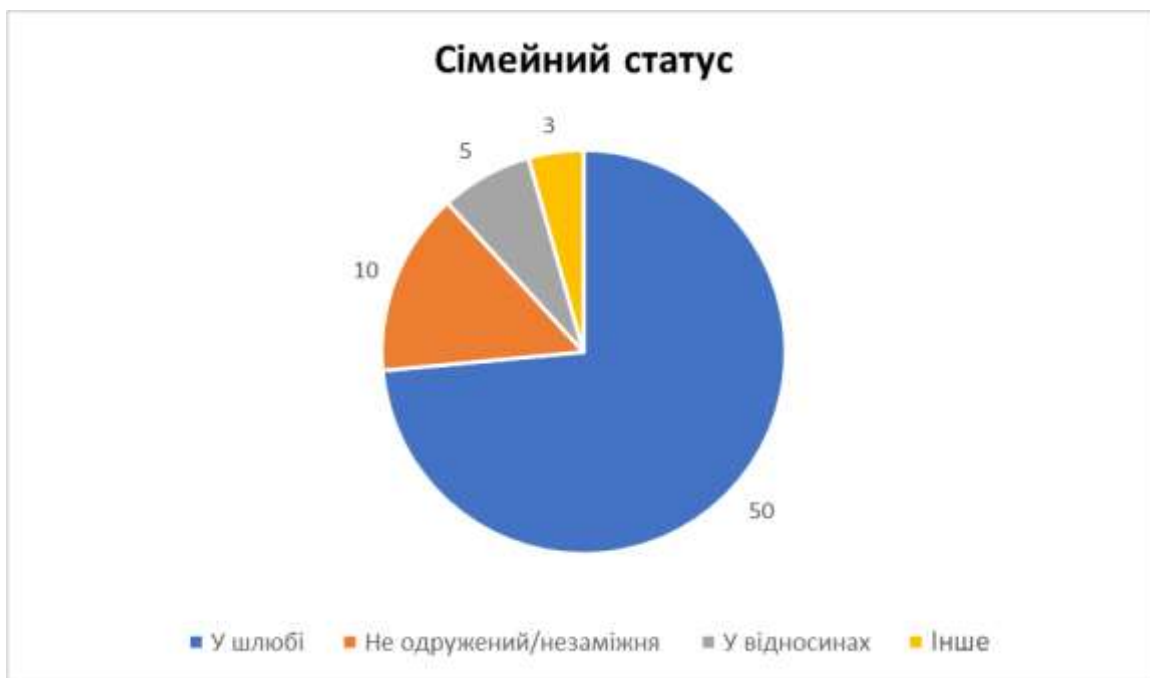


Рис. 2.4. Розподіл досліджуваних за сімейним статусом

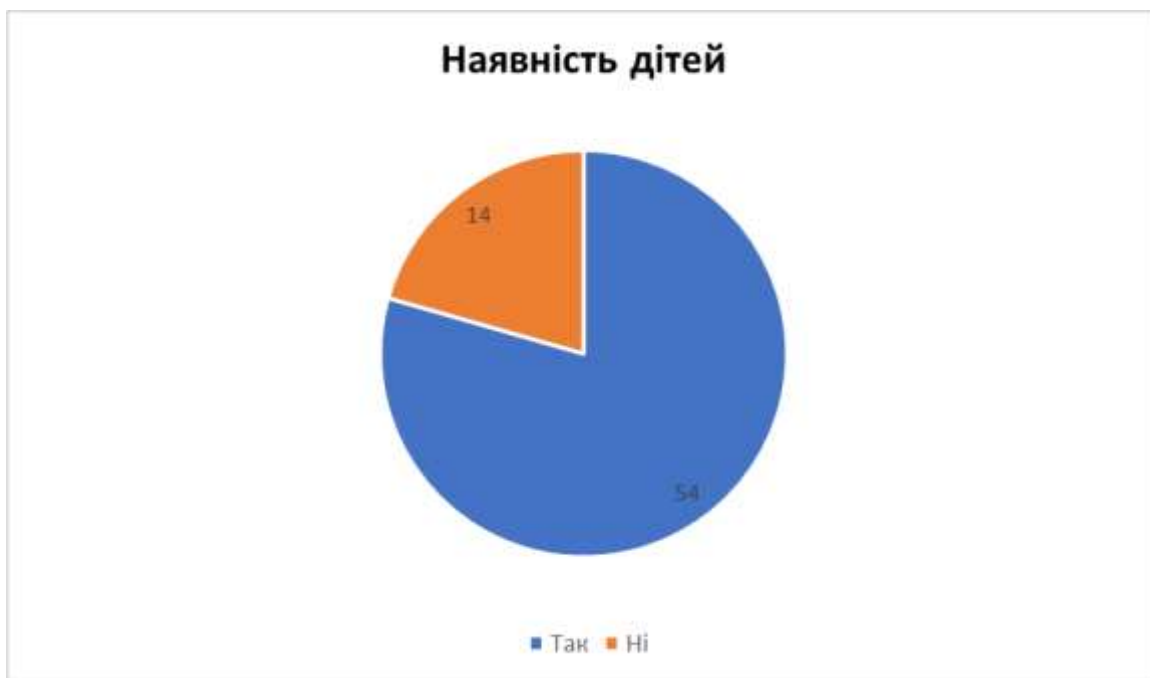


Рис. 2.5. Розподіл досліджуваних за наявністю дітей

Висновки до розділу II

Отже, найпоширенішим засобом для дослідження гендерних особливостей ставлення до феномену старості є методи психодіагностики. Особливо інформативним в даній сфері досліджень є тест СЖО. Цей тест використовується для дослідження уявлень респондентів про майбутнє життя, оцінки їх цілей і перспектив, а також виявлення рівня осмисленості, інтересу та задоволеності їх життєвим процесом. Крім того, він відображає розуміння про себе як про особистість, що проявляє активність і самостійність, здатну приймати рішення та контролювати свій життєвий процес, оцінює ступінь адаптації особистості до прояву та усвідомлення віково-часових змін, відношення до старості.

Для аналізу гендерних характеристик респондентів використано інструмент діагностики "Маскулінність-фемінність" С.Бем, який дозволяє оцінити ступінь вираженості гендеру у кількісному вигляді. Укладач цієї методики розглядає гендер як не дихотомічну шкалу, а як явище, яке може проявлятися у різній інтенсивності, відповідно до теоретичних засад дослідження.

Також було використано опитувальник «Шкала задоволеності життям» Е.Дінера (адаптована та валідована Д.Леонтєвим та Є.Осіним у 2003 році), що являє собою анкету для самооцінки та масового опитування респондентів про ступінь суб'єктивного задоволення їх життям.

Шкала дозволяє вимірювати емоційний досвід життя людини в цілому, який відображає загальний стан психологічного добробуту та задоволеність життям, в тому числі і в віково-часовій перспективі.

Крім того, було застосовано короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ в адаптації М. Кліманської, І. Галецької. Ця методика є однією з багатьох, метою якої є виявлення та оцінки глибинних психологічних рис особистості.

Учасникам опитування також було запропоновано відповісти на питання авторської анкети, що відображають ставлення особистості до старості.

Дослідження психологічних чинників гендерних особливостей ставлення до старості було проведене з грудня 2022 року в містах Києві та Чернігові, а також в Київській, Чернігівській та Полтавській областях України. Вибірка становила 68 особи віком від 25 до 60+ років, до яких увійшли представники обох статей. Для дослідження було сформовано дві групи: чоловіча (32 особи або 47% від вибірки) та жіноча (36 осіб або 53 % від вибірки). Переважна більшість респондентів з вищою освітою; перебувають у шлюбі/відносинах; мають дітей.

РОЗДІЛ III. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАВЛЕННЯ ДО ФЕНОМЕНУ СТАРОСТІ, ЇХ АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ

3.1. Емпіричне дослідження особливостей ставлення особистості до феномену старості, осмисленості життєвої перспективи та віково-часових змін

Після застосування інструменту діагностики «Маскулінність-фемінність» С.Бем [37], за даними, отриманими в ході дослідження, прояв помірної маскулінності виявлено лише у 2 чоловіків та 1 жінки ($-2,025 < IS \leq -1$), помірно фемінний тип у 5 жінок ($1 < IS < 2,025$), андрогінний тип виявлено у 60 респондентів ($-1 \leq IS \leq 1$).

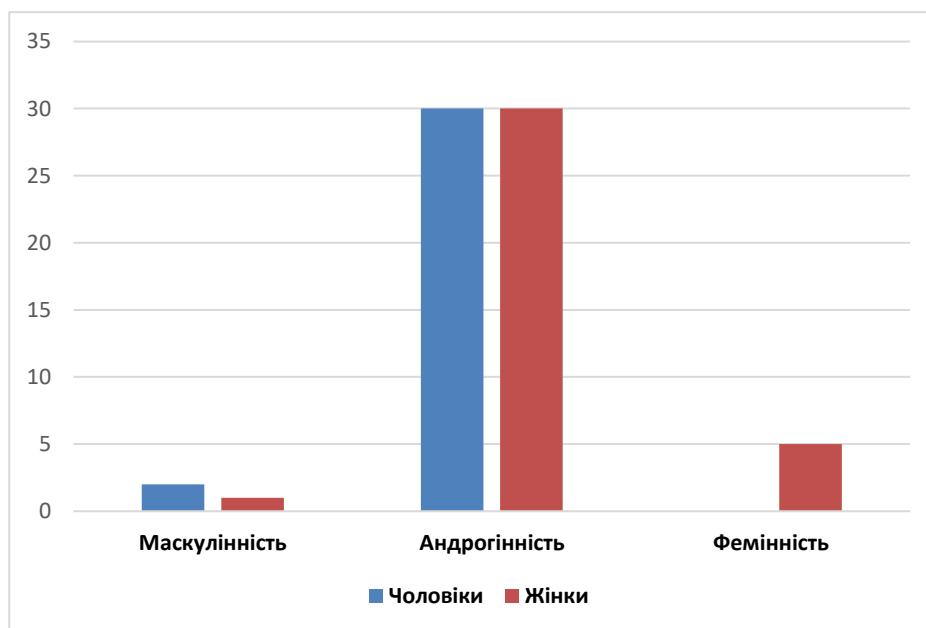


Рис. 3.1. Результати проведення методики С.Бем

Аналіз одержаних даних в ході дослідження відбувався в кілька етапів. Першочергово був проведений аналіз внутрішньої надійності методики за допомогою α -Кронбаха та ω -Макдональда, що полягав у перевірці узгодженості питань всередині шкал методики.

Для інструменту «Маскулінність-фемінність» (С. Бем) отримано наступні результати:

Таблиця 3.1.

**Перевірка надійності та узгодженості методики
«Маскулінність-фемінність» (С. Бем)**

| | α - Кронбаха | ω -Макдональда |
|-----------|---------------------|-----------------------|
| Показники | 0.820 | 0.847 |

Отримані результати свідчать про надійність та узгодженість питань в обраній методиці.

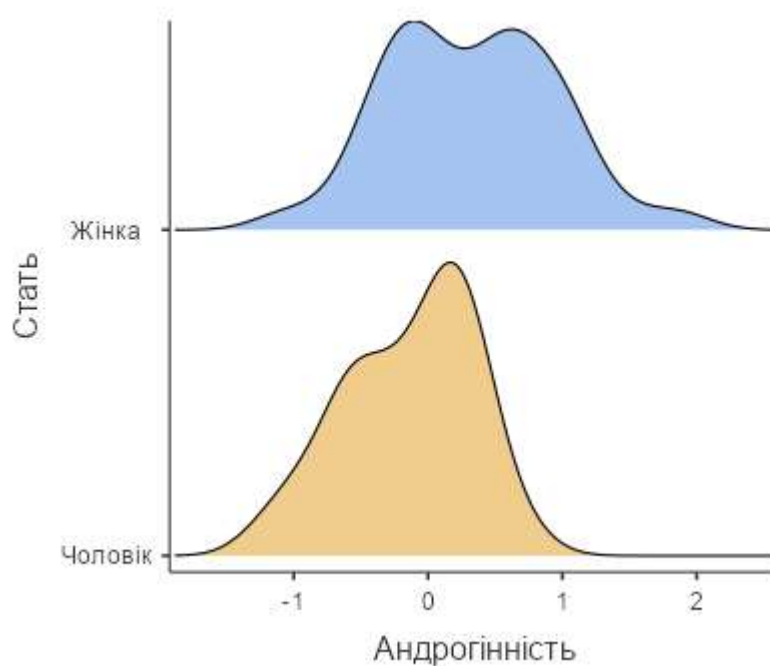


Рис. 3.2. Графік розподілу даних за основним індексом (IS) – андрогінність для чоловіків та жінок

Для перевірки рівності середніх значень у двох групах (чоловіки і жінки) було застосовано критерії Уелча (при ненормальному розподілі) та Стьюдента

(нормальний розподіл). Нульова гіпотеза припускає, що середні рівні, альтернативна заперечує рівність значень у групах.

Таблиця 3.2.

Результати перевірки рівності середніх значень

| Показники | Показники | Статистика | Значущість (p) | | Величина ефекту |
|------------------------------------|---------------|------------|----------------|---------|-----------------|
| Маскулінність | Уелча-t | -2.19 | 0.032 | d-Коена | -0.527 |
| Фемінність | Уелча-t | 3.17 | 0.002 | d-Коена | 0.779 |
| Основний індекс IS - андрогінність | Стьюдента - t | 3.44 | 0.001 | d-Коена | 0.839 |

Статистична значимість критерія Уелча $p = 0.032$, що підтверджує статистичну різницю між середніми двох груп по шкалі «Маскулінність», величина ефекту -0.527 , що відповідає середньому рівню. Альтернативна гіпотеза підтверджена. Статистична значимість критерію Уелча $p = 0.002$ та величина ефекту 0.779 (високий рівень) підтверджує статистичну розбіжність між середніми двох груп за рівнем фемінності. Величина ефекту та статистична значимість дає змогу констатувати, що прояв маскулінних ознак у чоловіків більший, ніж у жінок, а прояв фемінності у жінок більший, ніж у чоловіків, незважаючи на те, що переважна більшість досліджуваних було віднесено до андрогінного типу. Проте, ці результати не можна застосувати для висновків щодо популяції, оскільки характерний ненормальний розподіл даних.

Статистична значимість критерію Стьюдента $p = 0.001$ при величині ефекту 0.839 (високий рівень) вказує на розбіжність між середніми чоловічої та жіночої групи. Це дозволяє стверджувати, що рівень андрогінності у чоловіків нижче, ніж у жінок.

