

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»
Кафедра Практичної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

бакалавра

на тему

«Психологічні чинники розвитку статевої ідентичності та сексуальної поведінки в підлітковому віці»
(тема кваліфікаційної роботи)

Виконав: студент _4_ курсу, групи ДМП-ПС21-1
спеціальності : 053 Психологія
(код і найменування спеціальності)

_____/ Михайло АЗАРОВ
(підпис) (ім'я та прізвище)

Керівник _____/ Наталія КУЧЕРЕНКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

Рецензент _____/ Наталія КОРОЛЬОВА
(підпис) (ім'я та прізвище)

«До захисту допущено»

В.о. завідувачка кафедри _____/ Наталія КУЧЕРЕНКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

Секретар ЕК _____/ Маргарита МИХАЛЕНКО
(підпис) (ім'я та прізвище)

Харків – 2025 рік

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія»

Кафедра практичної психології

Рівень вищої освіти перший (бакалаврський)

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма Практична психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. завідувача кафедри

 Н.С.КУЧЕРЕНКО
(підпис)

« » 2025р.

**З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ**

 Азаров Михайло Андрійович

(прізвище, ім'я, по батькові студента)

1. Тема «Психологічні чинники розвитку статевої ідентичності та сексуальної поведінки в підлітковому віці»

керівник роботи Кучеренко Н.С., к.психол.н., доцент,

затверджені наказом по університету від 11.04.2025 №4801-5/925

2. Строк подання студентом роботи 28.05.2025

3. Перелік питань, які потрібно розробити:

1) Провести теоретичний аналіз.

2) Провести емпіричний аналіз.

3) Провести кореляційний аналіз.

4) Сформулювати психокорекційну програму та надати рекомендації.

4. План роботи

№ з/п	Назви етапів роботи
1	Робота з літературними джерелами, складання бібліографії з теми, написання теоретичної частини роботи.
2	Підбір психодіагностичних методик та проведення дослідження.
3	Математико-статистична обробка даних дослідження. Опис експериментальних даних дослідження.
4	Оформлення висновків та рекомендацій.
5	Підготовка та подання дипломної роботи до захисту (здача дипломної роботи керівникові на перевірку; виправлення зроблених зауважень; здача остаточного варіанта дипломної роботи; отримання відгуку та рецензії; підготовка виступу).

5.Дата видачі завдання____12.04.2025

Студент

(підпис)

М.А.Азаров
(ініціали, прізвище)

Керівник роботи

(підпис)

Н.С.Кучеренко
(ініціали, прізвище)

РЕФЕРАТ

Випускна дипломна робота містить: 53 сторінок, 1 таблиць, 2 рисунки, 20 використаних літературних джерел.

Мета дослідження: Визначити основні психологічні чинники, що впливають на розвиток статевої ідентичності та сексуальної поведінки підлітків, а також дослідити їхній вплив на психологічне благополуччя особистості.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати основні наукові підходи до проблеми статевої ідентичності та сексуальної поведінки.
2. Визначити психологічні та соціальні чинники, що впливають на їхній розвиток у підлітковому віці.
3. Провести емпіричне дослідження особливостей формування статевої ідентичності та сексуальної поведінки серед підлітків.
4. Надати рекомендації щодо психологічного супроводу підлітків у процесі становлення їхньої статевої ідентичності.

Об'єкт дослідження: Психологічні аспекти розвитку статевої ідентичності та сексуальної поведінки в підлітковому віці.

Предмет дослідження: Психологічні чинники, що впливають на формування статевої ідентичності та сексуальної поведінки підлітків.

Практичне значення роботи полягає у можливості застосування отриманих результатів у роботі практичних психологів, педагогів та батьків для створення сприятливих умов розвитку підлітків.

Ключові слова: статева ідентичність, підлітки, сексуальна поведінка.

ABSTRACT

The final thesis contains: 53 pages, 1 tables, 2 pictures, 20 references.

The purpose of the study: To identify the main psychological factors that influence the development of sexual identity and sexual behavior of adolescents, as well as to study their impact on the psychological well-being of the individual.

Objectives of the study:

1. To analyze the main scientific approaches to the problem of sexual identity and sexual behavior.
2. Identify psychological and social factors that influence their development in adolescence.
3. To conduct an empirical study of the peculiarities of the formation of sexual identity and sexual behavior among adolescents.
4. To provide recommendations for psychological support of adolescents in the process of formation of their sexual identity.

Object of study: Psychological aspects of the development of sexual identity and sexual behavior in adolescence.

Subject of the study: Psychological factors influencing the formation of sexual identity and sexual behavior of adolescents.

The practical significance of the work lies in the possibility of applying the results obtained in the work of practical psychologists, teachers and parents to create favorable conditions for the development of adolescents.

Keywords: sexual identity, adolescents, sexual behavior.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СТАТЕВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА СЕКСУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ.....	10
1.1. Поняття статевої ідентичності: психологічні та соціальні аспекти..	10
1.2. Основні теорії формування статевої ідентичності.....	14
1.3. Фактори, що впливають на розвиток сексуальної поведінки у підлітків.....	20
1.4. Психологічні особливості підліткового віку та їхній вплив на сексуальну поведінку.....	38
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1	27
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ РОЗВИТКУ СТАТЕВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА СЕКСУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ	30
2.1. Методи дослідження.....	30
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	34
2.3. Практичні рекомендації для розвитку сексуальної ідентичності та сексуальної адаптації для підлітків.....	
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2	41
ВИСНОВКИ.....	56
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	61
ДОДАТКИ.....	63

ВСТУП

Проблема формування статевої ідентичності та сексуальної поведінки підлітків є однією з найбільш актуальних у сучасній психології. Підлітковий вік – це період інтенсивного фізіологічного, емоційного та соціального розвитку, коли формується усвідомлення власної статевої приналежності та відбувається становлення сексуальної поведінки. У цей час підлітки стикаються з низкою психологічних і соціокультурних викликів, які можуть як сприяти гармонійному розвитку особистості, так і створювати труднощі в самовизначенні.

Важливим чинником є зміна соціокультурного контексту, в якому відбувається розвиток статевої ідентичності підлітків. Глобалізація, поширення інформаційних технологій, популяризація різних гендерних моделей і зміна традиційних уявлень про статеві ролі впливають на сприйняття підлітками власної статевої ідентичності. Соціальні мережі та медіа надають широкий спектр інформації про сексуальність, яка не завжди відповідає віковим особливостям підлітків, що може впливати на формування їхніх уявлень про себе, свої стосунки та сексуальну поведінку.

Не менш важливим є вплив сімейного виховання, оскільки саме в родині формуються базові уявлення про гендерні ролі, стосунки між чоловіками та жінками, а також соціально прийнятну сексуальну поведінку. Недостатня увага з боку батьків, їхні застарілі стереотипи або, навпаки, надмірний тиск можуть спричинити внутрішні конфлікти, тривожність, знижену самооцінку та навіть девіантні форми сексуальної поведінки.

Крім того, варто зазначити, що в сучасному суспільстві відзначається зростання психоемоційних труднощів серед підлітків, пов'язаних із їхньою статевою ідентичністю. Це може проявлятися у формі гендерної дисфорії, тривожних розладів, депресивних станів або соціальної ізоляції. У зв'язку з цим дослідження психологічних чинників, які впливають на формування статевої ідентичності та сексуальної поведінки, є вкрай важливим для розробки ефективних психолого-педагогічних підходів до підтримки підлітків у період їхнього становлення.

Таким чином, вивчення цієї проблематики дозволить не лише глибше зрозуміти механізми розвитку статевої ідентичності, а й сприятиме розробці рекомендацій для батьків, педагогів і психологів щодо створення сприятливого середовища для гармонійного розвитку підлітків.

Мета дослідження: Визначити основні психологічні чинники, що впливають на розвиток статевої ідентичності та сексуальної поведінки підлітків, а також дослідити їхній вплив на психологічне благополуччя особистості.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати основні наукові підходи до проблеми статевої ідентичності та сексуальної поведінки.
2. Визначити психологічні та соціальні чинники, що впливають на їхній розвиток у підлітковому віці.
3. Провести емпіричне дослідження особливостей формування статевої ідентичності та сексуальної поведінки серед підлітків.
4. Надати рекомендації щодо психологічного супроводу підлітків у процесі становлення їхньої статевої ідентичності.

Об'єкт дослідження: Психологічні аспекти розвитку статевої ідентичності та сексуальної поведінки в підлітковому віці.

Предмет дослідження: Психологічні чинники, що впливають на формування статевої ідентичності та сексуальної поведінки підлітків.

Методи дослідження: Для досягнення поставленої мети будуть використані теоретичні та емпіричні методи (Методика «Маскуліність – фемінність» (С.Бем), Методика «Індекс сексуальної соціалізації» (І.С. Кон)), зокрема аналіз наукової літератури, анкетування, психологічне тестування та методи статистичної обробки даних.

База дослідження: Приватний ліцей «Харківський колегіум» Харківський області

Характеристика вибірки: підлітки віком від 14 до 17 років.

Наукова новизна та практичне значення дослідження: Дослідження дозволить виявити основні чинники, що впливають на формування статевої

ідентичності у сучасних підлітків, а також визначити можливі ризики, пов'язані з відхиленнями у сексуальній поведінці. Практичне значення роботи полягає у можливості застосування отриманих результатів у роботі практичних психологів, педагогів та батьків для створення сприятливих умов розвитку підлітків.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СТАТЕВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА СЕКСУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

1.1. Поняття статевої ідентичності: психологічні та соціальні аспекти

Статева ідентичність – це усвідомлення людиною своєї належності до певної статі (чоловічої або жіночої), а також прийняття відповідних соціальних ролей, норм і очікувань, пов'язаних зі статтю. Це один із ключових аспектів особистісного розвитку, який формується під впливом біологічних, психологічних і соціокультурних факторів[1].