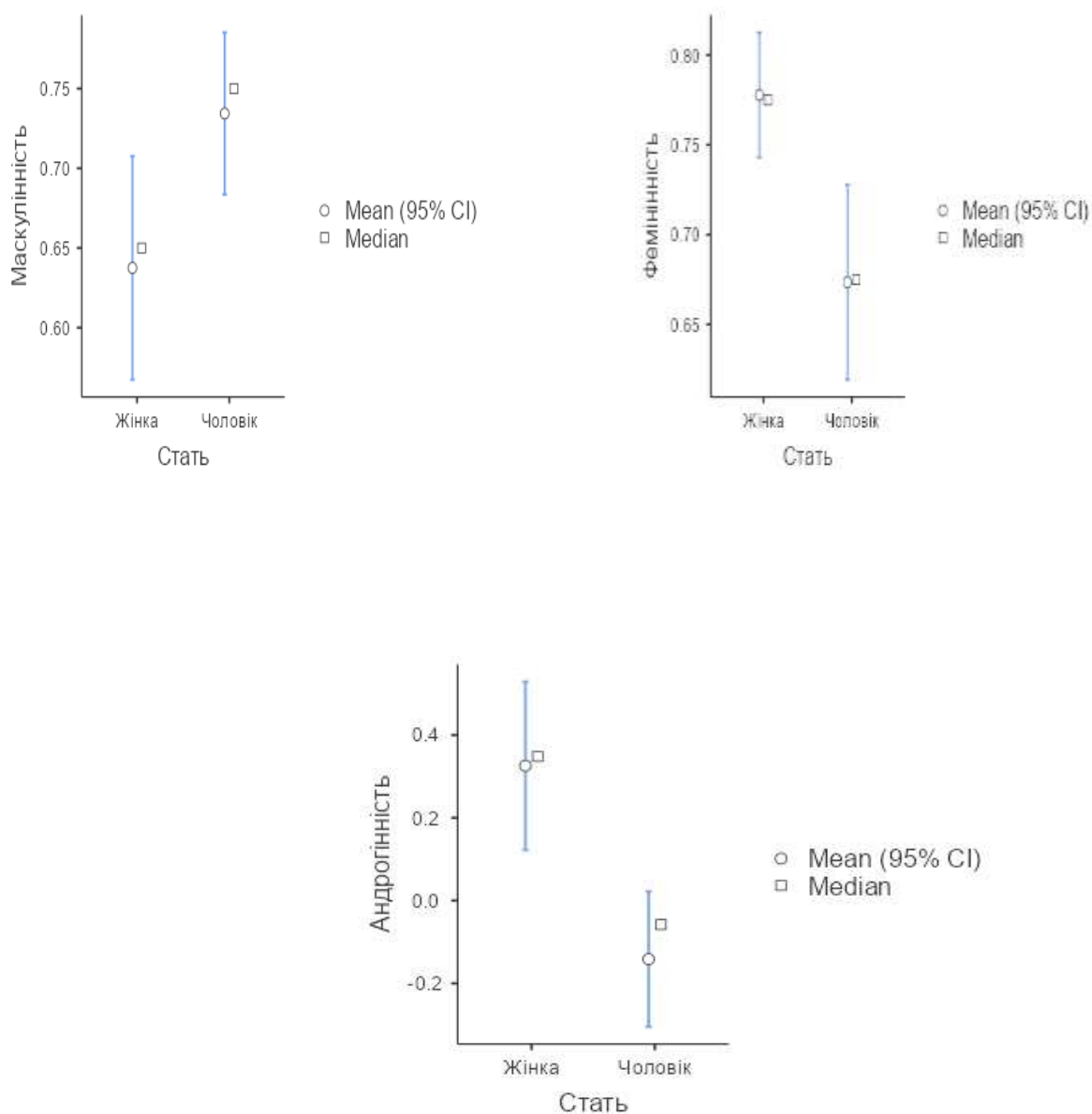


Рис. 3.3. Графіки розподілу середніх значень чоловічої та жіночої груп серед досліджуваних

Отримані дані дозволяють далі продовжувати дослідження гендерних особливостей сприйняття старості, оскільки статистично значущі розбіжності дозволяють стверджувати, що у жінок присутній андрогінний тип з тяжінням до полюсу «фемінність», а у чоловіків - до полюсу «маскулінність».

Таким чином, на основі аналізу отриманих результатів дослідження, ми прийшли до висновку, що домінуючою психологічною статтю, як у чоловіків, так і у жінок, являється андрогінність. Наявність у чоловіків та жінок властивостей та якостей, які стереотипно приписуються протилежній статі, не

можна трактувати як патологію. Кожна людина, незалежно від того, чоловік це чи жінка, може бути віднесена або до маскулінного типу з яскраво вираженими якостями, такими, як честолюбство або рішучість, що традиційно приписуються чоловікам, або до фемінного типу з вираженими традиційно жіночими якостями, такими, як м'якість, поступливість і т.п.; або бути андрогіном, який поєднує в своєму характері, як чоловічі, так і жіночі риси [37].

В подальшому дослідженні, при аналізі результатів опитування по методиках, по яких не вказані нормативні значення для чоловіків та жінок, нашу вибірку розділяємо на дві підгрупи: фемінні (в т.ч. ті, що мають андрогінний тип з тяжінням до фемінності) – 38 осіб, маскулінні (в т.ч. ті, що мають андрогінний тип з тяжінням до маскулінності) – 30 осіб.

На другому етапі нашого дослідження була обрана методика діагностики смисложиттєвих орієнтацій (тест СЖО, за Дж. Крамбо і Л. Махоліком, адаптація Д.О.Леонтєва) [50].

За методикою СЖО, що дозволяє оцінити «джерело» сенсу життя, отримані дані вивчаються відповідно до поділу респондентів на групи за статтю. В даному дослідженні завдяки застосуванню даної методики визначається рівень осмисленості життя, ставлення до процесу життя з інтересом, і наскільки респондент бачить перспективу у майбутньому чи живе минулим, а також, яке має уявлення про себе як про особистість, що керує своїм життям. Це дозволяє визначити наскільки респондент приймає безперервність життєвого процесу та настання етапу старіння.

Для тесту смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) отримано такі дані:

Таблиця 3.3.

Перевірка надійності та узгодженості шкал методики СЖО

| | α - Кронбаха | ω -Макдональда |
|-----------|---------------------|-----------------------|
| Показники | 0.885 | 0.889 |

Отримані результати свідчать про надійність та узгодженість питань в обраній методиці.

Таблиця 3.4.

Описові характеристики за субшкалами тесту СЖО

| Найменування показника | Стать | Цілі в житті | Процес життя | Результат життя |
|------------------------|---------|--------------|--------------|-----------------|
| Кількість | чоловік | 32 | 32 | 32 |
| | жінка | 36 | 36 | 36 |
| Середнє арифметичне | чоловік | 30.90 | 28.10 | 23.70 |
| | жінка | 30.60 | 28.80 | 23.50 |
| Медіана | чоловік | 30.50 | 27.00 | 24.00 |
| | жінка | 31.00 | 29.50 | 23.50 |
| Стандартне відхилення | чоловік | 7.10 | 6.45 | 3.88 |
| | жінка | 6.95 | 6.68 | 3.86 |
| Мінімальне | чоловік | 18.00 | 12.00 | 14.00 |
| | жінка | 15.00 | 15.00 | 12.00 |
| Максимальне | чоловік | 42.00 | 41.00 | 30.00 |
| | жінка | 42.00 | 42.00 | 30.00 |

Оцінювання за субшкалою «Цілі» характеризує наявність/відсутність у житті опитуваного мети у майбутньому, що надає життю осмисленості, спрямованості та тимчасової перспективи, а, отже і оцінювання ставлення до старості у майбутньому. Нормативними прийняті значення для даної субшкали, відповідно до методики, для чоловіків - $32,90 \pm 5,92$, а для жінок - $29,38 \pm 6,24$. Згідно наведеної таблиці обрахунків для респондентів чоловічої статі отримано такі результати: середнє арифметичне – 30.90 при стандартному відхиленні 7.10, максимальне значення – 42.00, а мінімальне - 18.00.

Для жінок отримано дані: середнє арифметичне – 30.60 при стандартному відхиленні 6.95, максимальне значення – 42.00, а мінімальне - 15.00.

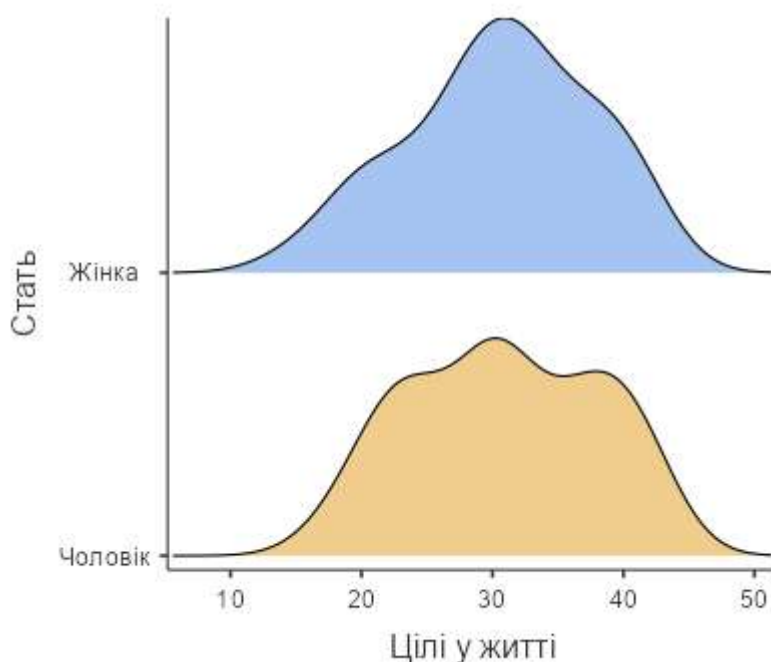


Рис. 3.4. Графік розподілу даних за субшкалою «Цілі у житті» у чоловіків та жінок

Отримані результати підкреслюють можливість респондентів обох груп бачити цілі у майбутньому.

Показники за субшкалою «Процес» дають уявлення про те, чи сприймає випробуваний процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений змістом. Нормативними значеннями для даної субшкали являються: для чоловіків - $31,09 \pm 4,44$, для жінок - $28,80 \pm 6,14$. Для чоловіків отримані значення: середнє арифметичне – 28.10 при стандартному відхиленні 6.45, максимальне значення – 41.00, а мінімальне – 12.00. Для жінок отримано наступні дані: середнє арифметичне – 28.80 при стандартному відхиленні 6.68, максимальне значення – 42.00, а мінімальне – 15.00.

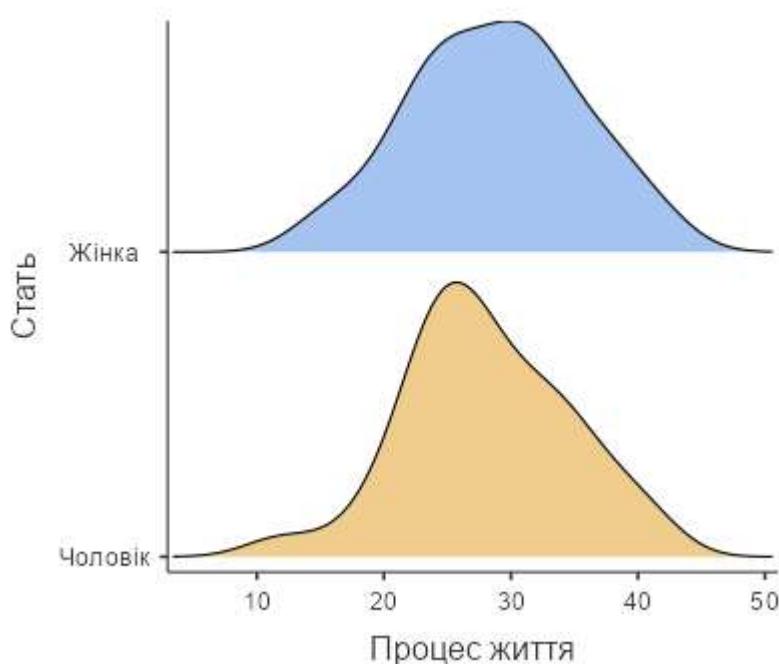


Рис. 3.5. Графік розподілу даних за субшкалою «Процес життя» у чоловіків та жінок

За субшкалою «Результативність життя» визначається задоволеність самореалізацією, оцінка пройденого відрізка життя. Нормативи для цієї субшкали такі: для чоловіків - $25,46 \pm 4,30$, для жінок - $23,30 \pm 4,95$. Для чоловіків отримано такі значення: середнє арифметичне – 23.70 при стандартному відхиленні 3.88, максимальне значення – 30.00, а мінімальне – 14.00. Для жінок отримано наступні дані: середнє арифметичне – 23.50 при стандартному відхиленні 3.86, максимальне значення – 30.00, а мінімальне – 12.00. Отже, для респондентів спостерігаються показники відповідно до норми (отримані результати в межах норми).

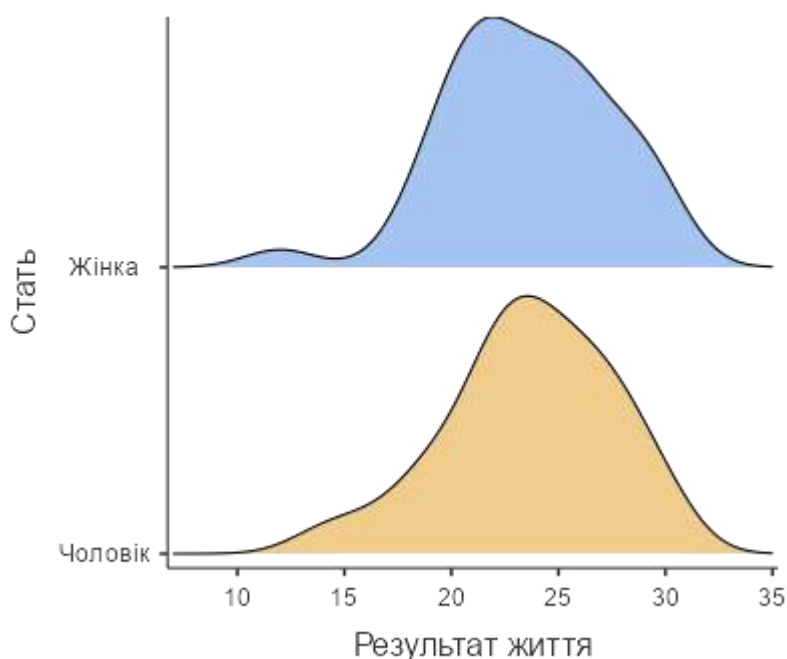


Рис. 3.6. Графік розподілу даних за субшкалою «Результат життя» у чоловіків та жінок

Якщо підсумувати отримані результати за описаними вище трьома субшкалами «Цілі», «Процес», «Результативність життя», то необхідно відмітити, що отримані показники, в цілому, відповідають нормативним (згідно методики).

Далі вивчалися описові характеристики за субшкалами «Локус контролю – Я», «Локус контролю – життя» та загальним показником ОЖ, що визначає рівень осмисленості життя досліджуваних.

Таблиця 3.5.

Описові характеристики за субшкалами тесту СЖО

| Найменування показника | Стать | Локус контролю -Я | Локус контролю - життя | Загальний показник ОЖ |
|------------------------|---------|-------------------|------------------------|-----------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Кількість | чоловік | 32 | 32 | 32 |
| | жінка | 36 | 36 | 36 |
| Середнє арифметичне | чоловік | 20.30 | 28.90 | 98.20 |
| | жінка | 19.50 | 28.30 | 98.80 |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----------------------|---------|-------|-------|--------|
| Медіана | чоловік | 20.00 | 29.00 | 99.00 |
| | жінка | 19.50 | 28.00 | 96.50 |
| Стандартне відхилення | чоловік | 3.84 | 4.39 | 18.70 |
| | жінка | 4.40 | 5.03 | 18.30 |
| Мінімальне | чоловік | 13.00 | 20.00 | 64.00 |
| | жінка | 11.00 | 18.00 | 58.00 |
| Максимальне | чоловік | 28.00 | 36.00 | 136.00 |
| | жінка | 28.00 | 37.00 | 134.00 |

Субшкала «Локус контролю – Я» відповідає уявленню про себе респондентів як про достатньо сильну особистість, що володіє свободою вибору для побудови власного життя згідно із своїми цілями, завданнями та уявленнями про її сутність. Нормативні значення для даної субшкали такі: для чоловіків - $21,13 \pm 3,85$, для жінок - $18,58 \pm 4,30$. Для чоловіків отримано такі значення: середнє арифметичне – 20.30 при стандартному відхиленні 3.84, максимальне значення – 28.00, а мінімальне – 13.00. Для жінок отримано наступні дані: середнє арифметичне – 19.50 при стандартному відхиленні 4.40, максимальне значення – 28.00, а мінімальне – 11.00. Згідно інтерпретації даної методики, високі бали відповідають уяві про себе як сильну особистість, яка здатна вільно вибирати свій шлях і будувати життя відповідно до своєї метою та бачення його значущості, тоді як низькі бали свідчать про недостатню віру у свою здатність контролювати події, які відбуваються у житті особистості.