Формування статевої ідентичності відбувається у процесі взаємодії біологічних, психологічних і соціальних чинників, що зумовлюють її унікальність у кожної особистості.

Розвиток статевої ідентичності починається ще в ранньому дитинстві, коли дитина усвідомлює свою стать і починає засвоювати відповідні поведінкові моделі. На перших етапах формування статевої ідентичності дитина ототожнює себе з певною статтю, орієнтуючись на зовнішні ознаки (одяг, зачіску, іграшки тощо). Згодом це усвідомлення стає глибшим, і дитина починає розуміти сталість своєї статі, незалежно від зовнішніх обставин.

Одним із ключових психологічних аспектів формування статевої ідентичності є процес гендерної соціалізації, що відбувається під впливом оточуючого середовища. Першим і найважливішим агентом соціалізації є сім'я, яка визначає базові уявлення про чоловічі та жіночі ролі. Батьки, свідомо чи несвідомо, закладають у дітей певні гендерні очікування: хлопчиків заохочують бути сильними, незалежними, ініціативними, тоді як дівчаток – ніжними, турботливими та емоційними.

Окрім сім'ї, значну роль у формуванні статевої ідентичності відіграє суспільство. Школа, однолітки, засоби масової інформації, соціальні мережі – всі ці фактори впливають на те, як людина сприймає власну гендерну роль і наскільки вона відповідає загальноприйнятим нормам. Особливо важливим у сучасному світі є вплив медіа, яке транслює певні уявлення про маскулінність і фемінність, створюючи стандартизовані образи чоловіків і жінок.

З психологічної точки зору, статева ідентичність є одним із центральних компонентів самосвідомості особистості. Вона визначає спосіб взаємодії людини з соціумом, її самооцінку, поведінку у міжособистісних стосунках. Формування статевої ідентичності може супроводжуватися внутрішніми конфліктами, особливо якщо соціальні очікування суперечать індивідуальному сприйняттю себе. У підлітковому віці ці конфлікти можуть посилюватися через кризу самоідентифікації, що є характерною для цього періоду розвитку.

Соціальні аспекти статевої ідентичності включають гендерні ролі, які встановлюються у суспільстві, культурні норми та традиції, які визначають поведінкові моделі чоловіків і жінок. У різних культурах існують свої уявлення про те, які риси повинні бути притаманні представникам тієї чи іншої статі. Наприклад, у традиційних суспільствах чоловіки зазвичай асоціюються з лідерством, фізичною силою та незалежністю, тоді як жінки – з ніжністю, емоційністю та турботою про сім'ю.

Однак у сучасному світі гендерні ролі змінюються, і все більше людей усвідомлюють, що маскулінність і фемінність не є жорстко визначеними категоріями. Згідно з теорією Сандри Бем, існує не лише традиційний розподіл на маскулінні та фемінні риси, але й андрогінність – поєднання якостей, характерних для обох статей. Це означає, що людина може бути водночас рішучою та емоційною, сильною та чутливою, незалежно від її біологічної статі.

Таким чином, статева ідентичність є складним психологічним та соціальним феноменом, що формується протягом усього життя людини. Вона визначає не лише самовідчуття особистості, але й її соціальні зв'язки, життєві орієнтації, моделі поведінки. Вивчення цього питання є надзвичайно важливим

для розуміння механізмів становлення особистості та створення сприятливих умов для її гармонійного розвитку.

Статева ідентичність є однією з фундаментальних характеристик особистості, що формується протягом життя людини під впливом біологічних, психологічних та соціальних факторів. Це усвідомлення своєї статевої приналежності, прийняття відповідних гендерних ролей, а також суб'єктивне ставлення до власної статі.

З моменту народження кожна людина має певний біологічний набір статевих ознак, які визначають її приналежність до чоловічої або жіночої статі. Основними біологічними чинниками є:

- Генетичні особливості (XX або XY хромосоми, які впливають на розвиток первинних і вторинних статевих ознак).
- Гормональний вплив (рівень тестостерону та естрогену, які визначають особливості фізіологічного розвитку).
- Нейропсихологічні особливості (відмінності у функціонуванні головного мозку чоловіків і жінок, що можуть впливати на поведінку, емоційне сприйняття, когнітивні здібності).

Проте варто зазначити, що біологічний фактор не є визначальним, оскільки процес формування статевої ідентичності значною мірою залежить від соціалізації.

Згідно з психологічними теоріями розвитку особистості, формування статевої ідентичності відбувається через кілька етапів:

1. Раннє дитинство (до 3 років) – дитина усвідомлює свою стать, починає ідентифікувати себе як хлопчика або дівчинку.
2. Дошкільний вік (4-6 років) – з'являється усвідомлення стабільності статі, дитина засвоює соціальні стереотипи щодо гендерних ролей.
3. Молодший шкільний вік (7-12 років) – відбувається активне закріплення статево-рольової поведінки, дитина починає сприймати себе через призму соціальних очікувань.

4. Підлітковий вік (12-18 років) – критичний період, у якому відбувається остаточне усвідомлення статевої ідентичності, формуються індивідуальні погляди на гендерні ролі, сексуальність, міжособистісні стосунки.

На цьому етапі можуть виникати внутрішні конфлікти, пов'язані з очікуваннями суспільства, впливом соціального оточення та особистими переживаннями.

Важливу роль у формуванні статевої ідентичності відіграють соціальні фактори:

- Сім'я – перше джерело гендерної соціалізації. Саме в родині діти засвоюють перші уявлення про чоловічі та жіночі ролі.
- Школа та однолітки – дитина навчається соціальним нормам, формує свої погляди на статеву приналежність, стикається з гендерними очікуваннями.
- Медіа та соціальні мережі – у сучасному світі медіапростір відіграє значну роль у трансляції гендерних стереотипів, що впливає на самооцінку, поведінку та очікування підлітків.
- Культурні та релігійні традиції – у різних суспільствах існують свої уявлення про те, якими мають бути чоловіки й жінки, які поведінкові моделі для них прийнятні.

Сучасний підхід до гендерних досліджень демонструє, що традиційні уявлення про статеві ролі змінюються. Зокрема, дедалі частіше говорять про андрогінність – поєднання маскулінних та фемінних якостей в одній особистості. Це свідчить про гнучкість статевої ідентичності, яка може змінюватися залежно від соціального контексту та індивідуальних особливостей людини.

Гармонійне прийняття власної статевої ідентичності є важливим для психологічного здоров'я людини. Відсутність впевненості у своїй гендерній приналежності або внутрішній конфлікт із соціальними очікуваннями може призводити до таких наслідків:

- Психологічна нестабільність (тривожність, депресія, зниження самооцінки).

- Соціальні труднощі (відчуженість, конфлікти з однолітками, проблеми у взаємодії з соціумом).
- Порушення сексуальної ідентичності (сумніви щодо своєї статі, страх перед власною сексуальністю).

Для запобігання таким проблемам важливо, щоб соціальне оточення було підтримувальним, а процес становлення статевої ідентичності відбувався у сприятливих умовах.

Статева ідентичність – це не лише біологічно обумовлена характеристика, а й складний психологічний і соціальний феномен, що формується під впливом багатьох чинників. Вона визначає не лише поведінку особистості, але й її ставлення до себе, соціальні зв'язки, світогляд. У сучасному світі змінюються уявлення про гендерні ролі, що дає змогу людям вільніше самовиражатися і будувати свою ідентичність відповідно до особистих переконань, а не лише соціальних очікувань.

1.2. Основні теорії формування статевої ідентичності

Психоаналітична теорія статевої ідентичності, розроблена Зигмундом Фройдом, є однією з ключових концепцій у розумінні процесу формування гендерних ролей і статевої самосвідомості. Центральне місце в цій теорії займають поняття ідентифікації з батьками та проходження певних психосексуальних стадій розвитку.

Основні положення: Фройд вважав, що процес формування статевої ідентичності відбувається в ранньому дитинстві, переважно у віці від 3 до 6 років, у період, який він називав фалічною стадією психосексуального розвитку. Саме в цей період діти переживають так звані Едіпів комплекс (у хлопчиків) та комплекс Електри (у дівчаток).

Едіпів комплекс: У хлопчиків виникає сильна прихильність до матері та відчуття суперництва з батьком. Вони несвідомо сприймають батька як суперника за увагу та любов матері. Однак водночас хлопчики бояться

покарання з боку батька, що Фройд називав страхом кастрації. Для подолання цих внутрішніх конфліктів хлопчики поступово починають ідентифікувати себе з батьком, переймаючи його риси поведінки, цінності та соціальні ролі. Таким чином, відбувається формування чоловічої статевої ідентичності.

Комплекс Електри: Дівчатка, у свою чергу, відчують сильний зв'язок із батьком і сприймають матір як суперницю. За Фройдом, дівчатка переживають так звану "заздрість до пеніса", вважаючи, що їхньої анатомії бракує чогось важливого. У процесі розвитку вони поступово ідентифікують себе з матір'ю, переймаючи її поведінкові моделі та соціальні ролі, що сприяє формуванню жіночої статевої ідентичності.

Фройд стверджував, що завершення цих процесів є важливим етапом психічного розвитку, оскільки саме через ідентифікацію з батьками діти засвоюють гендерні ролі та норми, прийняті у суспільстві. Невирішені конфлікти на цьому етапі можуть призвести до різноманітних психологічних труднощів у дорослому житті.

Таким чином, психоаналітична теорія Фрейда підкреслює значення ранніх дитячих переживань і стосунків із батьками у формуванні статевої ідентичності, надаючи глибоке розуміння внутрішніх механізмів становлення особистості.

Теорія соціального навчання (Альберт Бандура) Основна ідея: Статева ідентичність формується через наслідування поведінки дорослих та соціальне підкріплення.

Теорія соціального навчання Альберта Бандури підкреслює важливість спостереження та імітації як основних механізмів формування статевої ідентичності. Діти уважно стежать за поведінкою дорослих і однолітків, копіюючи моделі поведінки, які вони бачать у своєму оточенні.

Соціальне підкріплення відіграє ключову роль у цьому процесі. Коли дитина отримує схвалення за певну поведінку, що відповідає гендерним очікуванням, ця поведінка закріплюється. Наприклад, хлопчика можуть хвалити за прояви сили чи незалежності, а дівчинку — за ніжність чи турботливість.

Навпаки, несхвалення чи покарання за "неправильну" з точки зору суспільства поведінку може стримувати прояви небажаних моделей.

Окрім безпосереднього спостереження за дорослими, значний вплив на формування гендерних ролей мають медіа, казки, іграшки та одяг. Вони створюють образи та моделі поведінки, які діти сприймають як норми та прагнуть наслідувати.

Таким чином, за Бандурою, статева ідентичність формується в процесі соціального навчання, де спостереження за поведінкою інших, наслідування та соціальне підкріплення відіграють вирішальну роль.

Когнітивно-розвиткова теорія (Лоуренс Колберг) Основна ідея: Статева ідентичність формується через активне осмислення власного досвіду та розуміння статі як сталої категорії.

Основні стадії:

- Статева ідентичність (2-3 роки): На цій стадії дитина починає усвідомлювати свою стать, впізнаючи себе як хлопчика чи дівчинку. Це первинне розуміння базується на зовнішніх ознаках, таких як одяг чи зачіска.
- Статева стабільність (4-5 років): Дитина починає усвідомлювати, що стать є сталою ознакою, яка залишається незмінною упродовж часу. На цьому етапі вона розуміє, що хлопчики виростають у чоловіків, а дівчатка — у жінок.
- Статева константність (6-7 років): Це остаточне усвідомлення того, що стать не змінюється навіть при зміні зовнішніх атрибутів чи поведінки. Наприклад, якщо хлопчик одягне сукню чи пограється з ляльками, він все одно залишиться хлопчиком.

Колберг стверджував, що цей процес відбувається поступово, у міру розвитку когнітивних здібностей дитини. Саме через активне осмислення власного досвіду та взаємодію з навколишнім світом дитина формує стабільне уявлення про свою статеву належність. Таким чином, когнітивні процеси

відіграють ключову роль у становленні гендерної самосвідомості та розумінні незмінності статі попри зовнішні фактори чи соціальний контекст.

Гендерно-схемна теорія, розроблена психологинею Сандрою Бем, пояснює, як діти набувають гендерної ідентичності та формують уявлення про соціальні ролі через процес когнітивної організації. Основна теза цієї теорії полягає в тому, що діти сприймають світ через призму гендерних схем, які впливають на їхню поведінку, інтереси та самосприйняття.

Основні положення

1. Формування гендерних схем

- Діти з раннього віку засвоюють інформацію про стать через спостереження за оточенням, соціальні взаємодії та культурні норми.
- Гендерні схеми виступають когнітивними структурами, що організовують сприйняття й інтерпретацію інформації про поведінку, зовнішній вигляд і соціальні очікування щодо чоловіків і жінок.
- Такі схеми допомагають дітям класифікувати досвід відповідно до статі та формують їхні подальші очікування щодо своєї ролі у суспільстві.

2. Вплив гендерних стереотипів

- Культурні уявлення про гендерні ролі визначають, як саме дитина сприймає себе та інших.
- Наприклад, переконання, що «дівчата люблять рожевий колір», а «хлопчики грають у машинки», може обмежувати спектр можливих варіантів самовираження.
- Такі стереотипи впливають на ігри, вибір друзів, стиль одягу та навіть професійні устремління.

3. Андрогінність як альтернатива традиційним схемам

- Сандра Бем запропонувала ідею андрогінності – поєднання як маскулічних, так і фемінічних рис у поведінці людини.

- Особи з андрогінною ідентичністю більш гнучкі у своїх соціальних ролях і не піддаються жорстким гендерним обмеженням.

4. Андрогінні люди можуть краще адаптуватися до змінних життєвих обставин, використовуючи широкий спектр поведінкових моделей

Гендерно-схемна теорія пояснює механізми формування статевої ідентичності та вплив соціального середовища на розвиток дітей. Вона підкреслює важливість соціалізації та культурних норм у створенні гендерних ролей. Розуміння цієї теорії дозволяє критично оцінити вплив стереотипів на суспільство та сприяє формуванню більш гнучкого підходу до виховання дітей без жорсткого поділу на «чоловіче» і «жіноче».

Соціально-культурна теорія стверджує, що стать та гендер не є виключно біологічними чи психологічними характеристиками, а радше соціальними конструкціями, які змінюються залежно від історичного періоду, культурного контексту та суспільних норм. Ця теорія критикує традиційні уявлення про стать як фіксовану категорію та підкреслює роль дискурсу і влади у формуванні гендерної ідентичності.

Основні положення

1. Гендер як соціальний конструкт

- Мішель Фуко досліджував, як суспільство використовує механізми влади для встановлення та підтримки норм щодо сексуальності та гендеру. Він підкреслював, що категорії "чоловік" і "жінка" є результатом історичних процесів, а не природних фактів.
- Джудіт Батлер розвинула цю ідею, запропонувавши концепцію гендеру як "перформативного акту". Вона стверджувала, що гендер не є чимось вродженим, а створюється через повторювані дії, жести, мову та соціальні практики.

2. Історична змінюваність гендерних норм

- Поняття маскулінності та фемінності змінювалися залежно від часу та культури. Наприклад, у 18-му столітті рожевий колір вважався

"чоловічим", а блакитний – "жіночим", що суперечить сучасним уявленням.

- У різні історичні періоди суспільство приймало або, навпаки, засуджувало певні гендерні ідентичності та форми поведінки, що демонструє соціальну природу гендерних категорій.

3. Гендерна ідентичність та її варіативність

- Деякі люди не відчують себе виключно чоловіком або жінкою, а натомість ідентифікують себе як небінарні особи. Це ще раз підтверджує думку про те, що гендер – не біологічний, а соціально-конструйований феномен.
- У сучасному суспільстві все більше визнається можливість існування різноманітних гендерних ідентичностей, що кидало виклик традиційним уявленням про двоїсту (бінарну) систему статі.

4. Критика нормативності та влади

- Батлер наголошувала на тому, що гендерні норми нав'язуються суспільством через механізми влади, освіти, культуру та медіа.
- Вона також критикувала гетеронормативність – ідею про те, що гетеросексуальність є єдиною "нормальною" сексуальною орієнтацією.

Соціально-культурна теорія дозволяє зрозуміти, що наші уявлення про гендер формуються під впливом соціальних та культурних факторів. Це знання допомагає боротися зі стереотипами та дискримінацією, сприяючи більш інклюзивному суспільству, де кожна людина має право на власну ідентичність.

Формування статевої ідентичності – це складний процес, який залежить від багатьох факторів: біологічних, психологічних, соціальних та культурних. Різні теорії пропонують свої пояснення цього явища, кожна з яких робить внесок у розуміння гендерного розвитку людини.

1.3. Фактори, що впливають на розвиток сексуальної поведінки у підлітків

Сексуальна поведінка підлітків формується під впливом багатьох факторів, які можна поділити на кілька основних груп: біологічні, психологічні, соціальні, культурні, освітні та технологічні. Усі ці фактори взаємопов'язані і впливають на рішення підлітків щодо їхньої сексуальної активності, романтичних стосунків, усвідомлення власної сексуальної ідентичності та ставлення до сексуального здоров'я.

1. Біологічні фактори

Біологічний розвиток підлітка відіграє важливу роль у становленні його сексуальної поведінки.

- Гормональні зміни:
 - У період статевого дозрівання відбувається активне вироблення гормонів: тестостерону у хлопців та естрогену і прогестерону у дівчат.
 - Гормональні зміни викликають посилення сексуального потягу, впливають на поведінку та емоційний стан підлітків.
 - У деяких випадках гормональний дисбаланс може призводити до перепадів настрою, підвищеної імпульсивності та ризикованої сексуальної поведінки.
- Фізіологічні зміни:
 - Розвиток вторинних статевих ознак (ріст грудей у дівчат, збільшення м'язової маси у хлопців, зміна голосу, оволосіння тіла) сприяє усвідомленню власної сексуальності.
 - Підлітки починають порівнювати себе з однолітками, що може впливати на рівень їхньої самооцінки.
- Генетична схильність:
 - Дослідження показують, що сексуальна орієнтація може мати генетичний компонент, хоча на неї також впливають соціальні та психологічні чинники.