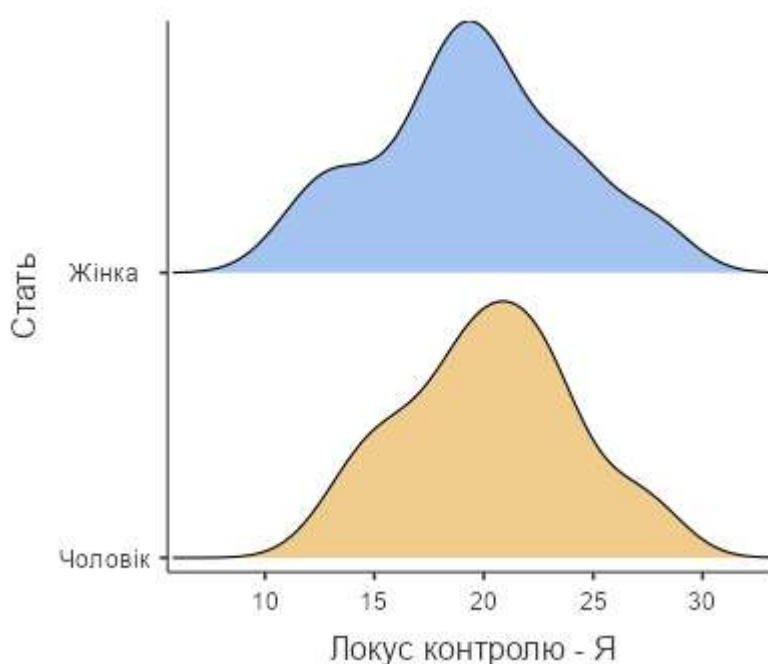


Рис. 3.7. Графік розподілу даних за субшкалою «Локус контролю – Я» у чоловіків та жінок

За субшкалою «Локус контролю – життя», що визначає рівень усвідомлення респондентами щодо керованості власного життя, наступні нормативні показники: для чоловіків - $30.14 \pm 5,80$, для жінок - $28.70 \pm 6,10$. Для чоловіків отримано такі значення: середнє арифметичне – 28.90 при стандартному відхиленні 4.39, максимальне значення – 36.00, а мінімальне – 20.00. Для жінок отримано наступні дані: середнє арифметичне – 28.30 при стандартному відхиленні 5.03, максимальне значення – 37.00, а мінімальне – 18.00. Отже, показники, отримані для респондентів обох груп, вказують на можливість, в цілому, контролювати своє життя, приймати рішення та втілювати їх в реальність.

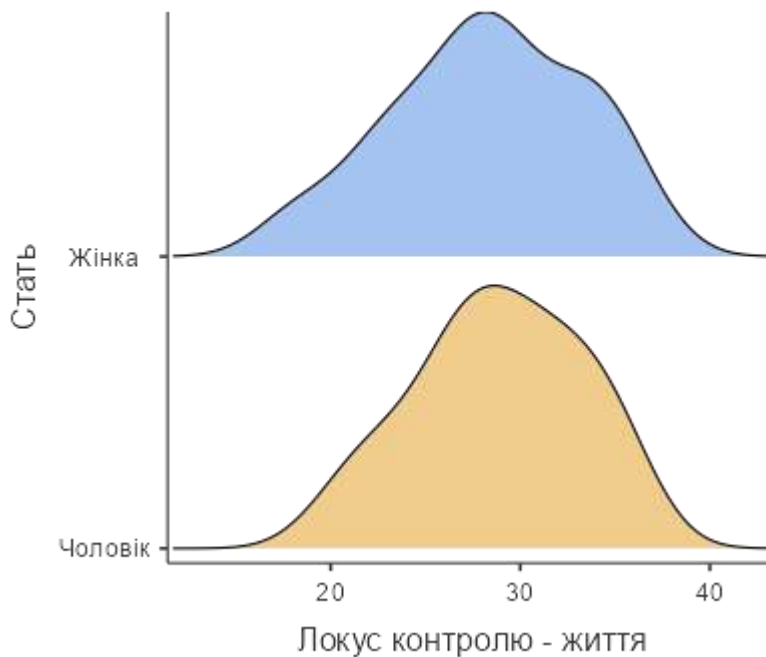


Рис. 3.8. Графік розподілу даних за субшкалою «Локус контролю – життя» у чоловіків та жінок

За загальним показником ОЖ, що визначає рівень осмисленості свого життя респондентами, нормативні показники наступні: для чоловіків - $103,10 \pm 15,03$, для жінок - $95,76 \pm 16,54$. Для чоловіків отримано такі значення: середнє арифметичне – 98.20 при стандартному відхиленні 18.70, максимальне значення – 136.00, а мінімальне – 64.00. Для жінок отримано наступні дані: середнє арифметичне – 98.80 при стандартному відхиленні 18.30, максимальне значення – 134.00, а мінімальне – 58.00. Таким чином, отримані показники, в цілому, відповідають нормативним показникам відповідно до методики.

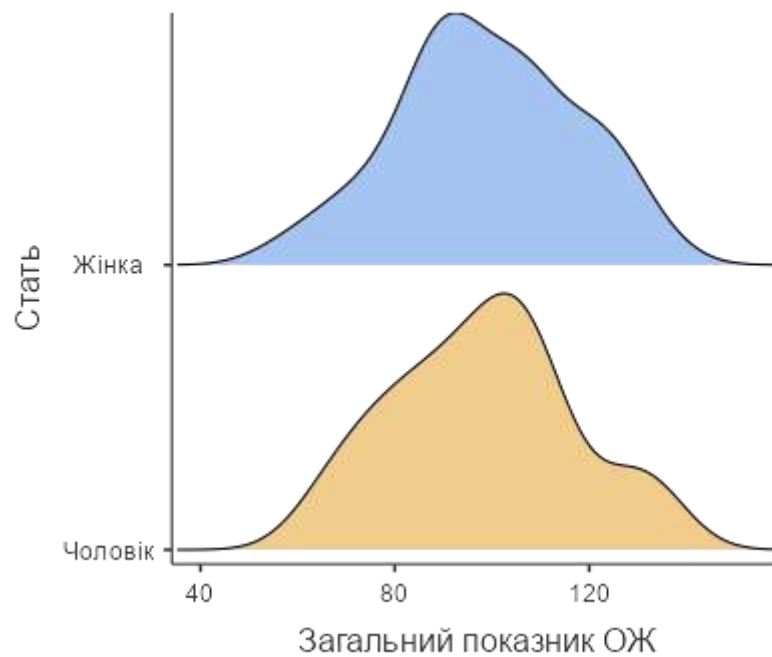


Рис. 3.9. Графік розподілу даних за загальним показником ОЖ у чоловіків та жінок

Для визначення статистично значущої різниці між середніми двох груп було застосовано критерій Стьюдента (при нормальному розподілі) та критерій Уелча (при ненормальному розподілі). Отримані результати не підтверджують статистично значиму розбіжність між середніми значеннями жіночої та чоловічої груп.

Хоча в методиці СЖО не зазначено нормативні показники відповідно до віку, було вирішено дослідити загальний показник відповідно до виділених вікових категорій респондентів задля порівняння:

- 25-44 роки;
- 45-60 років;
- 60+ років.

Таблиця 3.6.

Описові характеристики тесту СЖО

| Найменування показника | Вік | Загальний показник ОЖ |
|------------------------|-------------|-----------------------|
| Кількість | 25-44 роки | 22 |
| | 45-60 років | 21 |
| | 60+ років | 25 |
| Середнє арифметичне | 25-44 роки | 101 |
| | 45-60 років | 98.10 |
| | 60+ років | 96.60 |
| Медіана | 25-44 роки | 104.00 |
| | 45-60 років | 93.00 |
| | 60+ років | 96.00 |
| Стандартне відхилення | 25-44 роки | 15.50 |
| | 45-60 років | 17.60 |
| | 60+ років | 21.40 |
| Мінімальне | 25-44 роки | 64.00 |
| | 45-60 років | 72.00 |
| | 60+ років | 58.00 |
| Максимальне | 25-44 роки | 134.00 |
| | 45-60 років | 132.00 |
| | 60+ років | 136.00 |

З наведених у таблиці даних найвищі показники переважно для респондентів віком від 25 до 44 років.

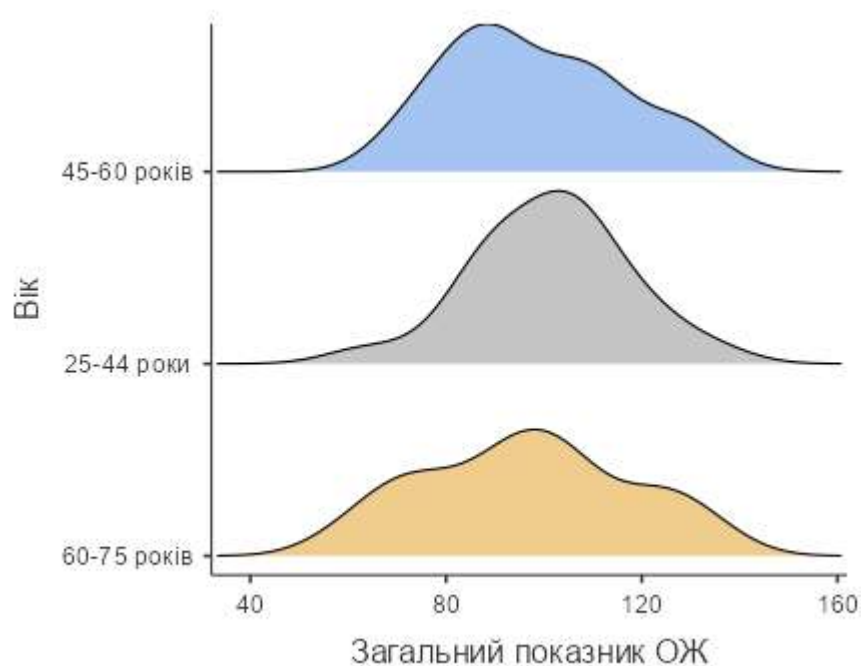


Рис. 3.10. Графік розподілу даних за загальним показником ОЖ в різних вікових групах

Далі респондентів було поділено на дві групи, залежно від того мають вони дітей чи ні, і також було порівняно отримані значення:

Таблиця 3.7.

Описові характеристики за загальним показником ОЖ

| Найменування показника | Наявність дітей | Загальний показник ОЖ |
|------------------------|-----------------|-----------------------|
| Кількість респондентів | Ні - 14 | |
| | Так - 54 | |
| Середнє арифметичне | Ні | 98.30 |
| | Так | 98.60 |
| Медіана | Ні | 95.00 |
| | Так | 99.00 |
| Стандартне відхилення | Ні | 13.50 |
| | Так | 19.50 |
| Мінімальне | Ні | 77.00 |
| | Так | 58.00 |
| Максимальне | Ні | 127.00 |
| | Так | 136.00 |

Наведені результати вказують на те, що респонденти, які являються батьками, мають вищий рівень усвідомлення власного життя, ніж досліджувані, які не мають дітей. Оскільки виділені групи нерівнозначні за кількістю, тому не можна статистично підтвердити (із застосуванням критерію Стюдента) розбіжність між середніми значеннями, проте порівняльний аналіз дає змогу припустити, що вік та наявність дітей певним чином відображаються на рівні осмисленості людиною власного життя, що є перспективою для подальших досліджень.

На третьому етапі нашого дослідження було використано опитувальник «Шкала задоволеності життям» Е.Дінера (адаптована та валідована Д.Леонтьєвим та Є.Осіним у 2003 році російською мовою), короткий скринінговий самоопитувальник, призначений для масового опитування респондентів про ступінь суб'єктивного задоволення їх життям [3, 40]. За Е.Дінером психологічний добробут та задоволеність життям схожі та взаємопов'язані поняття, де перше – основне поняття, що формулює розуміння, а друге - має якісні ознаки першого.

Шкала дозволяє вимірювати емоційний досвід життя людини в цілому, який відображає загальний рівень психологічного благополуччя та задоволеність життям, в тому числі і в віково-часовій перспективі.

Для шкали задоволеності життям отримано такі дані:

Таблиця 3.8.

Перевірка надійності та узгодженості шкали задоволеності життям

| | α - Кронбаха | ω -Макдональда |
|-----------|---------------------|-----------------------|
| Показники | 0.919 | 0.919 |

Отримані результати свідчать про надійність та узгодженість питань в обраній методиці.

Основним засобом визначення рівня задоволеності життя є особиста (суб'єктивна) оцінка, яку дає респондент.

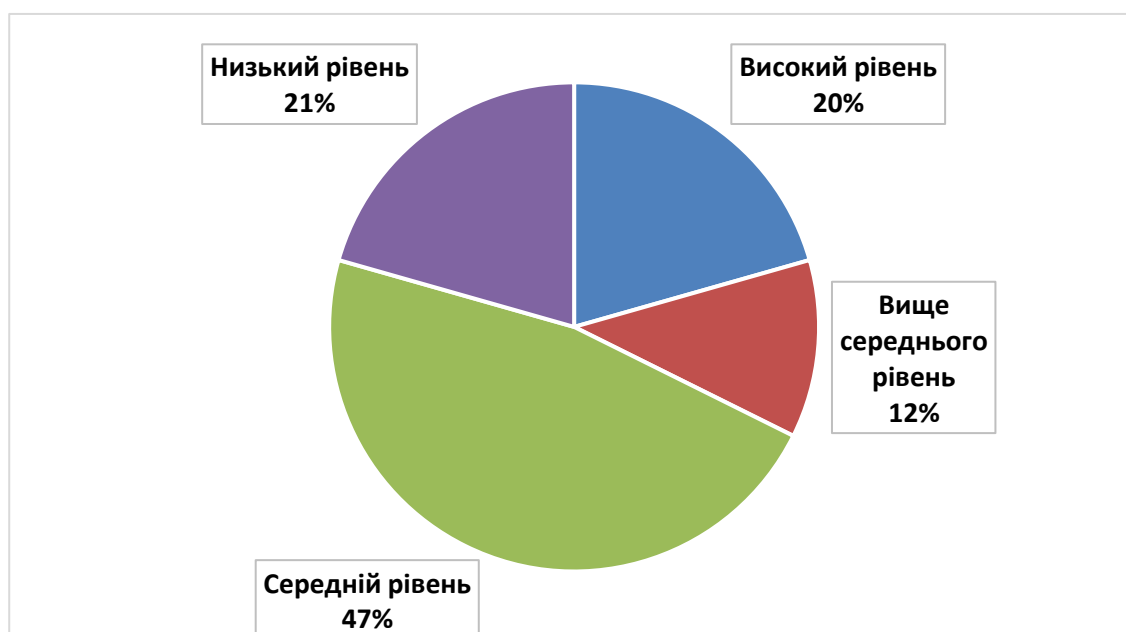


Рис. 3.11. Розподіл значень Індексу задоволеності життям

На рисунку 3.11 бачимо, що за даними, які отримані, 21% респондентів мають низький рівень задоволеності життям, 47% – середній, 12% - рівень вище середнього, а 20,00% - високий. Переважна кількість респондентів презентують середній або високий рівні задоволеності життям. Опитувані, які показали середній рівень Індексу задоволеності життям, характеризуються поміркованою задоволеністю життям, в тому числі і стосовно прийняття віково-часових змін. Значні проблеми у них відсутні, хоча до повного комфорту, в т.ч. емоційного, є ще можливості для пропрацювання. Високий рівень вказує на емоційний добробут опитуваних та заперечення ними особливих психологічних проблем. Така особистість, швидше за все, демонструє позитивну самооцінку, не нарікає на різні аспекти життя, оптимістична та впевнена, усвідомлено діє в умовах стресу, має високий рівень психологічного добробуту та задоволеності життям, в тому числі і в віково-часовій перспективі.

Розглянемо також розподіл значень по опитуваних за рівнем Індексу задоволеності життя в залежності від встановленої гендерної ідентичності та вікової структури.

Таблиця 3.9.

Описові характеристики за «Шкалою задоволеністю життям» Е.Дінера

| Найменування показника | Гендерна ідентичність | Вік | Індекс задоволеності життям |
|------------------------|-----------------------|-------------|-----------------------------|
| Середнє арифметичне | Маскулінність | 25-44 роки | 24.60 |
| | | 45-60 років | 21.30 |
| | | 60+ років | 18.20 |
| | Фемінність | 25-44 роки | 23.40 |
| | | 45-60 років | 21.20 |
| | | 60+ років | 20.90 |
| Медіана | Маскулінність | 25-44 роки | 23.00 |
| | | 45-60 років | 22.00 |
| | | 60+ років | 19.50 |
| | Фемінність | 25-44 роки | 23.00 |
| | | 45-60 років | 22.00 |
| | | 60+ років | 21.00 |
| Стандартне відхилення | Маскулінність | 25-44 роки | 3.78 |
| | | 45-60 років | 5.28 |
| | | 60+ років | 8.16 |
| | Фемінність | 25-44 роки | 6.05 |
| | | 45-60 років | 7.40 |
| | | 60+ років | 6.91 |
| Мінімальне | Маскулінність | 25-44 роки | 22.00 |
| | | 45-60 років | 12.00 |
| | | 60+ років | 8.00 |
| | Фемінність | 25-44 роки | 10.00 |
| | | 45-60 років | 7.00 |
| | | 60+ років | 8.00 |
| Максимальне | Маскулінність | 25-44 роки | 33.00 |
| | | 45-60 років | 29.00 |
| | | 60+ років | 30.00 |
| | Фемінність | 25-44 роки | 35.00 |
| | | 45-60 років | 33.00 |
| | | 60+ років | 31.00 |

З наведених у таблиці даних бачимо, що найвищі показники переважно у респондентів віком від 25 до 44 років, незалежно від гендерної ідентичності.