2. Психологічні фактори

- Рівень самооцінки та впевненість у собі:
 - Підлітки з високою самооцінкою зазвичай більш обачні у прийнятті рішень щодо сексуальної активності.
 - Низька самооцінка може сприяти імпульсивним вчинкам або підвищеній залежності від думки інших.
- Емоційна зрілість:
 - Деякі підлітки більш емоційно підготовлені до романтичних стосунків, тоді як інші можуть поводитися імпульсивно, не усвідомлюючи можливих наслідків.
- Психосексуальний розвиток:
 - Усвідомлення власної сексуальності та сексуальної орієнтації відбувається у кожного підлітка індивідуально.
 - Цей процес може супроводжуватися почуттям невизначеності, занепокоєння або навіть страху через соціальні упередження.

3. Соціальні фактори

- Сімейне виховання:
 - Відкриті та довірливі стосунки між батьками та дітьми допомагають підліткам краще розуміти питання сексуальної поведінки.
 - Надмірний контроль або табування теми сексу може призвести до відсутності необхідних знань та підвищеного ризику небажаної вагітності або інфекцій, що передаються статевим шляхом (ІПСШ).
- Вплив однолітків:
 - Груповий тиск може спонукати підлітків до ранньої сексуальної активності.
 - Друзі, які дотримуються більш відповідального підходу до сексуальних стосунків, можуть навпаки сприяти обачнішій поведінці.
- Рівень освіти та доступ до інформації:
 - Підлітки, які отримують якісну сексуальну освіту, частіше приймають обдумані рішення щодо своєї сексуальної поведінки.

- Відсутність достовірної інформації може призводити до міфів і хибних уявлень про сексуальне здоров'я.

4. Культурні та релігійні фактори

- Культурні норми та традиції:
 - У деяких культурах ранні шлюби та сексуальні стосунки є нормою, тоді як в інших заохочується утримання від сексу до шлюбу.
 - Гендерні ролі також впливають на сексуальну поведінку: дівчата можуть зазнавати більшого тиску щодо цнотливості, тоді як хлопців заохочують до активнішого сексуального життя.
- Релігійні переконання:
 - У багатьох релігійних традиціях секс до шлюбу вважається неприйнятним, що може впливати на рішення підлітків.
 - Однак строгі обмеження без відповідної освіти можуть призвести до браку знань про безпечний секс.

5. Вплив медіа та технологій

- Соціальні мережі та інтернет:
 - Доступ до інформації про секс став набагато простішим, але не вся ця інформація є достовірною.
 - Підлітки можуть отримувати спотворені уявлення про сексуальність через контент, що романтизує або спрощує сексуальні стосунки.
- Порнографія:
 - Багато підлітків знайомляться із сексуальністю через порнографію, яка часто формує нереалістичні очікування та викривлені уявлення про секс.
 - Надмірний перегляд порно може призвести до психологічних та поведінкових проблем у майбутньому.

6. Юридичні та економічні фактори

- Закони про вік згоди:
 - У різних країнах встановлений вік, з якого людина може офіційно вступати в сексуальні стосунки.

- Юридичні обмеження покликані захистити підлітків від сексуальної експлуатації.
- Економічне становище сім'ї:
 - Підлітки з економічно незабезпечених родин можуть бути більш вразливими до сексуальної експлуатації або ранньої вагітності.
 - Відсутність ресурсів для якісної освіти та медичної допомоги також впливає на сексуальне здоров'я.

Сексуальна поведінка підлітків формується під впливом складного комплексу факторів. Для того, щоб підлітки могли приймати усвідомлені рішення, їм необхідна достовірна інформація, підтримка батьків, здорове соціальне середовище та критичне ставлення до медіа-контенту.

1.4. Психологічні особливості підліткового віку та їхній вплив на сексуальну поведінку

Підлітковий вік — це період активного фізіологічного, психологічного та соціального розвитку, що супроводжується значними змінами в особистості, світогляді та поведінці. Одним із ключових аспектів цього періоду є формування сексуальної ідентичності та усвідомлення власної сексуальності.

Психологічні особливості підліткового віку безпосередньо впливають на сексуальну поведінку, оскільки в цей час відбувається емоційна нестабільність, розвиток самосвідомості, соціалізація та становлення особистісних цінностей.

1. Емоційна нестабільність та імпульсивність

Підлітковий вік супроводжується частими змінами настрою, підвищеною емоційністю та схильністю до імпульсивних вчинків. Це пов'язано з активною перебудовою гормональної системи, що впливає на рівень стресу та регуляцію емоцій. Вплив на сексуальну поведінку:

- Підлітки можуть приймати імпульсивні рішення щодо сексуальних контактів, не замислюючись про наслідки (незахищений секс, ризиковані стосунки).

- Емоційні потрясіння (конфлікти з батьками, проблеми в школі, розчарування в стосунках) можуть спонукати до пошуку емоційної підтримки через інтимні зв'язки.
- Низька стресостійкість може призводити до схильності піддаватися тиску однолітків.

2. Формування особистісної та гендерної ідентичності

У підлітковому віці активно розвивається самосвідомість, ідентичність та самооцінка. Підлітки починають визначати, хто вони є, яку роль займають у соціумі, та усвідомлюють власну сексуальність. Вплив на сексуальну поведінку:

- Підлітки експериментують із власною сексуальністю, що може включати як гетеросексуальні, так і гомосексуальні контакти.
- Можливе заперечення або, навпаки, підвищений інтерес до власної сексуальної орієнтації через соціальний тиск.
- Відчуття невизначеності щодо своєї сексуальної ідентичності може спричиняти стрес, тривогу або навіть депресію.

3. Потреба у визнанні та соціальному схваленні

Соціалізація відіграє ключову роль у підлітковому віці. Підлітки прагнуть схвалення від однолітків, хочуть бути «як усі» та бояться соціального відторгнення. Вплив на сексуальну поведінку:

- Може виникати тиск з боку однолітків щодо вступу в сексуальні стосунки раніше, ніж це бажано для самого підлітка.
- Прагнення бути популярним або привабливим може змушувати підлітків поводитися більш сексуально розкуто, навіть якщо вони внутрішньо не готові до цього.
- Використання соціальних мереж створює додатковий тиск, оскільки підлітки порівнюють себе з іншими, формуючи уявлення про те, якою має бути їхня сексуальна поведінка.

4. Пошук незалежності та протест проти авторитетів

Підлітки прагнуть самостійності у прийнятті рішень та інколи чинять спротив батьківському контролю. Вплив на сексуальну поведінку:

- Демонстрація незалежності може спонукати підлітків до сексуальної поведінки "на зло" батькам або суспільним нормам.
- Ігнорування правил безпечного сексу як форма протесту проти контролю дорослих.
- Вибір партнерів, які можуть не схвалюватися батьками, як спосіб самоствердження.

5. Низький рівень обізнаності про сексуальне здоров'я

Попри доступність інформації, багато підлітків мають спотворене уявлення про секс, контрацепцію та наслідки сексуальних контактів. Вплив на сексуальну поведінку:

- Використання ненадійних або шкідливих джерел інформації (порнофільми, чутки, неперевірені сайти).
- Недостатнє усвідомлення ризиків, таких як інфекції, що передаються статевим шляхом (ІПСШ), та незапланована вагітність.
- Підлітки можуть не знати, де отримати допомогу у разі проблем, пов'язаних із сексуальним життям.

6. Експериментування та прагнення до нового досвіду

Підлітковий вік характеризується високим рівнем допитливості та прагненням до експериментів у різних сферах життя, включно із сексуальною поведінкою. Вплив на сексуальну поведінку:

- Експериментування з власною сексуальністю та партнерськими відносинами без повного усвідомлення наслідків.
- Схильність до ризикованої поведінки через пошук гострих відчуттів (наприклад, випадкові зв'язки, незахищений секс).
- Вплив алкоголю та наркотиків, що може сприяти безвідповідальним сексуальним контактам.

Підлітковий вік є критичним періодом у формуванні сексуальної поведінки. Психологічні особливості цього періоду, такі як емоційна нестабільність, прагнення до самостійності, вплив однолітків та

експериментаторський характер, безпосередньо впливають на рішення, пов'язані із сексуальною активністю.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

Статева ідентичність є комплексним поняттям, що формується під впливом як біологічних, так і соціальних факторів. Психологічний аспект статевої ідентичності включає самосприйняття індивіда як представника певної статі та усвідомлення власної сексуальної ролі. Соціальний аспект визначає, як суспільні норми, культура, виховання та міжособистісні взаємини впливають на формування гендерної самосвідомості. Взаємодія цих аспектів зумовлює гнучкість статевої ідентичності, її варіативність та можливість зміни впродовж життя.

Сучасні наукові підходи до формування статевої ідентичності можна розділити на біологічні, когнітивні, соціальні та культурні теорії. Біологічні концепції наголошують на впливі гормонів та генетичних чинників, когнітивні – на процесах усвідомлення власної статі, соціально-когнітивні – на навчанні через соціалізацію, а культурні – на впливі традицій та суспільних норм. Такі дослідники, як Сандра Бем, Джудіт Батлер та Мішель Фуко, підкреслюють, що гендер є не лише біологічною, а й соціальною конструкцією, яка змінюється залежно від контексту.