Для визначення статистично значущої різниці між середніми двох груп було застосовано критерій Стюдента та критерій Уелча. Отримані результати не підтверджують статистично значиму розбіжність між середніми значеннями фемінної та маскулінної груп.

В ході дослідження було використано і короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ в адаптації М. Кліманської, І. Галецької для визначення п'яти основних рис особистості: екстраверсія, дружелюбність, добросовісність, емоційна стабільність та відкритість новому досвіду. Це найбільш загальні характеристики, що дозволяють отримати повні та всебічні характеристики особистості [14].

Для даного опитувальника отримано такі дані:

Таблиця 3.10.

Перевірка надійності та узгодженості короткого п'ятифакторного опитувальника особистості ТІРІ

| | α - Кронбаха | ω -Макдональда |
|-----------|---------------------|-----------------------|
| Показники | 0.787 | 0.832 |

Отримані результати свідчать про надійність та узгодженість питань в обраній методиці.

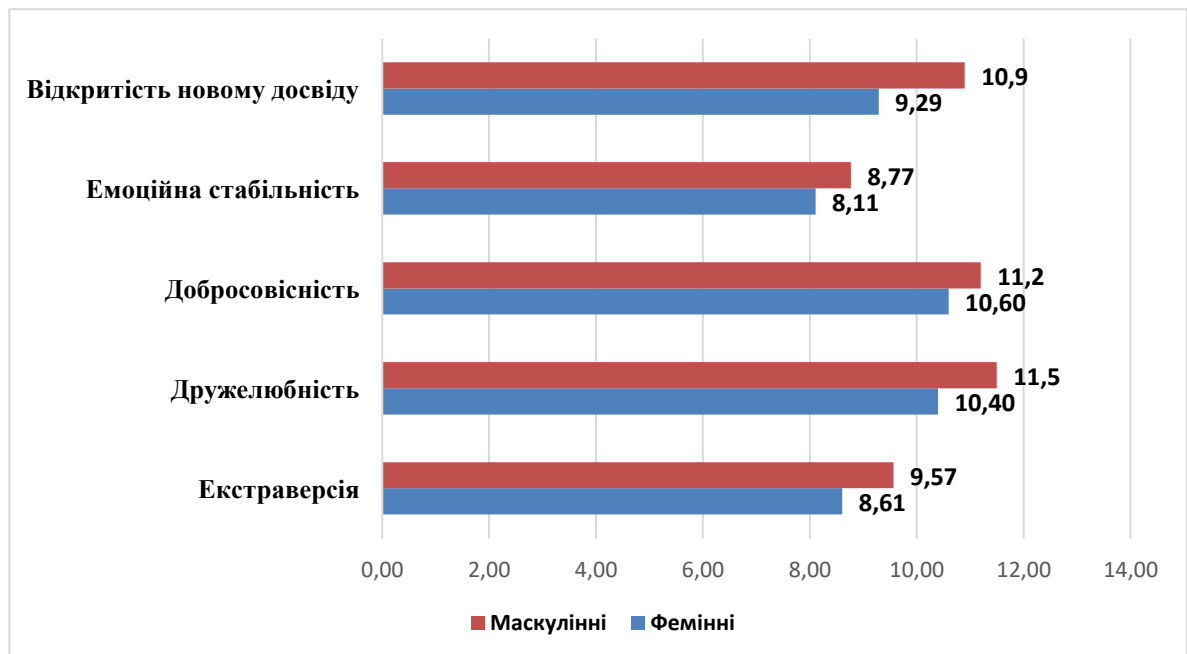


Рис. 3.12. Середні значення шкал короткого п'ятифакторного опитувальника особистості ТІРІ (із розподілом за гендерною ідентифікацією)

Порівнюючи середні значення за шкалами методики, ми спостерігаємо, що більшість респондентів презентують найвищі показники за шкалами високу «Дружелюбність» та «Добросовісність», незалежно від гендерної ідентичності. Це може проявлятися у багатстві та інтенсивності емоційних виявів, природній і невимушеній поведінці, готовності до співпраці, турботливому та уважному ставленні до інших, а також у вияві доброти та чуйності. Такі особи мають дружелюбні, проявляють пильну увагу до дружби, взаємодіють з ними з теплом і турботою, завжди проявляють інтерес до їхніх радощів, турбот та переживань. Як правило, добросовісні люди, є працьовитими та надійними.

Дещо менші середні показники по шкалі «Відкритість новому досвіду». Респонденти виявляють бажання досліджувати нове та проявляють творчу уяву щодо свого майбутнього. Вони відкриті для нових проявів, вміють вільно працювати зі своїми уявленнями, є поціновувачами мистецтва та естетики. Вони розуміють співпереживання інших людей.

За результатами, що отримані, спостерігаємо, що найменше балів мають шкали «Екстраверсія» та «Емоційна стабільність» для обох гендерів. Якщо рівень екстраверсії є високим, це означає, що людина є активною, оптимістичною, товариською і спроможною до комунікативності. Вона схильна до соціальних взаємодій, пошуку активності та виявлення балакучості. З іншого боку, низький рівень екстраверсії може вказувати на сором'язливість, песимістичність, бажання бути у самотності та уникати соціальних активностей. Якщо бали на шкалі емоційної стабільності низькі, це може бути пов'язано з дезадаптацією, тривогами, втратою контролю над своїми почуттями та вираженою дезорганізацією поведінки.

Для визначення статистично значущої різниці між середніми двох груп було застосовано критерій Стюдента та критерій Уелча. Отримані результати не підтверджують статистично значиму розбіжність між середніми значеннями фемінної та маскуліної груп.

Аналізуючи відповіді респондентів на питання з авторської анкети, які відображають ставлення до старості, були виявлені наступні тенденції.

На запитання № 1 «Як Ви ставитесь до факту неминучості старіння?» 66,3 % відповіли «Ставлюсь спокійно, як до нормального життєвого процесу», 23,9% - «Нейтрально, не задумуюсь про це», 9,8 % - «Ставлюсь з переживанням, болісно».

На запитання № 2 «Яке Ваше відношення до наступних змін: поява зовнішніх ознак старіння (зморшки, сивина), втрата фізичної привабливості?» 56,5% опитаних дали відповідь ««Ставлюсь спокійно, як до нормального життєвого процесу», 26,1 % - «Нейтрально, не задумуюсь про це», 15,2% - «Ставлюсь з переживанням, болісно».

На запитання № 3 «Чи лякають Вас можливі проблеми із фізичним здоров'ям з настанням старості в майбутньому?» 34,8 % відповіли «Ставлюсь спокійно, як до нормального життєвого процесу», 22,8% - «Нейтрально, не задумуюсь про це», 42,4% - «Ставлюсь з переживанням, болісно».

На запитання № 4 «Чи подобається Вам бути наставником у професійній діяльності, маєте схильність до бажання передавати досвід, давати настанови чи поради?» 76,1 % відповіли «Так», 6,5% - «Ні», 17,4 % - «Не знаю, не задумуюсь про це».

На запитання № 5 «Чи лякає Вас питання погіршення матеріального становища в зв'язку із втратою професійної діяльності, виходом на пенсію у майбутньому?» 64,1 % дали відповідь «Так», 17,5 % - «Ні», 17,4 % - «Не знаю, не задумуюсь про це».

На твердження № 6 «У старінні є багато приємних речей» 25 % відповіли «Так», 32,6 % - «Ні», 41,4 % - «Не знаю, не задумуюсь про це».

На твердження № 7 «З віком я все більше сприймаю себе таким, яким я є» ствердно відповіли 77,2 %, 12 % дали відповідь «Ні», 9,8 % - «Не знаю, не задумуюсь про це».

На твердження № 8 «Ставати старшим виявилось легше, ніж я очікував» 50 % дали відповідь «Так», 29,3 % відповіли «Ні», 20, 7% - «Не знаю, не задумуюсь про це».

На твердження № 9 «З віком мені стає все важче заводити друзів» ствердно відповіли 31,50 %, 59,8 % дали відповідь «Ні», 8,7 % - «Не знаю, не задумуюсь про це».

Переважна більшість опитуваних ставиться до розуміння старості та проявів, пов'язаних із нею, як до нормальних віково-часових змін особистості, усвідомленого життєвого процесу. У більшості відповідей переважають позитивні настрої щодо того, що люди старшого покоління можуть вести активне життя, передавати життєвий досвід, бути наставниками, відчувати себе потрібними та корисними.

3.2. Аналіз психологічних чинників гендерних особливостей ставлення до феномену старості

В даній роботі було проведено дослідження гендерних особливостей особистості за діагностичним інструментом «Маскулінність-фемінність» С.Бем [37]. Також проведена діагностика смисложиттєвих орієнтацій опитуваних за тестом СЖО (адаптація Д.Леонтьєва), ми дослідили уявлення респондентів про життя в перспективі, які характеризуються наявністю/відсутністю майбутнього спрямування, усвідомленість існування та його перспективність, інтерес до буття, ступенем адаптації особистості до прояву та усвідомлення віково-часових змін, відношення до старості [50]. Крім того, проаналізували рівень задоволеності життям за опитувальником «Шкала задоволеності життям» Е.Дінера і прояви основних рис особистості за коротким п'ятифакторним опитувальником особистості ТІРІ в адаптації М. Кліманської, І. Галецької [14, 40].

Окремо проаналізували тенденції згідно відповідей на питання щодо ставлення до старості, зазначені у авторській анкеті.

В ході нашого дослідження для перевірки нормальності розподілу було застосовано тест Шапіро – Уїлка (Shapiro-Wilk). Результати підтвердили ненормальний розподіл у виборці за такими змінними: «Маскулінність»,

«Фемінність», «Екстравертованість», «Дружелюбність», «Добррозичливість», «Емоційна стабільність», «Відкритість новому досвіду», «Індекс задоволеності життям», оскільки $p < 0,05$, що говорить про порушення припущення про нормальність. За всіма іншими змінними $p > 0,05$, тому підтверджується нульова гіпотеза: про відсутність відмінностей емпіричного розподілу у вибірці від нормального.

Таблиця 3.11.

Перевірка нормальності розподілу у вибірці

| Найменування показника | Критерій Шاپіро-Уїлка | Статистична значущість (p) |
|---|--------------------------|-------------------------------|
| Маскулінність | 0.941 | 0.003 |
| Фемінність | 0.923 | <0.001 |
| Основний індекс (IS) - андроґінність | 0.985 | 0.616 |
| Цілі у житті | 0.965 | 0.056 |
| Процес життя | 0.988 | 0.778 |
| Результат життя | 0.971 | 0.109 |
| Локус контролю - Я | 0.979 | 0.316 |
| Локус контролю-життя | 0.975 | 0.178 |
| Загальний показник ОЖ | 0.987 | 0.685 |
| Екстравертованість | 0.961 | 0.034 |
| Дружелюбність | 0.841 | <0.001 |
| Добрсовісність | 0.834 | <0.001 |
| Емоційна стабільність | 0.960 | 0.027 |
| Відкритість новому досвіду | 0.934 | 0.001 |
| Індекс задоволеності життям | 0.958 | 0.022 |

Для дослідження питання: яким чином взаємопов'язані змінні «Фемінність», «Маскулінність», «Основний індекс (IS)» (андроґінність) та загальний показник осмисленості життя тесту СЖО далі було застосовано

метод кореляційного аналізу. Кореляційний аналіз - метод обробки статистичних даних, що полягає у вивченні коефіцієнтів кореляції між змінними для встановлення між ними статистично значущих взаємозв'язків.

Таблиця 3.12.

Значення кореляцій та їх значущість

| Найменування показника | Найменування показника | Загальний показник |
|--------------------------------------|----------------------------|--------------------|
| Маскулінність | Коефіцієнт Спірмена | 0.320 |
| | Статистична значущість (p) | 0.008 |
| Основний індекс (IS) - андрогінність | Коефіцієнт Пірсона | -0.269 |
| | Статистична значущість (p) | 0.027 |

Встановлено позитивну помірну кореляцію між ознакою «Маскулінність» та загальним показником осмисленості життя: коефіцієнт Спірмена 0.320 на рівні статистичної значущості $p=0.008$. Зважаючи на помірність зв'язку та звертаючи увагу на рівень статистичної значущості, можна стверджувати, що прояв рис, притаманних маскулінності супроводжується помірним зростанням осмисленості життя. Щодо ознаки «Фемінність», то не встановлено статистично значущої кореляції. Виявлено слабку негативну кореляцію між основним індексом (IS), що визначає рівень андрогінності, та загальним показником ОЖ: коефіцієнт Пірсона -0.269 на рівні статистичної значущості $p=0.027$, тобто із зростанням рівня андрогінності зменшується рівень осмисленості життя. Однак треба звернути увагу, що це слабкий кореляційний взаємозв'язок.

Далі вивчалися кореляції між змінними «Маскулінність», «Фемінність», «Основний індекс IS – андрогінність» та субшкалами СЖО. Не було виявлено статистично значущих кореляцій по відношенню до змінних «Фемінність»,

«Основний індекс IS – андрогінність» та субшкалами тесту СЖО. Для змінної «Маскулінність» визначено статистично підтвержені кореляційні зв'язки з усіма субшкалами:

Таблиця 3.13.

Значення кореляцій та їх значущість

| Найменування показника | Найменування показника | Маскулінність |
|------------------------|----------------------------|---------------|
| Цілі у житті | Коефіцієнт Спірмена | 0.300 |
| | Статистична значущість (p) | 0.013 |
| Процес життя | Коефіцієнт Спірмена | 0.353 |
| | Статистична значущість (p) | 0.003 |
| Результат життя | Коефіцієнт Спірмена | 0.289 |
| | Статистична значущість (p) | 0.017 |
| Локус контролю - Я | Коефіцієнт Спірмена | 0.457 |
| | Статистична значущість (p) | <.001 |

Встановлено помірну позитивну кореляцію між маскулінністю та:

- субшкалою «Цілі у житті»: коефіцієнт Спірмена 0.300 при $p=0.013$;
- субшкалою «Процес життя»: коефіцієнт Спірмена 0.353 при $p=0.003$;
- субшкалою «Результат життя»: коефіцієнт Спірмена 0.289 при $p=0.017$;

та виражену позитивну кореляцію між маскулінністю та субшкалою

«Локус контролю – Я»: коефіцієнт Спірмена 0.457 при $p<0.001$;

- відсутня статистично значуща кореляція із субшкалою «Локус контролю – життя».

Потім було досліджене питання: яким чином взаємопов'язані ознаки «Фемінність», «Маскулінність», «Основний індекс (IS)» (Андрогінність) та «Індекс задоволеності життям», «Екстравертованість», «Дружелюбність», «Доброзичливість», «Емоційна стабільність», «Відкритість новому досвіду».

Виявлені наступні кореляції:

Таблиця 3.14.

Значення кореляцій та їх значущість

| Найменування показника | Найменування показника | Маскулінність | Фемінність | Андрогінність |
|----------------------------|----------------------------|---------------|------------|---------------|
| Екстравертованість | Коефіцієнт Спірмена | 0.293 | | -0.241 |
| | Статистична значущість (p) | 0.015 | | 0.048 |
| Відкритість новому досвіду | Коефіцієнт Спірмена | | -0.296 | |
| | Статистична значущість (p) | | 0.014 | |

За результатами, вказаними в табл. 3.14, встановлено помірну позитивну кореляцію між змінною «Маскулінність» та шкалою «Екстравертованість»: коефіцієнт Спірмена 0.293 на рівні статистичної значущості $p = 0.015$. Зважаючи на помірність зв'язку та звертаючи увагу на рівень статистичної значущості, можна стверджувати, що прояв рис, притаманних маскулінності, супроводжується помірним зростанням екстравертованості. Прогнозуємо, що екстравертна особистість добре сприймає настання старості і відчуває його в контексті навколишнього світу. Така особистість є активною, оптимістичною, товариською і спроможною до комунікативності. Вона схильна до соціальних взаємодій та пошуку активності.

Виявлено слабку негативну кореляцію між «Андрогінністю» та шкалою «Екстравертованість»: коефіцієнт Спірмена -0.241 на рівні статистичної значущості 0.048, тобто із зростанням рівня андрогінності відповідно зменшуються і прояви екстравертованості.

Також встановлено помірну негативну кореляцію між змінною «Фемінність» та шкалою «Відкритість новому досвіду»: коефіцієнт Спірмена -0.296 на рівні статистичної значущості 0.014. Можемо припустити, що із підвищенням рівня фемінності особистості зростають прояви консервативності, прихильності до традиційних цінностей, прагматичності у виборі та недовіри до незнайомого.

Також дослідили взаємозв'язки між проявами ставлення до старості (питання авторської анкети) та змінними «Маскулінність», «Фемінність» та «Андрогінність».

Таблиця 3.15.

Значення кореляцій та їх значущість

| Найменування показника | Найменування показника | Маскулінність | Фемінність | Андрогінність |
|-------------------------------------|----------------------------|---------------|------------|---------------|
| Ставлення до старості (питання 1-9) | Коефіцієнт Спірмена | -0.253 | 0.269 | 0.318 |
| | Статистична значущість (p) | 0.037 | 0.027 | 0.008 |
| Ставлення до старості (питання 1-3) | Коефіцієнт Спірмена | -0.314 | 0.349 | 0.419 |
| | Статистична значущість (p) | 0.009 | 0.004 | <.001 |

Встановлено негативну помірну кореляцію між ознакою «Маскулінність» та ставленням до старості. Зважаючи на помірність зв'язку та звертаючи увагу на рівень статистичної значущості, можна стверджувати, що прояв рис, притаманних маскулінності, супроводжується помірним толерантним ставленням до старості як до незворотного життєвого процесу. Щодо ознак «Фемінність» та «Андрогінність», то виявлено позитивні помірні кореляції, тобто із зростанням рівня фемінності та андрогінності наростає занепокоєність настанням старості та її проявами.

Переважає більшість представників маскулінної частини вибірки ставиться до розуміння старості та проявів, пов'язаних із нею, як до нормальних віково-часових змін особистості, усвідомленого життєвого процесу.

Таблиця 3.16.

Перевірка рівності середніх значень між маскулінною та фемінною частинами вибірки за питаннями авторської анкети стосовно ставлення до старості

| Найменування показника | Критерій | Статистика | Ступені свободи | p-рівень | Альтернативна гіпотеза |
|-------------------------------------|------------------------|------------|-----------------|----------|------------------------|
| Ставлення до старості (питання 1-9) | Уелча-t | 3.15 | 58.9 | 0.003 | |
| | U критерій Манна-Уїтні | 356 | | 0.008 | маскулінні ≠ фемінні |
| Ставлення до старості (питання 1-3) | Уелча-t | 4.50 | 63.8 | <.001 | |
| | U критерій Манна-Уїтні | 279 | | <.001 | маскулінні ≠ фемінні |

Отримані результати підтверджують статистично значиму розбіжність між середніми значеннями маскулінної та фемінної груп.

Таким чином, із зростанням рівня маскулінності зростає рівень осмислення свого життєвого шляху як загалом, так і за окремими ознаками, що проявляються наявністю цілей та цілеспрямованістю в їх досягненні, інтересом до життєвого процесу у власному сьогоденні, наповнення його змістом, самореалізацією, відчуттям себе як такої особистості, що має вибір, аби будувати своє життя відповідно до своїх уявлень. Тобто можна припустити, що старість сприймається особистістю як неодмінність життєвого процесу при втіленні власного життєвого задуму та задоволення від пройденого шляху, маючи змогу будувати перспективи на майбутнє.

Для підтвердження або спростування впливу маскулінності на осмисленість життя і, як наслідок, сприйняття віково-часових змін, застосовано **регресійний аналіз**. Метод регресійного аналізу - метод визначення відокремленого і спільного впливу факторів на результативну ознаку та кількісної оцінки цього впливу шляхом використання відповідних критеріїв.

Таблиця 3.17.

Результати регресійного аналізу для першої регресійної моделі

| Загальний показник ОЖ | | | |
|-------------------------|----------------|--------------------|----------------------------|
| Предиктори | Коефіцієнт (r) | Стандартна похибка | Статистична значущість (p) |
| Константа | 74.35 | 7.58 | <0.001 |
| Маскулінність | 38.00 | 11.07 | 0.001 |
| Стать: Чоловік-Жінка | -3.04 | 4.20 | 0.471 |

За результатом регресійного аналізу доля варіації рівня загального показника (осмисленість життя) пояснюється варіацією впливу незалежної змінної «Маскулінність» ($p=0.001$). Коефіцієнт детермінації $R^2 = 0.143$ визначає, що доля варіації загального рівня осмисленості життя пояснюється варіацією вище зазначеного предиктора на 14.3%. Інші 85.7 % пояснюються дією інших чинників. При цьому фактор приналежності до статі не є впливовим ($p=0.471$), а важливим є саме прояв рис, притаманних маскулінності.

Таблиця 3.18.

Коефіцієнт детермінації для першої регресійної моделі

| Регресійна модель | R | R^2 |
|-------------------|-------|-------|
| 1 | 0.378 | 0.143 |

За результатами попереднього аналізу створено другу регресійну модель:

Таблиця 3.19.

Результати регресійного аналізу для другої регресійної моделі

| Процес життя | | | |
|---------------|----------------|--------------------|----------------------------|
| Предиктори | Коефіцієнт (r) | Стандартна похибка | Статистична значущість (p) |
| Константа | 18.40 | 2.61 | <0.001 |
| Маскулінність | 14.70 | 3.66 | <0.001 |

Встановлений вплив предиктора «Маскулінність» на змінну «Процес життя» ($p < 0.001$). Коефіцієнт детермінації $R^2 = 0.184$ визначає, що доля варіації розуміння процесу життя як неперервного пояснюється варіацією рівня маскулінності на 18.4 %. Інші 81.6 % пояснюються дією інших чинників.

Таблиця 3.20.

Коефіцієнт детермінації для другої регресійної моделі

| Регресійна модель | R | R^2 |
|-------------------|-------|-------|
| 2 | 0.429 | 0.184 |

Для розуміння, яким чином маскулінність впливає на усвідомлення себе «господарем» власного життя та здатність керувати ним, а отже і старість сприйматиметься не як етап занепаду та немічі, розглядаємо наступне:

Таблиця 3.21.

Результати регресійного аналізу для третьої регресійної моделі

| Локус контролю - Я | | | |
|--------------------|----------------|--------------------|----------------------------|
| Предиктори | Коефіцієнт (r) | Стандартна похибка | Статистична значущість (p) |
| Константа | 13.00 | 1.63 | <0.001 |
| Маскулінність | 10.00 | 2.28 | <0.001 |

Встановлений вплив предиктора «Маскулінність» на змінну «Локус контролю - Я» ($p < 0.001$). Коефіцієнт детермінації $R^2 = 0.211$ визначає, що доля варіації усвідомлення респондентами себе як «керуючим своїм життям» пояснюється варіацією рівня маскулінності на 21.1 %. Інші 78.9 % пояснюються дією інших чинників.

Таблиця 3.22.

Коефіцієнт детермінації для третьої регресійної моделі

| Регресійна модель | R | R ² |
|-------------------|-------|----------------|
| 3 | 0.460 | 0.211 |

Таким чином, незалежно від статі, має значення прояв маскулінних якостей задля сприйняття життя як цікавого, наповненого особистим змістом, як безперервного процесу, а, отже, і прийняття старості як неодмінного етапу життєвого шляху. **Однак, оскільки було встановлено нерівномірність розподілу за ключовими ознаками, дані висновки можна застосувати лише для досліджуваної вибірки.**

Також було вирішено застосувати **факторний аналіз** для шкал всіх обраних методик нашого дослідження задля того, щоб встановити латентні фактори, зокрема, для розуміння з якими шкалами найбільше пов'язані показники «Маскулінність» та «Фемінність».

При проведенні перевірки на міру адекватності вибірки «Шкала задоволеності життям» мала низький результат ($MSA = 0.384$), тому при проведенні факторного аналізу ми вилучили цю методику.

Спочатку за результатами факторного аналізу (метод найменших залишків з обертанням «Облімін»), було виділено два фактори:

- Фактор 1: «Маскулінність», всі субшкали тесту СЖО (прямий внесок в фактор) та «Ставлення до старості» - питання з авторської анкети стосовно ставлення до старості (обернений внесок);

- Фактор 2: всі шкали короткого п'ятифакторного опитувальника особистості ТІРІ.

Таблиця 3.23.

Результати факторного аналізу (при виборі двох факторів)

| Найменування | Фактори | | Унікальність |
|-------------------------------------|----------|----------|--------------|
| | Фактор 1 | Фактор 2 | |
| Маскулінність | 0.411 | | 0.799 |
| Фемінність | | | 0.904 |
| Цілі у житті | 0.944 | | 0.106 |
| Процес життя | 0.835 | | 0.302 |
| Результат життя | 0.625 | | 0.595 |
| Локус контролю - Я | 0.910 | | 0.171 |
| Локус контролю - життя | 0.693 | | 0.482 |
| Екстравертованість | | 0.433 | 0.805 |
| Дружелюбність | | 0.790 | 0.375 |
| Добросовісність | | 0.642 | 0.566 |
| Емоційна стабільність | | 0.530 | 0.715 |
| Відкритість новому досвіду | | 0.625 | 0.609 |
| Ставлення до старості (питання 1-9) | -0.332 | | 0.887 |

Обираючи опцію вибору трьох факторів (метод найменших залишків з обертанням «Облімін»), було сформовано наступні фактори:

- Фактор 1: «Маскулінність» зі шкалами тесту СЖО;

- Фактор 2: всі шкали короткого п'ятифакторного опитувальника особистості ТІРІ;

- Фактор 3: «Фемінність» (обернений внесок), «Ставлення до старості» (обернений внесок), «Маскулінність» (прямий внесок) та «Відкритість новому досвіду» (прямий внесок).

Таблиця 3.24.

Результати факторного аналізу (при виборі трьох факторів)

| Найменування | Фактори | | | Унікальність |
|-------------------------------------|----------|----------|----------|--------------|
| | Фактор 1 | Фактор 2 | Фактор 3 | |
| Маскулінність | 0.325 | | 0.377 | 0.737 |
| Фемінінність | | | -0.441 | 0.764 |
| Цілі у житті | 0.925 | | | 0.104 |
| Процес життя | 0.837 | | | 0.283 |
| Результат життя | 0.572 | | | 0.593 |
| Локус контролю - Я | 0.909 | | | 0.152 |
| Локус контролю - життя | 0.720 | | | 0.447 |
| Екстравертованість | | 0.404 | | 0.804 |
| Дружелюбність | | 0.836 | | 0.287 |
| Добросовісність | | 0.724 | | 0.412 |
| Емоційна стабільність | | 0.502 | | 0.722 |
| Відкритість новому досвіду | | 0.589 | 0.369 | 0.514 |
| Ставлення до старості (питання 1-9) | | | -0.508 | 0.683 |

Проводячи факторний аналіз окремо на питаннях «Ставлення до старості» з авторської анкети (метод найменших залишків з обертанням «Облімін»), було виділено два фактори:

- Фактор 1: Питання 1. «Ставлення до неминучості старості» та 2. «Ставлення до вікових змін» (роблять прямий внесок).

- Фактор 2: Питання 3. «Лякають проблеми зі здоров'ям», 5. «Лякає питання погіршення матеріального становища» (прямий внесок), 8. «Ставати старшим виявилось легше» (обернений внесок).

Таблиця 3.25.

**Результати факторного аналізу,
застосованого для питань «Ставлення до старості» авторської анкети**

| Найменування | Фактори | | Унікальність |
|---|----------|----------|--------------|
| | Фактор 1 | Фактор 2 | |
| 1. Занепокоєння неминучістю старості | 0.995 | | 0.0474 |
| 2. Занепокоєння віковими змінами | 0.740 | | 0.3247 |
| 3. Лякають проблеми зі здоров'ям | | 0.398 | 0.7050 |
| 4. Подобається бути наставником (*) | | | 0.9390 |
| 5. Лякає питання погіршення матеріального становища | | 0.826 | 0.3246 |
| 6. Бачать приємне у старінні (*) | | | 0.9862 |
| 7. Приймають себе з віком (*) | | | 0.9308 |
| 8. Ставати старшим виявилось легше | | -0.361 | 0.8757 |
| 9. Все важче заводити друзів (*) | | | 0.9414 |

* - відсутній внесок у формуванні фактора

Проводячи факторний аналіз на питаннях «Ставлення до старості» авторської анкети (метод найменших залишків з обертанням «Облімін») було виділено три фактори:

- Фактор 1: «Маскулінність» зі субшкалами тесту СЖО;

- Фактор 2: всі шкали короткого п'ятифакторного опитувальника особистості ТІРІ;

- Фактор 3: «Фемінність» (прямий внесок), «Відкритість новому досвіду» (обернений внесок) та питання «Ставлення до старості» авторської анкети: 1. «Занепокоєння неминучістю старості», 2. «Занепокоєння віковими змінами», 3. «Лякають проблеми зі здоров'ям», 5. «Лякає питання погіршення матеріального становища». Всі питання роблять прямий внесок у фактор 3.

Таблиця 3.26.

Результати факторного аналізу

| Найменування | Фактори | | | Унікальність |
|---|----------|----------|----------|--------------|
| | Фактор 1 | Фактор 2 | Фактор 3 | |
| 1. Занепокоєння неминучістю старості | | | 0.770 | 0.356 |
| 2. Занепокоєння віковими змінами | | | 0.846 | 0.280 |
| 3. Лякають проблеми зі здоров'ям | | | 0.534 | 0.732 |
| 4. Подобається бути наставником (*) | | | | 0.900 |
| 5. Лякає питання погіршення матеріального становища | | | 0.316 | 0.819 |
| 6. Бачать приємне у старінні (*) | | | | 0.937 |
| 7. Приймають себе з віком (*) | | | | 0.969 |
| 8. Ставати старшим виявилось легше (*) | | | | 0.896 |
| 9. Все важче заводити друзів (*) | | | | 0.974 |
| Маскулінність | 0.310 | | | 0.787 |
| Фемінінність | | | 0.363 | 0.829 |
| Цілі у житті | 0.918 | | | 0.106 |
| Процес життя | 0.883 | | | 0.257 |
| Результат життя | 0.555 | | | 0.569 |
| Локус контролю - Я | 0.914 | | | 0.173 |
| Локус контролю - життя | 0.715 | | | 0.469 |
| Екстравертованість | | 0.471 | | 0.760 |
| Дружелюбність | | 0.748 | | 0.436 |
| Добросовісність | | 0.712 | | 0.458 |
| Емоційна стабільність | | 0.513 | | 0.716 |
| Відкритість новому досвіду | | 0.605 | -0.312 | 0.538 |

* - відсутній внесок у формуванні фактора

Таким чином, результати факторного аналізу також дозволили виявити об'єктивно існуючі фактори, які впливають на структуру зв'язків між окремими психологічними чинниками гендерних особливостей ставлення до феномену

старості та підтвердили результати кореляційного та регресійного аналізу в межах даного емпіричного дослідження.

3.3 Рекомендації щодо адаптації особистості до прояву та усвідомлення віково-часових змін, підвищення толерантності ставлення до старості

Старіння особистості, подібно й іншим етапам її життєвого циклу, є складним процесом, що охоплює всі важливі сфери життя, включаючи фізичну, фізіологічну, соціальну, економічну, психологічну та духовну.

Внаслідок процесів старіння особистість зазнає зниження життєвої активності та змін у своєму житті, а ставлення оточуючих стає регулятором її вчинків на цьому етапі. У різних соціокультурних системах попередніх етапів розвитку людства проявилися два підходи до старіння та старості. Один з них ґрунтується на повазі до старості, допомозі та підтримці, тоді як інший підхід заперечує цінність старості і виявляє соціальне презирство до людей похилого віку. Незважаючи на суттєву різницю між ними, ці підходи переважно сприймають проблеми старіння як проблеми дефіцитів та потребують компенсації, допомоги, захисту та підтримки, що призводить до сприйняття старості як тягаря для суспільства.

Сучасний етап розвитку щодо проблем старіння характеризується формуванням нової світоглядної парадигми, спрямованої на лібералізацію старіння, в якій розуміння віку відображає єдність конструктивних та деструктивних аспектів цього життєвого циклу людини. Підхід "активного старіння", розроблений Всесвітньою організацією охорони здоров'я у 2002 році, спрямований на покращення якості життя у старості. Він спрямований на розширення можливостей для підтримання та збереження здоров'я, забезпечення соціального захисту та оптимізації участі в житті суспільства.

На сьогодні міжнародна спільнота розглядає людей похилого віку як позитивний чинник у соціальному розвитку. Перспективною є ідея перегляду формули "дитинство-навчання, дорослість-робота, старість-спокій", де всі три

види діяльності (навчання, праця, відпочинок) мають бути доступні в будь-якому працездатному та активному віці.