Сексуальна поведінка підлітків формується під впливом низки біологічних, психологічних, соціальних і культурних факторів. Гормональні зміни, емоційна нестабільність, пошук власної ідентичності, вплив родини, однолітків, ЗМІ та рівень сексуальної освіти відіграють ключову роль у прийнятті рішень, пов'язаних із сексуальністю. Недостатня обізнаність про сексуальне здоров'я, тиск соціальних норм та брак емоційної підтримки можуть призводити до ризикованої поведінки. Важливим аспектом є формування відповідального ставлення до сексуальності через відкритий діалог, доступ до якісної інформації та психологічну підтримку.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ РОЗВИТКУ СТАТЕВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА СЕКСУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

2.1. Методи дослідження

Методики які використовувались під час дослідження:

1. Методика «Маскулінність – фемінність» Сандри Бем
2. Методика «Індекс сексуальної соціалізації» (І.С. Кон)
1. Методика «Маскулінність – фемінність» Сандри Бем

Методика «Маскулінність – фемінність» (Bem Sex-Role Inventory, BSRI) була розроблена американською психологинею Сандрою Бем у 1974 році. Вона дозволяє визначити, наскільки особистість схильна до традиційно чоловічих (маскулінних) або жіночих (фемінних) рис, а також чи має вона андрогінний тип статевої ідентичності, що поєднує в собі обидва компоненти.

Сандра Бем запропонувала, що гендерні риси – це не жорстко закріплені біологічні характеристики, а соціальні конструкти, які формуються під впливом культури. Вона також припустила, що поєднання маскулінних і фемінних рис (андрогінність) сприяє більшій психологічній гнучкості та адаптивності в суспільстві.

Тест містить 60 тверджень, які оцінюють три основні виміри:

1. Маскулінність (20 тверджень) – характеристики, які традиційно вважаються «чоловічими» (наприклад, незалежність, сміливість, рішучість, лідерство).
2. Фемінність (20 тверджень) – риси, які суспільство відносить до «жіночих» (наприклад, ніжність, співпереживання, емоційність, доброзичливість).
3. Нейтральні риси (20 тверджень) – характеристики, які не прив'язані до певної статі (наприклад, чесність, логічне мислення, ввічливість).

Респонденту пропонується оцінити кожне твердження за семибальною шкалою (від 1 – «зовсім не схоже на мене» до 7 – «дуже схоже на мене»).

За підсумками оцінювання учасник може бути віднесений до одного з чотирьох типів:

1. Маскулінний тип – високі показники за маскулінними рисами та низькі за фемінними.
2. Фемінний тип – високі показники за фемінними рисами та низькі за маскулінними.
3. Андрогінний тип – високі показники за обома шкалами (поєднання чоловічих і жіночих якостей).
4. Недиференційований тип – низькі показники як за маскулінними, так і за фемінними рисами.

Інтерпретація результатів:

Андрогінні особистості демонструють високу гнучкість у поведінці та можуть ефективно адаптуватися до різних соціальних ролей. Маскулінні та фемінні особистості зазвичай дотримуються традиційних гендерних ролей. Недиференційовані особистості можуть мати труднощі в соціальних взаємодіях через відсутність яскраво виражених поведінкових моделей.

2. Методика «Індекс сексуальної соціалізації» (І.С. Кон)

Методика «Індекс сексуальної соціалізації» (ІСС) була розроблена радянським та російським соціологом і сексологом Ігорем Семеновичем Коном. Вона використовується для оцінки ступеня сексуальної соціалізації особистості, тобто процесу засвоєння норм, цінностей і моделей поведінки, пов'язаних із сексуальністю.

І.С. Кон вважав, що сексуальність не є лише біологічно зумовленою, а формується під впливом культурних, соціальних і психологічних факторів. Методика дозволяє визначити рівень сексуальної соціалізації, оцінюючи інформованість, установки та поведінкові аспекти сексуальності.

Методика включає ряд тверджень або питань, на які респонденти дають відповіді, що дозволяє оцінити їхній рівень сексуальної соціалізації. Вона спрямована на дослідження таких аспектів:

1. Обізнаність у сфері сексуальності – наскільки людина знайома з біологічними, соціальними та психологічними аспектами сексуальності.
2. Установки щодо сексу – особисті переконання про секс, сексуальні норми та моральні орієнтири.
3. Сексуальна поведінка – власний досвід сексуальних стосунків, романтичних взаємин та рівень сексуальної активності.
4. Вплив соціального середовища – роль сім'ї, друзів, освіти та культури у формуванні сексуальної поведінки.

За результатами тестування респонденти можуть бути віднесені до певного рівня сексуальної соціалізації:

Низький рівень сексуальної соціалізації – слабка поінформованість, високий рівень сором'язливості або табування сексуальності.

Середній рівень – адекватна інформованість, усвідомлення норм і правил сексуальної поведінки, проте можливе часткове впливання на особистість традиційних або суперечливих уявлень.

Високий рівень сексуальної соціалізації – усвідомлене та зріле ставлення до сексуальності, знання, що базуються на наукових даних і практичному досвіді, гнучкість у сприйнятті гендерних та сексуальних норм.

Методика «Індекс сексуальної соціалізації» І.С. Кона є цінним інструментом для дослідження сексуальної культури суспільства та індивідуальних особливостей сексуальної поведінки. Вона допомагає зрозуміти, як різні фактори впливають на формування сексуальної свідомості людини та які аспекти сексуальної освіти потребують покращення.

2.2. Аналіз результатів

Спочатку розглянемо результати методи за Сандрою Бем «Маскуліність-фемінність».

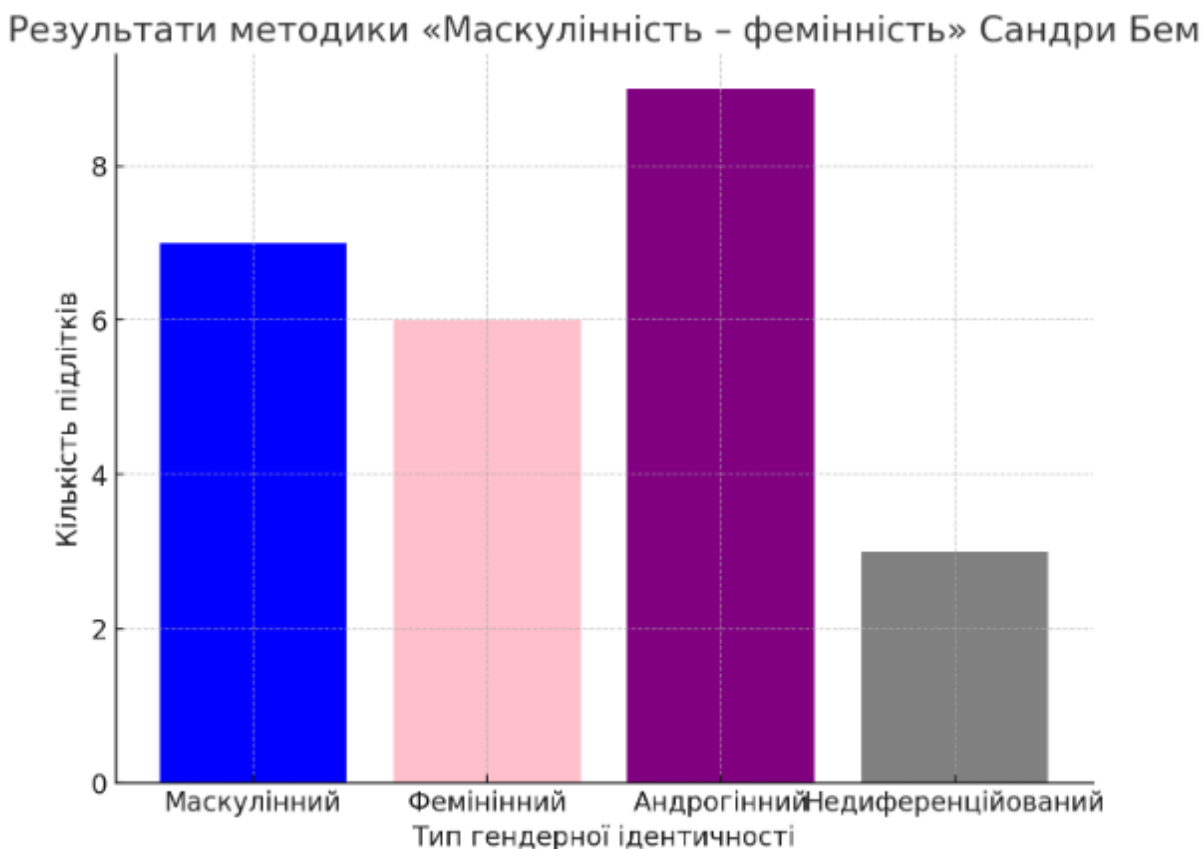


Рис 2.1.- Результати методики «Маскуліність-фемінність»

Методика «Маскуліність – фемінність» С. Бем має на меті виявити тип гендерної ідентичності людини: маскулінний, фемінінний, андрогінний або недиференційований. Дослідження, проведене на 25 підлітках (віком 13–17 років), дало змогу побачити, як сучасні підлітки сприймають і виражають гендерні ролі.

1. Андрогінний тип (36%) – 9 підлітків

Андрогінний тип ідентичності є найбільш поширеним серед учасників дослідження, що вказує на високий рівень психологічної гнучкості та гармонійного поєднання маскулінних і фемінних рис. Особи цього типу демонструють баланс між традиційно чоловічими та жіночими якостями, що

дозволяє їм краще адаптуватися до різних життєвих ситуацій, не відчуваючи внутрішнього конфлікту через соціальні очікування щодо поведінки.

Однією з ключових особливостей цього типу є гнучкість у поведінці. Андрогінні підлітки можуть легко змінювати свою манеру спілкування, стиль взаємодії з іншими та реакцію на певні події залежно від контексту. Вони вміють проявляти силу, рішучість і впевненість у ситуаціях, коли це необхідно, але водночас не соромляться виявляти емоції, проявляти турботу та емпатію.

Завдяки поєднанню маскулінних і фемінних рис такі підлітки легко адаптуються до нових соціальних ролей. Вони можуть успішно взаємодіяти як у традиційно «чоловічих», так і в традиційно «жіночих» сферах діяльності. Наприклад, вони можуть бути лідерами у команді, демонструючи силу та організаторські здібності, або ж навпаки – проявляти емоційну підтримку та уважність до потреб інших.

Оскільки андрогінний тип особистості дозволяє зберігати рівновагу між різними аспектами поведінки, він вважається найстабільнішим і найгармонійнішим у психології. Це забезпечує збалансованість реакцій у складних або нових ситуаціях, знижує рівень стресу та сприяє формуванню позитивної самооцінки.

Андрогінні підлітки мають високий рівень комунікативних навичок, що дозволяє їм легко знаходити спільну мову з представниками різних соціальних груп. Вони не обмежують себе гендерними стереотипами, що дає змогу ефективно будувати як дружні, так і романтичні стосунки на основі взаєморозуміння та підтримки.

Ще однією важливою характеристикою цього типу є емоційний інтелект. Особи з андрогінним типом ідентичності добре розпізнають емоції інших, що робить їх чуйними співрозмовниками. Це допомагає їм не тільки уникати конфліктів, а й ефективно їх вирішувати, використовуючи дипломатію та емпатію.

Попри численні переваги, андрогінний тип особистості може стикатися з певними викликами. У деяких суспільствах або консервативних середовищах

можуть існувати упередження щодо осіб, які не вписуються у традиційні гендерні ролі. Крім того, надмірна адаптивність інколи може призводити до того, що андрогінні підлітки можуть занадто сильно підлаштовуватися під інших, забуваючи про власні потреби.

Андрогінний тип ідентичності є найбільш адаптивним і стабільним, оскільки поєднує у собі переваги маскулінності та фемінності. Особи цього типу легко пристосовуються до змін, демонструють високий рівень комунікативних навичок та емоційного інтелекту, а також мають стійку самооцінку. Їхня здатність бути гнучкими у поведінці та висловлювати як силу, так і емпатію робить їх успішними у соціальній взаємодії та допомагає уникати конфліктів.

2. Маскулінний тип (28%) – 7 підлітків

Маскулінний тип ідентичності характеризується домінуванням рис, які традиційно асоціюються з чоловічою поведінкою. Це такі якості, як рішучість, конкурентність, схильність до лідерства, а також низький рівень емоційної відкритості. Особи з цим типом ідентичності часто прагнуть самоствердитися, продемонструвати силу характеру та незалежність.

Основними особливостями підлітків із маскулінним типом ідентичності є:

- Рішучість – вони швидко приймають рішення, проявляють впевненість у своїх діях та не схильні до сумнівів.
- Конкурентність – їм важливо бути кращими за інших у навчанні, спорті чи соціальних взаємодіях.
- Схильність до лідерства – вони часто займають домінуючу позицію у групах, прагнуть контролювати ситуацію та впливати на інших.
- Низький рівень емоційної відкритості – рідко висловлюють свої переживання та можуть уникати емоційних розмов.

Цей тип ідентичності часто зустрічається серед підлітків, які хочуть підкреслити свою незалежність, відстояти особисті межі або здобути авторитет серед однолітків.

Маскулінні підлітки добре адаптуються у середовищі, де важливі конкуренція та прагнення до успіху. Вони можуть бути успішними у спорті,

бізнесі, лідерських позиціях. Водночас їм може бути складно у ситуаціях, де потрібна емоційна чуйність та взаєморозуміння, оскільки низький рівень емоційної відкритості ускладнює глибокі міжособистісні контакти.

Їхній стиль спілкування зазвичай прямолінійний, інколи навіть різкий, що може призводити до конфліктів. Важливо, щоб прагнення до самоствердження не перетворювалося на жорсткість у спілкуванні та домінування над іншими.

Попри численні сильні сторони, маскулінний тип особистості може зіткнутися з труднощами у взаємодії з людьми. Оскільки вони рідко відкрито говорять про свої почуття, це може призводити до емоційного напруження та проблем у стосунках. Крім того, їхня схильність до домінування та контроль над ситуацією може сприйматися іншими як надмірна жорсткість або авторитарність.

Якщо маскулінні підлітки не навчаться керувати своїми емоціями та враховувати почуття інших, вони можуть стикатися з труднощами у командній роботі, романтичних відносинах або дружбі.

Маскулінний тип ідентичності є характерним для підлітків, які прагнуть до самоствердження, лідерства та незалежності. Вони демонструють високу рішучість, впевненість та конкурентність, проте можуть мати труднощі у вираженні емоцій та встановленні довірливих відносин. Для досягнення гармонійного розвитку важливо поєднувати прагнення до успіху з навичками емоційної чутливості та взаєморозуміння.

3. Фемінінний тип (24%) – 6 підлітків

Фемінінний тип ідентичності характеризується високою чутливістю до емоційного стану оточуючих, прагненням до гармонії у стосунках та природною схильністю до турботи про інших. Це особистості, які демонструють доброзичливість, співчуття та розвинену емпатію, що робить їх важливими учасниками соціальних взаємодій.

Основними рисами, притаманними підліткам із фемінінним типом ідентичності, є:

- Турбота про інших – вони природно відчувають відповідальність за благополуччя близьких, часто підтримують друзів у складних ситуаціях.
- Висока чутливість до емоційного фону – вміють розпізнавати настрій оточуючих, легко помічають зміни у поведінці людей.
- Співчуття та доброзичливість – прагнуть уникати конфліктів, часто виступають у ролі посередників у суперечках.
- Схильність до творчих занять – знаходять способи виразити себе через мистецтво, літературу, музику або інші форми самовираження.

Такі підлітки є емоційно чуйними, що дозволяє їм будувати міцні міжособистісні зв'язки, базовані на взаєморозумінні та довірі.

Фемінінні підлітки мають високу соціальну компетентність завдяки здатності знаходити компроміси та підтримувати емоційну рівновагу у групах. Вони добре інтегруються в соціальні структури, орієнтовані на співпрацю, командну роботу та взаємодопомогу.

Їхня природна схильність до емпатії робить їх чудовими посередниками у конфліктах. Вони не прагнуть домінувати у суперечках, а натомість шукають рішення, які будуть вигідні всім сторонам.

Фемінінний тип ідентичності також пов'язаний із схильністю до допомоги іншим. Вони можуть брати активну участь у волонтерській діяльності, займатися підтримкою друзів або працювати у сферах, що вимагають високого рівня чуйності (психологія, педагогіка, медицина).

Попри численні позитивні риси, фемінінні підлітки можуть стикатися з певними труднощами:

- Схильність до емоційного виснаження – через постійне співчуття та підтримку інших вони можуть забувати про власні потреби.
- Страх конфліктів – прагнення до гармонії може змушувати їх уникати висловлення власної думки у суперечливих ситуаціях.
- Невпевненість у собі – у суспільстві, яке іноді більше цінує силу та рішучість, фемінінні підлітки можуть почуватися недостатньо компетентними або неоціненими.

У сучасному світі фемінність розглядається не як слабкість, а як важливий ресурс для емпатійного лідерства. Особи з високим рівнем емоційного інтелекту здатні будувати ефективні команди, враховувати потреби всіх учасників процесу та знаходити оптимальні рішення у складних ситуаціях.

Фемінінні підлітки можуть бути успішними лідерами у сферах, де потрібна співпраця, дипломатія та чутливість до настроїв колективу. Їхня здатність до тонкого розуміння емоцій інших дозволяє їм впливати на групові процеси не через силу, а через взаємну довіру та підтримку.

Фемінінний тип ідентичності є важливим для формування гармонійного суспільства, де цінуються доброзичливість, підтримка та співчуття. Особи цього типу демонструють високу емоційну чутливість, соціальну компетентність та схильність до допомоги іншим. Попри ризики емоційного виснаження та страху перед конфліктами, фемінність є потужним ресурсом для емпатійного лідерства, що дозволяє ефективно будувати міжособистісні стосунки та сприяти соціальній гармонії.

4. Недиференційований тип (12%) – 3 підлітки

Недиференційований тип ідентичності характеризується низькою вираженістю як маскулінних, так і фемінінних рис. Це означає, що підлітки цього типу можуть не проявляти чітко виражених рис, характерних для традиційно чоловічої чи жіночої поведінки. Вони можуть почуватися невизначеними у питаннях соціальної адаптації, що впливає на їхню самооцінку та взаємодію з іншими.

Характеристики недиференційованого типу

- Менша впевненість у своїх діях – такі підлітки можуть часто сумніватися у своїх рішеннях, відчувати труднощі у прийнятті рішень та схильні до залежності від думки інших.
- Уникнення прояву ініціативи або активного самовираження – через відсутність яскраво виражених лідерських чи емпатійних рис вони можуть залишатися в тіні у соціальних групах.

- Труднощі у визначенні себе в соціальних ролях – їм важче адаптуватися до певних очікувань суспільства або знайти комфортний для себе стиль взаємодії.

Ці характеристики можуть робити соціальні контакти менш комфортними, а також спричиняти внутрішні сумніви щодо власної особистості та цінності у суспільстві.

Оскільки у підлітків із недиференційованим типом не сформовані яскраво виражені поведінкові стратегії, їм може бути складніше знаходити своє місце у соціальному середовищі. Вони можуть уникати ситуацій, які вимагають активного самовираження або відповідальності, через страх зробити помилку або отримати негативну оцінку.