Поняття "благополучне старіння" та "активне довголіття" стали широко поширеними. Благополучне старіння визначається як бажаний для особистості результат, коли вона здатна адаптуватися та впоратися зі зростаючими віковими змінами, зберігаючи при цьому мету та сенс життя. Активна старість передусім означає, що особи похилого віку мають задовільний стан здоров'я, активно займаються професійною діяльністю, є повноправними членами суспільства, почувають себе більш незалежними в повсякденному житті та активно виконують свої соціальні ролі. Під "активним довголіттям" розуміють шлях самовдосконалення через постійне ставлення особистістю перед собою фізичних та розумових завдань.

У 1961 році Р. Хавігерст вперше ввів поняття "благополучне старіння", яке відображало задоволення людини життям, прожитим і поточним. Це поняття було підкріплене теоретичними та експериментальними дослідженнями, що показували позитивну залежність між активним способом життя у похилому віці та задоволеністю життям [42].

Раніше Е. Еріксон у своїх дослідженнях розробив концепцію психосоціального розвитку особистості, в якій кожна людина пройшла через вісім етапів життєвого циклу, а останній етап передбачав переосмислення прожитого та осмислення факту старіння як специфічної еволюційної задачі. Успішне проходження цього етапу виявляється усвідомленням цінності життя, конструктивною оцінкою досягнутого та здатністю залишатися продуктивним, тоді як негативний результат характеризується відчаєм, оцінкою прожитого як неперспективного та безцінного [41].

Подальші дослідження Р. Хавігерста та його колег підтвердили, що психологічні та соціальні якості осіб похилого віку нічим не відрізняються від осіб середнього віку. Вони виділили кілька компонентів для вимірювання задоволеності життям у похилому віці:

- позитивне ставлення до себе і своєї зайнятості;

- прийнятний соціальний спосіб життя для даної вікової групи;
- суб'єктивне відчуття щастя та задоволення власним життям;
- активність на рівні середнього віку.

Концепція "успішного старіння" стала популярною разом з концепцією "благополучного старіння". У 1987 році Дж. Роуї та Р. Канн провели дослідження, в результаті яких була розроблена та обґрунтована концепція "успішного старіння". Згідно з цією концепцією, успішне старіння залежить від трьох факторів:

- високого рівня розумової та фізичної активності,
- загального фізичного здоров'я,
- продуктивної соціальної взаємодії [46].

У 2011 році Дж. Івамаса та М. Івасакі запропонували модель успішного старіння, яка включає фізичне, психологічне, функціональне та соціальне здоров'я. На сьогодні до цих компонентів були додані матеріальні та духовні аспекти життя, що дозволяє розглядати модель успішного (благополучного) старіння як комплексну модель, що охоплює багато аспектів [44].

Існують і інші моделі успішного старіння різних дослідників, але основними факторами для забезпечення успішної адаптації особистості до прояву та усвідомлення віково-часових змін є:

1. Розуміння та прийняття неминучості старіння.
2. Прийняття власної залежності від інших людей та оточення.
3. Фокусування уваги на соціальній, творчій діяльності та взаєминах з іншими людьми замість фокусування на проблемах здоров'я та власного тіла.
4. Розуміння та оцінка життєвого балансу, що допоможе побачити сенс і в старості.
5. Підтримка розумової активності, що дозволить контролювати процес старіння та зберігати розумову повноправність.
6. Розгляд старості як кульмінації життєвої активності, особливо для людей творчих професій, представників науки та медицини тощо.

7. Досягнення мудрості, прийняття своєї гідності та цінності життя, позитивний розв'язок дилеми інтегральності та розпачу щодо смерті [30, 31].

Біологічний закон старіння вказує на те, що старіння найповільніше впливає і найпізніше захоплює орган, який працює найбільше. Тому будь-яка робота, що вимагає активної участі мозку, покращує його функції. Сучасні дослідження показують, що у осіб старшого віку, чия мозкова діяльність залишається активною, розумові здібності не зменшуються. Навіть незначне зниження, яке може спостерігатися з часом, не має суттєвого впливу на нормальне функціонування мозку та активну повсякденну діяльність.

Міжнародні фахівці в галузі медицини та психології розробили 10 засад для тривалого і якісного життя, враховуючи старість:

1. Утримуйтеся від переїдання.
2. Підбирайте меню, відповідне вашому віку.
3. Спробуйте знайти зайнятість, яка буде вам прийнятною.
4. Знайдіть партнера для життя.
5. Особисте бачення різних аспектів життя.
6. Будьте активними та рухайтесь.
7. Забезпечуйте собі прохолоду в спальні під час сну.
8. Періодично тішіть себе приємностями.
9. Не придушуйте гнів у собі завжди, вмійте виражати свої почуття.
10. Тренуйте свій мозок. Активне тренування мозку допомагає зберегти ясність розуму впродовж усього життя, і інтелектуальна активність сприяє подовженню людського життя [10].

Один з можливих шляхів відкладення прояву старості полягає у створенні спеціалізованих осередків (груп) психологічної допомоги для осіб похилого віку. Такі осередки (групи) викликали б зацікавлення як серед самих осіб старшої вікової категорії, так і серед їх дітей, що турбуються про своїх батьків. Головна увага роботи цих осередків (груп) зосереджувалась б на покращенні якості життя та підвищенні рівня адаптації у зрілому віці. Серед завдань було б доцільно виділити такі: підтримка пізнавальних процесів, що схильні до

вікових змін, таких як пам'ять, увага та мислення; проведення психокорекційних програм для регулювання емоційно-вольової сфери; зменшення психосоматичних симптомів та підвищення фізичного та психічного благополуччя.

Така б допомога сприяла у:

- звільненні від страхів та негативних емоцій;
- підвищенні рівня стресостійкості та адаптації до змін;
- набутті впевненості та комунікабельності;
- покращенні відносин з оточенням, пошуку нових друзів;
- зниженні рівня агресивності, тривожності та почуття провини;
- знаходженні сенсу життя та досягненні самостійності й самодостатності;
- отриманні емоційної підтримки та збереженні здоров'я;
- розширенні психологічних знань.

До старості необхідно готуватися, починаючи із середнього віку, щоб уникнути раптового та трагічного приходу цього періоду, який може супроводжуватися нерозумінням з боку дітей, самотністю та незадоволенням діями держави, яка не надає допомогу у вирішенні проблем, пов'язаних із старінням [10, 47].

Успішне і благополучне старіння є результатом власних зусиль і самої особистості. Незаперечно, існують і інші фактори, як соціальні та психофізіологічні, але екзистенціальне наповнення життя особистості, її вектор розвитку та емоційний фон є основою для гідного старіння й усвідомленого сприйняття віково-часових змін та старості.

Висновки до розділу III

Висновки, отримані в результаті проведення емпіричного дослідження, дають підстави для ствердження про наявність певних психологічних чинників гендерних особливостей ставлення до феномену старості. Чоловіки, які брали

участь у дослідженні, характеризувалися андрогінністю, іншими словами, мали рівновагу між стереотипними якостями жінки та чоловіка, з певним переважанням в бік чоловічих рис. Тільки двоє з них виявилися виразно маскулініними. Щодо жінок, вони також проявляли андрогінність, але більше наближалися до фемінності. П'ятеро жінок у дослідженні репрезентували фемінність, а одна виявилася маскуліною. Важливо відмітити, що серед учасників не було осіб з виразною маскуліністю або фемінністю. Це може пояснюватися тим, що андрогінний тип особистості є найпристосованішим у сучасному суспільстві, що постійно змінюється і накладає певні норми поведінки та взаємодії на особистість.

Середні показники по всіх субшкалах та загальному показнику осмисленості життя тесту СЖО, в цілому, відповідають нормативним значенням, що і показали подальші розрахунки.

За отриманими даними за результатами «Шкали задоволеності життям» 21% показують низький рівень задоволеності життям, 47 % – середній, 12% - рівень вище середнього, а 20,00% - високий. Здебільшого, респонденти виявляють середній або високий рівні задоволеності життям, незалежно від гендерної ідентичності. Опитувані з середнім рівнем відзначаються помірною задоволеністю життям, в тому числі і стосовно прийняття віково-часових змін. А високий рівень засвідчує емоційний добробут досліджуваних та заперечення ними вагомих психологічних проблем. Така особистість, більш за все, має позитивну самооцінку, не схильна висловлювати скарги на різні аспекти життя, оптимістична, впевнена у своїх здібностях, ефективно діє в умовах стресу, має достатній рівень психологічного добробуту та задоволеності життям, в тому числі і в віково-часовій перспективі.

Порівнюючи середні значення за шкалами короткого п'ятифакторного опитувальника особистості ТІРІ, ми спостерігаємо, що більшість респондентів презентують найвищі показники за шкалами високу «Дружелюбність» та «Добросовісність», незалежно від гендерної ідентичності. Деякі менші середні показники по шкалі «Відкритість новому досвіду». За одержаними

результатами, констатуємо, що найнижчі балів мають шкали «Екстраверсія» та «Емоційна стабільність» для обох гендерів.

За результатами, отриманими на основі відповідей на питання авторської анкети стосовно ставлення до старості, переважна більшість опитуваних ставиться до розуміння старості та проявів, пов'язаних із нею, як до нормальних віково-часових змін особистості, усвідомленого життєвого процесу. У більшості відповідей переважають позитивні настрої щодо того, що люди старшого покоління можуть вести активне життя, передавати життєвий досвід, бути наставниками, відчувати себе потрібними та корисними.

На етапі кореляційного аналізу було встановлено, що із зростанням рівня маскулінності зростає рівень осмислення свого життєвого шляху як загалом, так і за окремими ознаками, що проявляються наявністю цілей та цілеспрямованістю в їх досягненні, інтересом до життєвого процесу у власному сьогоденні, наповнення його змістом, самореалізацією, відчуттям себе як такої особистості, що має вибір, аби будувати своє життя відповідно до своїх уявлень. Тобто, можна припустити, що старість сприймається особистістю як неодмінність життєвого процесу при втіленні власного життєвого задуму та задоволення від пройденого шляху, маючи змогу будувати перспективи на майбутнє.

За допомогою регресійного аналізу було встановлено, що, незалежно від статі, має значення прояв маскулінних якостей задля сприйняття життя як цікавого, наповненого особистим змістом, як безперервного процесу, а, отже, і прийняття старості як неодмінного етапу життєвого шляху.

Результати факторного аналізу також дозволили виявити об'єктивно існуючі фактори, які впливають на структуру зв'язків між окремими психологічними чинниками гендерних особливостей ставлення до феномену старості, та підтвердили результати кореляційного та регресійного аналізу в межах даного емпіричного дослідження.

Однак, оскільки було встановлено нерівномірність розподілу за ключовими ознаками, дані висновки можна застосувати лише для

досліджуваної вибірки. У методиках відсутні шкали щирості, тому результати не можна розглядати як абсолютні. Всі висновки, які ми робимо, можна розглядати лише як припущення чи гіпотези, а не факти.

ВИСНОВКИ

У даній кваліфікаційній роботі було застосовано теоретичний та емпіричний типи дослідження психологічних чинників гендерних особливостей ставлення до феномену старості, на основі цього можливо надати такі висновки.

1. Виходячи з огляду наукових джерел було проведено теоретичний аналіз стосовно гендерних особливостей ставлення до феномену старості. Гендер є характеристикою, яка поєднує соціальні та біологічні аспекти та визначає, що це значить бути "чоловіком" або "жінкою". Хоча стать (sex) є біологічним поняттям, психологи також використовують термін "гендер" для обґрунтування біологічно обумовлених відмінностей між статями, як розбіжність між "статями".

Вивчення гендеру здійснювало багато дослідників, серед яких Р. Столлер, Ш.Берн, Е. Гідденс, О. Вейнінгер, С. Бем та інші. Було розглянуто провідні напрями вивчення гендеру та гендерних відмінностей у психології.

«Старість (похилий вік, пізня дорослість) – заключний етап життя організму, що починається приблизно з 55-60 років та характеризується вираженим зниженням його адаптаційних можливостей і відповідними морфологічними змінами в органах та системах. Хронологічні кордони між старістю та зрілістю є досить умовними внаслідок значних індивідуальних розбіжностей у появі ознак старості».

«Поняття «старість» і «старіння» різні за своїм психологічним змістом. Старість є останнім етапом онтогенезу людини, тобто заключним періодом вікового індивідуального розвитку. Старіння – це природо-обумовлений процес, що проявляється у біологічних, фізіологічних, психічних змінах організму та послабленні його функціонування».

Визначенню феномену старості, проблемам старості та старіння, переживання особистістю періоду старості (другої половини життя) та

знаходження сенсу буття в цей період розвитку особистості присвячені роздуми та дослідження К.Ясперса, К.Г.Юнга, Е.Еріксона, Дж. Пека, Д. Біррена та К.Шрутца та інших представників психологічної науки.

2. Проведений емпіричний аналіз психологічних чинників гендерних особливостей ставлення до феномену старості. Для аналізу гендерних характеристик респондентів використано інструмент діагностики «Маскулінність-фемінність» С. Бем.

За допомогою тесту СЖО досліджені уявлення респондентів про майбутнє життя, оцінки їх цілей і перспектив, а також виявлення рівня осмисленості, інтересу та задоволеності їх життєвим процесом. Крім того, він відображає розуміння про себе як про особистість, що проявляє активність і самостійність, здатну приймати рішення та контролювати свій життєвий процес, оцінює ступінь адаптації особистості до прояву та усвідомлення віково-часових змін, відношення до старості.

Також було застосовано «Шкалу задоволеності життям» Е.Дінера (адаптована та валідована Д.Леонтьєвим та Є.Осіним у 2003 році), що являє собою анкету для самооцінки та масового опитування респондентів про ступінь суб'єктивного задоволення їх життям.

Шкала дозволяє вимірювати емоційний досвід життя людини в цілому, який відображає загальний стан психологічного добробуту та задоволеність життям, в тому числі і в віково-часовій перспективі.

Крім того, було застосовано короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ в адаптації М. Кліманської, І. Галецької. Ця методика є однією з багатьох, метою якої є визначення та оцінка глибинних психологічних рис особистості.

Учасникам опитування також було запропоновано відповісти на питання авторської анкети, що відображають ставлення до старості.

3. Результати емпіричного дослідження було проаналізовано і піддано статистичній обробці (кореляційний, регресійний та факторний аналіз проведено за допомогою програми Jamovi).

Отже, на основі результатів проведеного емпіричного дослідження ми маємо змогу констатувати те, що існують певні психологічні чинники гендерних особливостей ставлення до феномену старості, виявлено наявність зв'язку між гендерними особливостями особистості та різними напрямками прояву смисложиттєвих орієнтацій, глибинних психологічних рис особистості, прийняття старості та ставленням до старості.

На етапі кореляційного аналізу було констатовано, що із зростанням рівня маскулінності зростає рівень осмислення свого життя як загалом, так і за окремими ознаками, що проявляються наявністю цілей та цілеспрямованістю в їх досягненні, інтересом до життєвого процесу у власному сьогодні, наповнення його змістом, самореалізацією, відчуттям себе особистістю, що має вибір, аби будувати свій життєвий шлях відповідно до своїх уявлень. Тобто, можна припустити, що старість сприймається людиною як неодмінність життєвого процесу при втіленні власного життєвого задуму та задоволення від пройденого шляху, маючи змогу будувати перспективи на майбутнє.

За допомогою регресійного аналізу було виявлено, що, незалежно від статі, має значення прояв маскулінних якостей задля сприйняття життя як цікавого, наповненого особистим змістом, як безперервного процесу, а, отже, і прийняття старості як неодмінного етапу життєвого шляху.

Результати факторного аналізу також дозволили виявити об'єктивно існуючі фактори, які впливають на структуру зв'язків між окремими психологічними чинниками гендерних особливостей ставлення до феномену старості та підтвердили результати кореляційного та регресійного аналізу в межах даного емпіричного дослідження.

Однак, оскільки було встановлено нерівномірність розподілу за ключовими ознаками, дані висновки можна застосувати лише для досліджуваної вибірки.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. **Боброва Л.** (2019). Вплив типу гендерної ідентичності на внутрішні конфлікти студентів – майбутніх психологів. Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології", (18). <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2012-18.%p>
2. **Бовуар Сімона де.** Друга стать: в 2 т./Сімона де Бовуар; [пер. з фр. Н.Воробйової, П.Воробйова, Я.Собко].- К.:Основи, 1995. – Т.1 – 390 с.
3. **Гакман А., Дудіцька С., Вілігорський О.** «Задоволеність життям та роль психофізичних компонентів у якості життя людей похилого віку». Вісник Прикарпатського університету. № 36 (2020), с. 3-9.
4. **Галян І.М.** Психодіагностика: Навчальний посібник для студентів вузів. К.: Академвидав, 2009. 464 с.
5. Гендерна психологія: навч. посіб. / М.Г. Ткалич – К.: Академвидав, 2011. – 248 с.
6. Геронтопсихологія: підручник / І.М. Ушакова. – Х.: НУЦЗУ, 2014. – 236 с.
7. Геронтологія : словник-довідник / Едуард Крайніков. — К. : Паливода А. В., 2010. — 352 с.
8. **Голик С. В.** OLD AGE як онтологічний феномен у філософських концепціях. Науковий вісник ДДПУ імені І. Франка. Серія “Філологічні науки”. Мовознавство. Том 1, № 8, 2017. С. 53-56.
9. **Дзюба Т.М.** Психологія дорослості з основами геронтопсихології. Навчальний посібник / Т. М. Дзюба, О. Г. Коваленко ; за ред. В. Ф. Моргуна. — К. : Видавничий Дім «Слово», 2013. — 264 с.
10. **Драб Я.М.,** Український науково-дослідний інститут соціальної і судової психіатрії та наркології МОЗ України, м. Київ. «Психологічні особливості соціалізації та самореалізації людей похилого віку». Журнал «НейроNews: психоневрологія та нейропсихіатрія» №2-1' 2016 р. С.14-19.

11. **Коваль А.** (2022). Типові гендерні образи літніх людей в українських серіалах. Український інформаційний простір, (1(9), 88–98. [https://doi.org/10.31866/2616-7948.1\(9\).2022.257102](https://doi.org/10.31866/2616-7948.1(9).2022.257102)
12. **Коваль Т.В.** Соціально-філософський аналіз страху старості: фемінний аспект/Т.В. Коваль// Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка . - 2011. - Вип. 3. – с. 75-78.
13. **Коваль Т. В.** Страх старості як чинник буття сучасної людини : дис. ... канд. філос. наук : спец. 09.00.04 «Філософська антропологія, філософія культури» / Тетяна Вікторівна Коваль. – Житомир, 2012. – 188 с.
14. **Кліманська М., Галецька І.** Українська адаптація короткого п'ятифакторного опитувальника особистості TIPI (TIPI-UKR). Психологічний часопис : науковий журнал. 2021. № 3. Вип. 7. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка Національної академії педагогічних наук України., С. 57–74.
15. **Климчук В. О.** Математичні методи у психології. Навчальний посібник. Київ : Освіта України, 2009. 288 с.
16. **Климчук В. О.** Факторний аналіз: використання у психологічних дослідженнях // Практична психологія та соціальна робота. – 2006. – №8. – С. 43-48.
17. **Кухта М.** (2016). Старші люди в Україні: соціальні стереотипи та феномен «консервації віку». Матеріали XXV Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку. Зб. наук. праць. Переяслав-Хмельницький. 25. С. 30-32.
18. **Кухта М.** (2017). Життєві перспективи людей старшого віку, що перебувають під соціальною опікою: досвід емпіричного дослідження. Соціологія: теорія, методи, маркетинг. № 2. С. 131-148.
19. **Любіна Л.А., Борисюк А.С., Радчук В.М.** Психодіагностика: навч. посіб. Чернівці, 2018. 276 с.
20. **Мовчан М. М.** Лабіринти страху старості: проблеми і перспективи / М. М. Мовчан // Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії. - 2013. - Вип. 53. - с. 77-88.

21. Основи теорії гендеру: навч. посіб. — К.: К.І.С., 2004. - 536 с.
22. **Павелків Р. В.** Вікова психологія: підручник для студ. вищ. навч. закл. / Р. В. Павелків. – К. : Кондор, 2011. – 469 с.
23. **Петровська І.Р., Островська К.О.** Математично-статистичні методи обробки емпіричних даних психолого-педагогічних досліджень: навчальний посібник. Львів: Друкарня «Справи Кольпінга в Україні», 2021. 140 с.
24. **Подорожний В. Г.** Старість як психологічний феномен / В. Г. Подорожний // Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки. - 2017. - № 2. - С. 157-163.
25. **Полшкова С.Г., Трофімова Д.О., Крайлюк А.І.** Особливості гендерних стереотипів серед чоловіків і жінок середнього віку. Габітус. Серія «Соціальна психологія. Юридична психологія», випуск 31, 2021. – С. 217-223.
26. Психологія несвідомого — Київ: Центр навчальної літератури, 2022. — 404 с. — ISBN 978-611-01-2668-7.
27. Психологія світоглядів (пер. з німецької Олександр Кислюк, Роман Осадчук), Київ: видавництво Юніверс, 2009.
28. **Савенкова І. І.** Клінічна психологія: навчальний посібник / І. І. Савенкова. - Миколаїв: Миколаївський національний університет імені В.О. Сухомлинського, 2018. - 302 с.
29. **Савіна М.І.** Процес інтеграції маскулінності/фемінності: запорука особистісної гармонії, <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v9/i11/18.pdf>
30. «Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві, ортобіоз та паліативна допомога із циклу: «Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності» (матеріали VII науково-практичної інтернет-конференції (з міжнародною участю), 14-16 січня 2021 року <https://www.inforum.in.ua/docs/202101150801418.pdf>

31. **Туркіч Н.** «Адаптація літніх людей в сучасному суспільстві до пенсійного способу життя». Спецвипуск «Психологія і суспільство», 2013, с. 187-188.
32. **Шаповаленко І.В.** Вікова психологія (Психологія розвитку та вікова психологія). - М.: Гардаріки. - 349 с., 2005
33. **Щотка Щ.П.** Гендерна психологія: навчальний посібник. Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 359 с.
34. Anthony Giddens (2001) Sociology. Cambridge: Polity Press, 750 pages.
35. ATTITUDES TO AGEING QUESTIONNAIRE (AAQ-24)
https://ugc.futurelearn.com/uploads/files/76/f7/76f7a255-90a0-4aa4-8ca2a2f45de82daa/Attitudes_To_Ageing.pdf
36. **Baltes P.B., Baltes M.M.** Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. // In P.B. Baltes M.M. Baltes (Eds.), Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences. New York: Cambridge University Press, 1990. - Pp. 1–34.
37. **Bem S. L.** (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. Psychological Review, 88 (4), 354–364 pages.
38. **Burn S. M.** (1996) The Social Psychology of Gender. New York McGraw-Hill Humanities/Social Sciences/Languages; 1st edition, 233 pages.
39. **Cynthia Chen, PhD, Kenwin Maung, MA, Prof John W Rowe, MD** Gender differences in countries' adaptation to societal ageing: an international cross-sectional comparison. The Lancet. Healthy Longevity. Articles volume 2, ISSUE 8, e460-e469, august 2021, [https://www.thelancet.com/journals/lanhl/article/PIIS2666-7568\(21\)00121-5/fulltext#%20](https://www.thelancet.com/journals/lanhl/article/PIIS2666-7568(21)00121-5/fulltext#%20)
40. **Diener E.** The science of well-being: the collected work. Series: Social Indicators Reseach Series. 2009. # 37. p. 274.
41. **Erik H. Erikson.** Childhood and Society, 2nd ed. Edition. W. W. Norton & Company; 2nd ed. edition (September 17, 1993), 445 pages.
42. **Havighurst R. J.** Successful aging. // The Gerontologist. – 1961. - №1. – Pp. 8–13.

43. Human Development by Grace J. Craig, Don Baucum. Pearson College Div; 9th edition (January 1, 2001), 718 pages
44. **Iwamasa G.Y., Iwasaki M.** A new multidimensional model of successful aging: perceptions of Japanese American older adults.// J. Cross-Cult. Gerontol.. – 2011. – Vol. 26. – № 3. – Pp. 261-278.
45. **Kalfoss, M.** (2016) Gender Differences in Attitudes to Ageing among Norwegian Older Adults. *Open Journal of Nursing*, 6, 255-266. doi: [10.4236/ojn.2016.63026](https://doi.org/10.4236/ojn.2016.63026).
46. **Rowe J.W., Kahn R.L.** Successful Aging // The Gerontologist. – 1997. - Vol. 37. - № 4. - Pp. 433-440
47. **Samuel T. Gladding.** Theories of Counseling, Third Edition Paperback – Rowman & Littlefield Publishers; 3rd ed. edition (July 15 2021), 320 pages.
48. **Stoller, Robert;** Sex and Gender: On the Development of Masculinity and Femininity, Science House, New York City (1968)
49. **Weininger, Otto.** Sex and Character. — A. L. Burt, 1906.
50. Тест смисло-життєвих орієнтацій. <https://psylab.com.ua/>
51. USAID від американського народу, ГО «Суспільство і право» [Електронний ресурс]/Електрон. текст. дані. <https://www.prostir.ua/wp-content/uploads/2018/12/%D0%9E%D0%B3%D0%BB%D1%8F%D0%B4%D0%BC%D1%96%D0%B6%D0%BD%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%D0%B4%D0%BE%D1%81%D0%B2%D1%96%D0%B4%D1%83.pdf%D0%B9>
52. <https://zu.edu.ua/spf/pdf/Gender1/gn3.pdf>

ДОДАТКИ

Додаток А

Гендерні особливості ставлення до старості

1. Ваш гендер:

- 1) Чоловік
- 2) Жінка
- 3) Інше

2. Ваш вік:

- 1) 25-44 роки
- 2) 45-60 років
- 3) 60-75 років

3. Сімейний статус:

- 1) У шлюбі
- 2) Не одружений/незаміжня
- 3) У відносинах
- 4) Інше

4. Освіта:

- 1) Повна загальна середня освіта
- 2) Професійно-технічна освіта
- 3) Фахова передвища освіта
- 4) Вища освіта
- 5) Інше

5. Наявність дітей:

- 1) Та
- 2) Ні

6. Як Ви ставитесь до факту неминучості старіння?
- 1) Ставлюсь спокійно, як до нормального життєвого процесу
 - 2) Нейтрально, не задумуюсь про це
 - 3) Ставлюсь з переживанням, болісно
 - 4) Інше
7. Яке Ваше відношення до наступних змін: поява зовнішніх ознак старіння (зморшки, сивина), втрата фізичної привабливості?
- 1) Ставлюсь спокійно, як до нормального життєвого процесу
 - 2) Нейтрально, не задумуюсь про це
 - 3) Ставлюсь з переживанням, болісно
 - 4) Інше
8. Чи лякають Вас можливі проблеми із фізичним здоров'ям з настанням старості в майбутньому?
- 1) Ставлюсь спокійно, як до нормального життєвого процесу
 - 2) Нейтрально, не задумуюсь про це
 - 3) Ставлюсь з переживанням, болісно
 - 4) Інше
9. Чи подобається Вам бути наставником у професійній діяльності, маєте схильність до бажання передавати досвід, давати настанови та поради?
- 1) Так
 - 2) Ні
 - 3) Не знаю, не задумуюсь про це
 - 4) Інше
10. Чи лякає Вас питання погіршення матеріального становища в зв'язку із втратою професійної діяльності, виходом на пенсію у майбутньому?
- 1) Так

- 2) Ні
- 3) Не знаю, не задумуюсь про це
- 4) Інше

11. У старінні є багато приємних речей

- 1) Так
- 2) Ні
- 3) Не знаю, не задумуюсь про це
- 4) Інше

12. З віком я все більше сприймаю себе таким, яким я є

- 1) Так
- 2) Ні
- 3) Не знаю, не задумуюсь про це
- 4) Інше

13. Ставати старшим виявилось легше, ніж я очікував

- 1) Так
- 2) Ні
- 3) Не знаю, не задумуюсь про це
- 4) Інше

14. З віком мені стає все важче заводити друзів

- 1) Так
- 2) Ні
- 3) Не знаю, не задумуюсь про це
- 4) Інше

Додаток Б

Методика «Маскулінність-Фемінність» (С. Бем)

Методика була запропонована Сандрою Бем (Sandra L. Bem, 1974) для діагностики психологічного статі і визначає ступінь андрогінності, маскулінності і фемінності особистості. Опитувальник містить 60 тверджень (якостей), на кожне з яких випробуваний відповідає «так» або «ні», оцінюючи тим самим наявність або відсутність у себе названих якостей. Опитувальник може застосовуватися і в формі експертного рейтингу. У такому випадку оцінка випробуваного за представленими якостям здійснюється компетентними суддями - людьми добре знають випробуваного (чоловік, дружина, батьки та ін.).

Текст опитувальника:

1. Верящий в себя
2. Умеющий уступать
3. Способный помочь
4. Склонный защищать свои взгляды
5. Жизнерадостный
6. Угрюмый
7. Независимый
8. Застенчивый
9. Совестливый
10. Атлетический
11. Нежный
12. Театральный
13. Напористый
14. Падкий на лесть
15. Удачливый
16. Сильная личность

17. Преданный
18. Непредсказуемый
19. Сильный
20. Женственный
21. Надежный
22. Аналитичный
23. Умеющий сочувствовать
24. Ревнивый
25. Способный к лидерству
26. Заботящийся о людях
27. Прямой, правдивый
28. Склонный к риску
29. Понимающий других
30. Скрытный
31. Быстрый в принятии решений
32. Сострадающий
33. Искренний
34. Полагающийся только на себя (самодостаточный)
35. Способный утешить
36. Тщеславный
37. Властный
38. Имеющий тихий голос
39. Привлекательный
40. Мужественный
41. Теплый, сердечный
42. Торжественный, важный
43. Имеющий собственную позицию
44. Мягкий
45. Умеющий дружить
46. Агрессивный

47. Доверчивый
48. Малорезультативный
49. Склонный вести за собой
50. Инфантильный
51. Адаптивный, приспособляющийся
52. Индивидуалист
53. Не любящий ругательств
54. Не систематичный
55. Имеющий дух соревнования
56. Любящий детей
57. Тактичный
58. Амбициозный, честолюбивый
59. Спокойный
60. Традиционный, подверженный условностям

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
- **фемінність** («так»): 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38, 41, 44, 47, 50, 53, 56, 59

За кожен збіг відповіді з ключем нараховується один бал. Потім визначаються показники фемінності (F) і маскулінності (M) відповідно до таких формулами.

$F = (\text{сума балів по фемінності}): 20$

$M = (\text{сума балів по маскулінності}): 20$

Основний індекс IS визначається як:

$IS = (F - M): 2,322$

Якщо величина індексу IS укладена в межах від -1 до +1, то роблять висновок про андрогінність.

Якщо індекс IS менше -1, то робиться висновок про маскулінність.

А якщо індекс IS більше +1 - про фемінність.

При цьому, в разі коли IS менше -2,025 говорять про яскраво виражену маскулінність.

А якщо IS більше +2,025 - кажуть про яскраво виражену фемінність.

Психологічна стаття

Кожна людина є володарем безлічі психологічних рис характеру. Деякі риси є як би «безстатевими», універсальними, а деякі риси традиційно пов'язуються з типово чоловічою або типово жіночою психологією. Деякі типові чоловічі або жіночі риси мають свої еволюційно-генетичні і фізіологічні підстави, передумови. Наприклад, рівень агресивності і домінантності (що розглядаються як типово чоловічі риси), як виявилось, корелює з рівнем концентрації у індивідів чоловічих статевих гормонів - андрогенів. Інші риси формуються в процесі соціалізації, виховання і розвитку особистості. Не випадково ж існують соціальні стереотипи маскулінності і фемінності. Хоча справа, переважно, в тому, що придбання тих чи інших типово чоловічих чи типово жіночих психологічних рис відбувається в результаті спільного впливу обох груп факторів - біологічного і соціального порядку. У цьому контексті психологічна стаття радикально відрізняється від статі біологічної. Зупинимося коротко на трьох основних поняттях, про які прийнято говорити в зв'язку з феноменом «психологічна стаття» - маскулінність, фемінність, андрогінність.

Маскулінність.

До типово чоловічих рис традиційно відносяться такі, як незалежність, наполегливість, домінантність, агресивність, схильність до ризику, самостійність, впевненість в собі і ін. У спеціальних дослідженнях було встановлено (Christiansen K., Knusmann R., 1987), що генералізована спонтанна агресивність, а також сексуальна агресія корелюють з рівнем вмісту андрогенів (чоловічі статеві гормони) в сироватці крові. В іншому дослідженні на вибірці в 191 чоловік було показано (Lau Sing, 1989), що маскулінних індивідів відрізняє більша самоповага в цілому, а також більш висока самооцінка в області академічних досягнень і власної зовнішності - фізичне Я.