У взаємодії з однолітками такі підлітки часто займають нейтральну позицію, намагаючись уникати конфліктів. Вони можуть легко піддаватися впливу інших, оскільки їм бракує внутрішньої впевненості та чітко сформованих уявлень про власні цінності.

Через недостатню впевненість та відсутність чіткої самоідентифікації підлітки з недиференційованим типом можуть стикатися з труднощами у навчанні, кар'єрному самовизначенні та побудові соціальних контактів. Вони можуть:

- Відчувати соціальну ізоляцію, оскільки їм важко знаходити спільну мову з активнішими або впевненішими однолітками.
- Піддаватися соціальному тиску, оскільки їм складно відстоювати власну думку.
- Стикатися з низькою самооцінкою, особливо якщо їх порівнюють з більш впевненими однолітками.

Якщо такі підлітки не отримують належної підтримки, вони можуть переживати внутрішні конфлікти та навіть схильність до тривожних або депресивних станів.

Недиференційований тип ідентичності може бути пов'язаний із труднощами у самоусвідомленні, що може ускладнювати соціальну адаптацію та взаємодію з

іншими. Такі підлітки потребують додаткової підтримки у формуванні впевненості, розвитку самостійності та усвідомленні власних сильних сторін. Надання позитивного досвіду, рольових моделей та можливостей для самовираження сприятиме гармонійному розвитку особистості та підвищенню рівня самооцінки.

Андрогінність — це ознака психологічної зрілості. Вона дозволяє поєднувати силу та м'якість, гнучко реагувати на життєві ситуації. Сучасна молодь не мислить категоріями “чоловіче/жіноче” так жорстко, як це було раніше. Це відкриває більше простору для самовираження та розвитку особистості. Психологам, педагогам і батькам варто підтримувати індивідуальність підлітків, не нав'язуючи їм стереотипних гендерних очікувань.

Домінування андрогінного типу (36%) свідчить про поступовий відхід молоді від традиційних гендерних стереотипів. Збалансований розподіл маскулінних і фемінінних типів (28% і 24%) відображає різноманітність у соціальному розвитку підлітків. 12% недиференційованих — сигнал для психологічного супроводу, який може допомогти у формуванні стабільної самооцінки та ідентичності.

Далі розглянемо результати методики «ІСС» І.С.Кона.

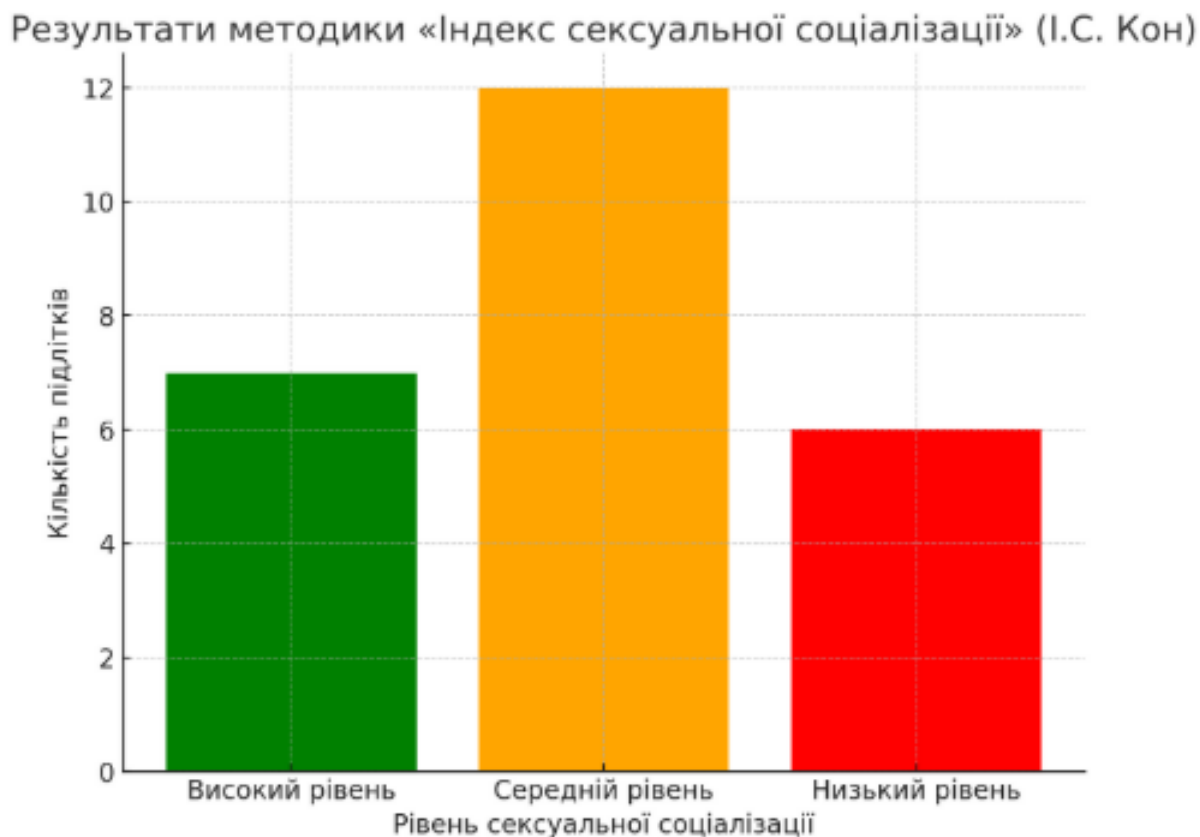


Рис 2.2. – Рівень сексуальної соціалізації

Методика «Індекс сексуальної соціалізації» І.С. Кона дозволяє оцінити рівень сексуальної соціалізації підлітків, визначити їхні знання, установки та ставлення до сексуальності, інтимних стосунків, особистих кордонів і репродуктивного здоров'я. Дослідження проведене на 25 підлітках віком 14–17 років показало, що 28% респондентів мають високий рівень сексуальної соціалізації, 48% – середній, а 24% – низький.

Підлітки з високим рівнем сексуальної соціалізації добре обізнані щодо сексуального здоров'я, контрацепції та безпечної поведінки. Вони мають усвідомлене ставлення до сексуальності, відкрито обговорюють інтимні теми, поважають особисті кордони та можуть аналізувати інформацію, відрізняючи наукові факти від міфів. Такі підлітки зазвичай виростають у родинах, де немає табу на обговорення статевих питань, мають доступ до якісної інформації та

підтримку дорослих. Проте, незважаючи на високу обізнаність, іноді вони можуть надмірно покладатися на свої знання та ігнорувати певні ризики.

Найбільшу групу складають підлітки із середнім рівнем сексуальної соціалізації. Вони мають загальне уявлення про інтимні теми, проте їхні знання можуть бути фрагментарними або базуватися на ненадійних джерелах (однолітки, інтернет). Такі підлітки не завжди можуть відкрито обговорювати питання сексуальності через сором'язливість або невпевненість. Часто вони усвідомлюють важливість безпечної сексуальної поведінки, але не завжди дотримуються її через недостатнє розуміння наслідків. Основні причини середнього рівня соціалізації – недостатня статева освіта в школі та обмежене обговорення цих тем у сім'ї. Ризиком для цієї групи є поширення міфів та хибних уявлень про сексуальність, що може призводити до помилкових рішень у майбутньому.

Підлітки з низьким рівнем сексуальної соціалізації мають значні прогалини у знаннях або взагалі не поінформовані про сексуальне здоров'я. Вони можуть відчувати страх чи сором у розмовах на інтимні теми, а також мати стереотипні або негативні установки щодо сексуальності. У таких підлітків може бути викривлене сприйняття особистих кордонів і незнання основ безпечної поведінки у стосунках. Причинами низького рівня є виховання в консервативному середовищі, відсутність доступу до достовірної інформації та заборона на обговорення таких питань у родині. Це підвищує ризик неправильних рішень у майбутньому, схильності до ризикованої сексуальної поведінки та невміння захищати власні права.

Загалом результати показують, що більшість підлітків мають середній рівень сексуальної соціалізації, що вказує на необхідність додаткової освітньої роботи. Найкращий рівень знань і відповідального ставлення спостерігається у підлітків, які отримували якісну статеву освіту та виховувалися у відкритому, довірливому середовищі. Важливо зменшувати табування теми сексуальності, покращувати доступ підлітків до науково обґрунтованої інформації та сприяти відкритому діалогу між молоддю, батьками та освітянами. Запровадження

якісних програм статевої освіти, робота з психологами та підтримка батьків у питаннях виховання допоможе зменшити рівень необізнаності та запобігти можливим ризикам у майбутньому.

Далі проведемо кореляційний аналіз.

Таблиця 2.1.

Кореляційний аналіз

Шкала	Високий рівень сексуальної соціалізації	Середній рівень сексуальної соціалізації	Низький рівень сексуальної соціалізації
Фемінність	-0,08	-0,10	0,22
Маскулінність	0,07	-0,19	0,43
Андрогіність	-0,41	-0,24	0,01
Недиференційованість	-0,08	-0,02	0,33

Фемінність ↔ Високий рівень сексуальної соціалізації ($r = -0,08$):

Кореляція між фемінністю та високим рівнем сексуальної соціалізації є слабкою й негативною, але близькою до нуля, що вказує на відсутність статистично значущого зв'язку. Це означає, що на високому рівні сексуальної соціалізації фемінність не є вирішальним фактором у формуванні сексуальної поведінки чи установки.