Фемінність.

До типово жіночих рис традиційно відносять такі, як поступливість, м'якість, чутливість, сором'язливість, ніжність, сердечність, здатність до співчуття, співпереживання та ін. Соціальні стереотипи фемінності менше стосуються польових сторін особистості і успішності ділової кар'єри, але при цьому приділяють значну увагу емоційним аспектам .

Андрогінність.

Відповідно до існуючих уявлень індивід не обов'язково є носієм чітко вираженої психологічної маскулінності або фемінності. В особистості можуть бути на паритетних засадах представлені істотні риси як маскулінного, так і фемінного типів. При цьому передбачається, що у андрогіна ці риси представлені гармонійно і взаємодоповнювані. Вважається, що така гармонійна інтеграція маскулінних і фемінних рис підвищує адаптивні можливості андрогінного типу. При цьому м'якість, стійкість в соціальних контактах і відсутність різко виражених домінантно-агресивних тенденцій в спілкуванні ніяк не пов'язані зі зниженням впевненості в собі, а навпаки проявляються на тлі збереження високого самоповаги, впевненості в собі і самоприйняття. У вже згадуваному вище дослідженні (Lau Sing, 1989) було показано, що андрогіни не поступаються маскулінному типу ні за рівнем самоповаги в цілому, ні за рівнем самооцінок академічних досягнень і власної зовнішності (фізичне Я).

Додаток В

Методика діагностики смисло-життєвих орієнтацій (СЖО, за Дж. Крамбо і Л. Махоліком, адаптація Д.О. Леонтьєва)

Тест смисложиттєвих орієнтацій є адаптованою версією тесту «Ціль у житті» (Purpose - in - LifeTest, PIL) Дж. Крамбо і Л. Махоліка.

За допомогою цього тесту досліджуються уявлення опитуваних про майбутнє життя за такими характеристиками, як наявність або відсутність цілей у майбутньому, осмисленість життєвої перспективи, інтерес до життя, задоволеність життям, уявлення про себе як про активну і сильну особистість, яка самостійно приймає рішення і контролює своє життя.

У СЖО включені наступні субшкали:

1. Цілі в житті (наявність або відсутність комплексу цілей на майбутнє);
2. Процес життя (інтерес, емоційність, насиченість життя);
3. Результативність життя (задоволеність самореалізацією);
4. «Локус контролю - Я» (рівень уявлень про себе як про сильну особистість);
5. «Локус контролю - життя» (контроль над життям або фаталістичні установки).

Інструкція. «Вам будуть запропоновані пари протилежних тверджень. Ваше завдання — вибрати одне з двох тверджень, яке на вашу думку, більше відповідає дійсності, і відзначити одну з цифр 1, 2, 3, залежно від того, наскільки ви впевнені у виборі (або 0, якщо обидва твердження, на ваш погляд, однаково правильні)».

Стимульный материал

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|--|
| 1. Обычно мне очень скучно | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Обычно я полон энергии |
| 2. Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной |
| 3. В жизни я не имею определенных целей и намерений | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | В жизни я имею очень ясные цели и намерения |
| 4. Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной |
| 5. Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие |
| 6. Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами |
| 7. Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал |
| 8. Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни |
| 9. Моя жизнь пуста и неинтересна | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Моя жизнь наполнена интересными делами |
| 10. Если бы мне пришлось подводить сегодня итоги моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Если бы мне пришлось сегодня подводить итоги моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла |
| 11. Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас |
| 12. Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| 13. Я человек очень обязательный | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я человек совсем не обязательный |
| 14. Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свій жизненный выбор по своему желанию | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств |
| 15. Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я не могу назвать себя целеустремленным человеком |
| 16. В жизни я еще не нашел своего призвания и ясных целей | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | В жизни я нашел свое призвание и цель |
| 17. Мои жизненные взгляды еще не определитесь | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Мои жизненные взгляды вполне определились |
| 18. Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни |
| 19. Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Моя жизнь не подвластна мне и она управляется внешними событиями |
| 20. Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 2 | 3 | Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания |

Ключі до методики. Обробка результатів зводиться до підсумовування числових значень для всіх 20 шкал і переведення сумарного балу в стандартні значення. Для підрахунку балів необхідно перевести відмічені випробувані позиції на симетричній шкалі 3 2 1 0 1 2 3 в оцінки за висхідною або низхідною асиметричною шкалою за наступним правилом:

У висхідну шкалу 1234567 переводяться пункти 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17 .

У спадну шкалу 7654321 переводяться пункти 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20.

Висхідна послідовність градацій (від 1 до 7) чергується з низхідною (від 7 до 1), причому максимальний бал (7) завжди відповідає полюсу наявності мети в житті, а мінімальний бал (1) — полюсу її відсутності.

Наприклад, якщо за першим пунктом у Вас був наступний результат 3210123, то після переведення у висхідну шкалу ви отримаєте 5 балів.

Якщо за другим пунктом у Вас був схожий результат за початковою шкалою 3210123, то після переведення у спадну шкалу ви отримаєте 3 бали.

Після переведення всіх двадцяти пунктів у висхідні або низхідні шкали підсумовуються бали за відповідними субшкалами і заносяться в таблицю.

Субшкала 1 (Цілі) - підраховується підсумовуванням пунктів (пп.) 3, 4, 10, 16, 17, 18.

Субшкала 2 (Процес) - пп. 1, 2, 4, 5, 7, 9.

Субшкала 3 (Результат) - пп. 8, 9, 10, 12, 20.

Субшкала 4 (Локус контролю - Я) - пп. 1, 15, 16, 19.

Субшкала 5 (Локус контролю - життя) - пп. 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Для підрахунку загального показника ОЖ необхідно підсумувати бали за всіма 20 шкалами тесту. Ви допустили помилку, якщо для підрахунку ОЖ просто підсумували показники за п'ятьма субшкалами.

Інтерпретація результатів.

1. *Цілі в житті.* Бали за цією шкалою характеризують наявність або відсутність у житті випробуваного цілей у майбутньому, які надають життю осмисленість, спрямованість і часову перспективу. Низькі бали за цією шкалою навіть при загальному високому рівні ОЖ будуть властиві людині, яка живе сьогоднішнім або вчорашнім днем. Разом з тим високі бали за цією шкалою можуть характеризувати не тільки цілеспрямовану людину, а й ту, плани якої не мають реальної опори в сьогоденні і не підкріплюються особистою відповідальністю за їх реалізацію. Ці два випадки нескладно розрізнити, враховуючи показники по інших шкалах СЖО.

2. *Процес життя або інтерес і емоційна насиченість життя.* Зміст цієї шкали збігається з відомою теорією про те, що єдиний сенс життя полягає в

тому, щоб жити. Цей показник говорить про те, чи сприймає випробовуваний процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений змістом. Високі бали за цією шкалою і низькі за іншими будуть характеризувати гедоніста, що живе сьогоднішнім днем. Низькі бали за цією шкалою — ознака незадоволеності своїм життям у сьогоднішній день; при цьому, однак, йому можуть надавати повноцінного сенсу спогади про минуле або спрямованість у майбутнє.

3. *Результативність життя або задоволеність самореалізацією.* Бали за цією шкалою відображають оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивна і осмислена була прожита його частина, високі бали за цією шкалою і низькі за іншими будуть характеризувати людину, яка доживає своє життя, у якій все в минулому, але минуле здатне надати сенс залишку життя. Низькі бали — незадоволеність прожитою частиною життя.

4. *Локус контролю-Я (Я — господар життя).* Високі бали відповідають уявленню про себе як про сильну особистість, яка має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя згідно зі своїми цілями і уявленнями про його сенс. Низькі бали — невіра у свої сили контролювати події власного життя.

5. *Локус контролю –життя, або керованість життям.* При високих балах — переконання в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення і втілювати їх у життя. Низькі бали — фаталізм, переконаність у тому, що життя людини не підвладне свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє.

Норми, необхідні для оцінки результатів, наведено в таблиці далі.

**Середні та стандартні відхилення субшкал і загального
показника ОЖ (N = 200 чол)**

| Шкали | Чоловіки середнє | Чоловіки стандартне відхилення | Жінки середнє | Жінки стандартне відхилення |
|-----------------------------|---------------------|--------------------------------------|------------------|-----------------------------------|
| 1. Цілі | 32,9 | 5,92 | 29,38 | 6,24 |
| 2. Процес | 31,09 | 4,44 | 28,8 | 6,14 |
| 3. Результат | 25,46 | 4,3 | 23,3 | 4,95 |
| 4. ЛК-Я | 21,13 | 3,85 | 18,58 | 4,3 |
| 5. ЛК-життя | 30,14 | 5,8 | 28,7 | 6,1 |
| 6. Загальний показник ОЖ | 103,1 | 15,03 | 95,76 | 16,54 |

Додаток Г

Шкала задоволеності життям Е. Дінера

(адаптована та валідована Д.Леонт'євим та Є.Осіним у 2003 році)

Інструкція

Нижче наведені 5 висловів, з якими Ви можете погодитись чи не погодитись. Щоб результати були точними, не замислюйтесь довго при відповіді і відповідайте чесно.

1. Почти во всем моя жизнь соответствует моему идеалу.
2. Условия моей жизни превосходные.
3. Я удовлетворен своей жизнью.
4. Пока я достигал в главном всего, чего хотел в жизни.
5. Если бы я мог прожить свою жизнь еще раз, я бы почти ничего в ней не изменил.

Варіанти відповідей: 1 - повністю не згоден; 2 - не згоден; 3 - майже не згоден; 4 - ні те, ні інше (ні згоден, ні не згоден); 5 - майже згоден; 6 – згоден; 7 - повністю згоден.

Отримані бали по всім пунктам додаються, мінімально можливий бал по шкалі – 7, максимальний – 35 балів.

Додаток Д

Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості TIPI (TIPI-UKR) в адаптації М. Кліманської, І. Галецької

Методика TIPI є однією із багатьох, які мають на меті виявити і виміряти глибинні психологічні риси особистості. П'ять фундаментальних вимірів для опису і оцінки особистості: екстраверсія, дружелюбність, добросовісність, емоційна стабільність та відкритість новому досвіду розуміються як універсальні, надкультуральні та наддемографічні, найбільш загальні характеристики, що дозволяють отримати повні та всебічні характеристики особистості.

Реєстраційний бланк

П.І.Б. _____

Дата обстеження _____ Рік народження _____ Стать _____

Інструкція: “Нижче наведено перелік якостей, які можуть бути, або можуть не бути характерними особисто для Вас. Поставте, будь ласка, навпроти кожного твердження позначку у відповідній клітинці реєстраційного бланку, визначившись, наскільки Ви погоджуєтесь із кожним із них. Оцініть, в якій мірі запропонована пара характеристик стосується Вас особисто, навіть якщо одна з них підходить Вам більше, аніж друга”.

| Бачу себе як людину, яка є | | Абсолютно не згоден | Не згоден | Швидше не згоден | Важко сказати | Швидше згоден | Згоден | Абсолютно згоден |
|----------------------------|--------------------------------------|---------------------|-----------|------------------|---------------|---------------|--------|------------------|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1 | Товариська, активна | | | | | | | |
| 2 | Критична, конфліктна* | | | | | | | |
| 3 | Сумлінна, дисциплінована | | | | | | | |
| 4 | Тривожна, схильна перейматися * | | | | | | | |
| 5 | Відкрита до нового, різностороння | | | | | | | |
| 6 | Стримана, тиха* | | | | | | | |
| 7 | Тактовна, співчутлива, приязна | | | | | | | |
| 8 | Неорганізована, легковажна* | | | | | | | |
| 9 | Спокійна, емоційно стабільна | | | | | | | |
| 10 | Не любить змін і пошуку нов. рішень* | | | | | | | |

“Ключ”

1. Екстраверсія: 1, 6*; 2. Дружелюбність: 2*, 7; 3. Добросовісність: 3, 8*; 4. Емоційна стабільність: 4*, 9; 5. Відкритість новому досвіду: 5, 10*.

Обробка та інтерпретація результатів

Кожен із пунктів оцінюється за 7-бальною шкалою від 1 (абсолютно не згоден) до 7 (абсолютно згоден). Пункти, позначені *, рахують з інверсією.

Екстраверсія (vs інтроверсія) визначає схильність до соціальної взаємодії, енергійність, активність. Високий рівень екстраверсії свідчить про активність, оптимізм, товариськість і балакучість, пошук активності, низький – про сором’язливість, песимістичність, надання переваги бути самотнім, уникнення соціальних активностей.

Дружелюбність стосується вираженості у людини чутливості та зацікавленості щодо інших, альтруїстичних, дружніх та емпатійних якостей на противагу відсутності довіри та прагнення співпраці, нездатності до співчуття і схильності до конкурентного ставлення. Високий рівень дружелюбності свідчить про готовність до співчуття, лагідність, скромність та прихильність до інших і готовність допомогти, низький – про егоцентризм, конкурентність, сухість та жорсткість у стосунках з іншими людьми.

Добросовісність стосується мотивації та наполегливості у ставленні людини до цілей та дій. Високий рівень свідчить про відповідальність, розсудливість та надійність, водночас трудоголізм, схильність підтримувати порядок і перфекціонізм. Низький рівень добросовісності трактують як недостатню конкретизацію життєвих цілей та мотивацію досягнень, водночас схильність до гедонізму, імпульсивності у прийнятті рішень, а також спонтанності у діях.

Емоційна стабільність (vs нейротизм) стосується здатності до емоційної адаптації, долаття стресу, врівноваженості та саморегуляції у разі переживання негативних емоцій, зокрема страху, гніву, провини, незадоволення, розгубленості тощо. Високий рівень емоційної стабільності свідчить про здатність контролювати і долати стрес, не відчуваючи напруги, дратівливості чи страху, низький – про високий нейротизм, меншу здатність емоційної саморегуляції, схильність до занепокоєння, сором'язливості та розгубленості у присутності інших, переживання страху і напруги.

Відкритість новому досвіду стосується пізнавальної цікавості та толерантності до нового, схильності до пошуку, водночас позитивної оцінки нового життєвого досвіду. Висока відкритість досвіду свідчить про наявність жвавого інтересу до усього, креативність, розвиненість уяви, нетрадиційність, водночас незалежність суджень. Низька відкритість до досвіду означає консервативність, надання переваги традиційним цінностям, прагматичність інтересів та недовіру до нового.

Додаток Е

Загальна пояснена дисперсія

| Фактор | Сума квадратних навантажень (SS) | % від дисперсії | Кумулятивні % |
|--------|----------------------------------|-----------------|---------------|
| 1 | 3.55 | 16.9 | 16.9 |
| 2 | 2.23 | 10.6 | 27.5 |
| 3 | 2.26 | 10.8 | 38.3 |

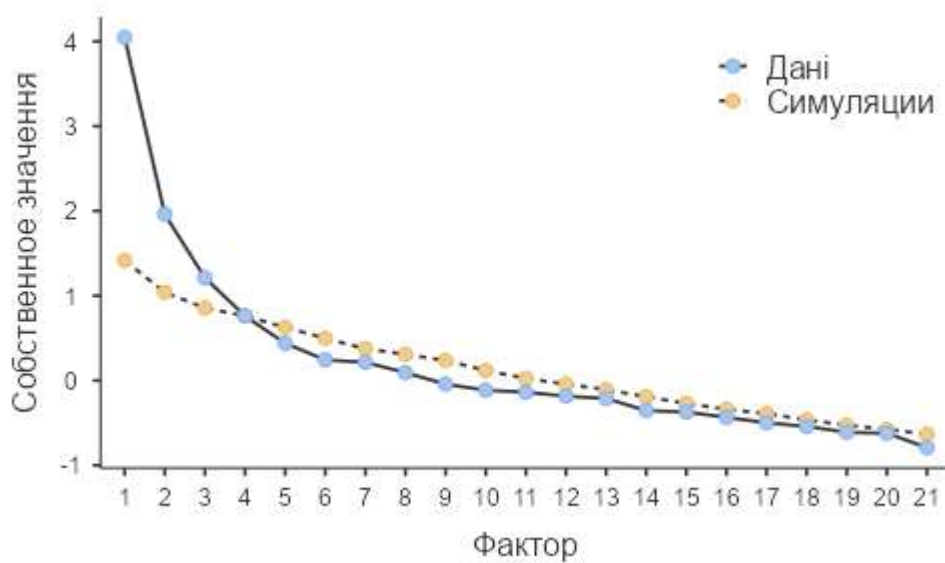


Рис. Графік власних значень