У багатьох культурах фемінність часто асоціюється зі стриманістю у питаннях сексуальності. Однак відсутність зв'язку може свідчити про те, що на високому рівні сексуальної соціалізації люди керуються іншими факторами, такими як особистісний досвід, виховання чи соціальний контекст. Учасники з високою фемінністю можуть мати як високі, так і низькі показники сексуальної соціалізації, що вказує на індивідуальну варіативність у ставленні до сексуальних норм та практик.

Маскулінність ↔ Високий рівень сексуальної соціалізації ($r = 0,07$):

Подібно до фемінності, маскулінність також не демонструє суттєвого зв'язку з високим рівнем сексуальної соціалізації. Невелика позитивна кореляція

свідчить про те, що зростання маскулінності може бути трохи пов'язане зі збільшенням сексуальної соціалізації, але цей зв'язок занадто слабкий, щоб робити однозначні висновки.

У деяких культурах маскулінність асоціюється з більш відкритою демонстрацією сексуальності чи схильністю до сексуальних експериментів. Проте відсутність значущого зв'язку вказує на те, що ці уявлення не є універсальними. Маскулінність може проявлятися по-різному — від традиційної домінантності до емоційної стриманості, що ускладнює виявлення чіткої взаємодії з рівнем сексуальної соціалізації.

Андрогінність ↔ Високий рівень сексуальної соціалізації ($r = -0,41$):

Помітний негативний зв'язок свідчить про те, що більш андрогінні особистості демонструють нижчий рівень сексуальної соціалізації на високих рівнях. Це може відображати особливості андрогінних людей, які поєднують у собі як фемінні, так і маскулінні риси, що може призводити до більш зваженого або менш стереотипного сприйняття сексуальності. Андрогінні особистості можуть уникати екстремальних проявів сексуальної поведінки через здатність до більш гнучкого підходу до гендерних ролей та стосунків. Високий рівень андрогінності може бути пов'язаний із критичним ставленням до традиційних уявлень про сексуальність, що знижує ймовірність сприйняття високого рівня сексуальної соціалізації як бажаного чи необхідного.

Недиференційованість ↔ Високий рівень сексуальної соціалізації ($r = -0,08$):

Практично відсутній зв'язок між недиференційованістю та високим рівнем сексуальної соціалізації свідчить про незалежність цих двох показників. Недиференційовані особистості демонструють низькі рівні як фемінності, так і маскулінності, що може впливати на формування нейтрального або менш вираженого ставлення до сексуальних норм.

Відсутність виражених гендерних ролей: Люди з недиференційованими характеристиками можуть меншою мірою піддаватися впливу традиційних гендерних норм, що знижує ймовірність їхньої залученості у процес сексуальної соціалізації. Пасивність у соціальних взаємодіях: Недиференційованість може

асоціюватися з меншою активністю у питаннях сексуальної соціалізації через відсутність чітко виражених моделей поведінки, пов'язаних із гендерною роллю.

Низькі або відсутні кореляції між фемінністю, маскулінністю, недиференційованістю та високим рівнем сексуальної соціалізації вказують на те, що ці гендерні характеристики не є вирішальними у формуванні високої сексуальної соціалізації.

Помітний негативний зв'язок між андрогінністю та високим рівнем сексуальної соціалізації підкреслює можливість того, що андрогінні особистості менше піддаються впливу соціальних норм або демонструють більш незалежний підхід до сексуальної поведінки.

Фемінність ↔ Середній рівень сексуальної соціалізації ($r = -0,10$):

Негативний, але дуже слабкий зв'язок між фемінністю та середнім рівнем сексуальної соціалізації свідчить про те, що фемінність не є суттєвим чинником у формуванні середнього рівня сексуальної соціалізації.

У культурних контекстах, де фемінність асоціюється з більшою стриманістю в сексуальних питаннях, можна було б очікувати більш вираженого негативного зв'язку. Проте отримані дані свідчать про те, що така асоціація є досить слабкою. Середній рівень сексуальної соціалізації може формуватися під впливом різних чинників, зокрема, соціального оточення, особистого досвіду та рівня освіти, а не лише фемінних рис характеру.

Маскулінність ↔ Середній рівень сексуальної соціалізації ($r = -0,19$):

Невеликий негативний зв'язок може свідчити про те, що більш маскулінні особи демонструють трохи нижчий рівень сексуальної соціалізації в середньому діапазоні. Маскулінність може бути пов'язана з певною емоційною стриманістю або схильністю уникати обговорення сексуальних тем на середньому рівні соціалізації. В культурах, де маскулінність асоціюється з домінантністю та контролем у стосунках, це може призводити до меншої відкритості в обговоренні сексуальності та, відповідно, нижчого рівня сексуальної соціалізації.

Фемінність ↔ Низький рівень сексуальної соціалізації ($r = 0,22$):

Невеликий позитивний зв'язок може вказувати на те, що люди з більш

вираженою фемінністю частіше демонструють нижчий рівень сексуальної соціалізації.

У суспільствах із традиційними гендерними ролями фемінність часто пов'язують із скромністю та униканням відвертого обговорення сексуальних тем. Це може знижувати рівень сексуальної соціалізації у фемінних осіб. Жінки чи фемінні особистості можуть отримувати менше інформації щодо сексуальної соціалізації у підлітковому віці через гендерно-обумовлені обмеження в сімейному вихованні або освітніх програмах.

Маскулінність ↔ Низький рівень сексуальної соціалізації ($r = 0,43$): Помітний позитивний зв'язок між маскулінністю та низьким рівнем сексуальної соціалізації може означати, що маскулінні особистості частіше демонструють нижчий рівень сексуальної соціалізації.

Маскулінні особистості можуть дотримуватися традиційних уявлень про гендерні ролі, що обмежують відкритість у питаннях сексуальності та знижують рівень сексуальної соціалізації. Виражена маскулінність інколи асоціюється з униканням проявів емоційної вразливості чи обговорення особистих тем, що може знижувати рівень сексуальної соціалізації. Для маскулінних особистостей інші аспекти життя (наприклад, кар'єра, спорт чи соціальний статус) можуть бути важливішими за питання сексуальної соціалізації.

2.3. Практичні рекомендації для розвитку сексуальної ідентичності та сексуальної адаптації для підлітків

Сексуальна ідентичність та адаптація – це важливі аспекти дорослішання, які впливають на самооцінку, відносини та емоційний стан людини. У підлітковому віці виникає багато запитань щодо власної сексуальності, романтичних почуттів та стосунків. Щоб цей процес був гармонійним і комфортним, важливо отримувати достовірну інформацію, розвивати емоційну грамотність та формувати здорове ставлення до себе та інших.

Сексуальна ідентичність та сексуальна адаптація є важливими аспектами розвитку особистості підлітка. У період статевого дозрівання відбуваються значні фізіологічні, емоційні та соціальні зміни, які впливають на формування індивідуальних уявлень про власну сексуальність. У цей час підлітки стикаються з усвідомленням власних почуттів, сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності, що може супроводжуватися як позитивними, так і тривожними переживаннями. Важливим фактором гармонійного розвитку є доступ до достовірної інформації, підтримка з боку сім'ї та суспільства, а також можливість без страху виражати власні почуття та ідентичність.

Формування сексуальної ідентичності відбувається поступово і може включати різні стадії самопізнання. Підліток може замислюватися над питаннями власної орієнтації, аналізувати свої романтичні та сексуальні почуття, порівнювати їх із суспільними нормами та досвідом інших людей. Самоідентифікація є гнучким процесом, і в різні періоди життя вона може змінюватися. Важливо, щоб цей процес не супроводжувався почуттям сорому чи страху перед засудженням.

На формування сексуальної ідентичності впливає соціальне середовище. Сім'я, друзі, освітні заклади та медіа можуть відігравати як підтримуючу, так і пригнічувальну роль. Відкриті дискусії в сім'ї про сексуальність, гендерні ролі та міжособистісні стосунки сприяють більш здоровому ставленню підлітка до власної сексуальності. З іншого боку, негативні соціальні стереотипи, булінг чи дискримінація можуть стати причиною внутрішнього конфлікту, тривожності або навіть депресивних станів.

Важливим аспектом є особисті кордони та повага до себе та інших. Усвідомлення того, що будь-яка форма інтимної близькості має ґрунтуватися на взаємній згоді, є ключовим принципом формування здорових сексуальних стосунків. Крім того, знання про методи контрацепції, профілактику інфекцій, що передаються статевим шляхом, та власні репродуктивні права допомагає уникнути ризикованих ситуацій та зберегти фізичне і психологічне здоров'я.

Сексуальна адаптація передбачає здатність людини інтегрувати свою сексуальність у загальну структуру особистості, з урахуванням власних потреб, соціальних норм та міжособистісних стосунків. Адаптація може бути складною через культурні чи релігійні впливи, однак у сучасному суспільстві спостерігається тенденція до більшої толерантності та прийняття різних форм сексуальної ідентичності.

Одним із викликів у цьому процесі є психологічний комфорт і стресостійкість. Підлітки, які відчують підтримку та мають можливість відкрито говорити про свої переживання, краще адаптуються до соціального середовища та мають вищий рівень самооцінки. У випадках, коли молода людина стикається з неприйняттям або дискримінацією, особливо важливим є доступ до психологічної допомоги та підтримуючих ресурсів.

Таким чином, гармонійний розвиток сексуальної ідентичності та адаптації можливий за умови комплексного підходу: надання достовірної інформації, створення безпечного соціального середовища, виховання поваги до особистих кордонів та здорових стосунків. Формування позитивного ставлення до себе сприяє загальному емоційному благополуччю та допомагає підліткам впевнено будувати власне майбутнє.

Формування сексуальної ідентичності та адаптації є тривалим процесом, який включає усвідомлення власних почуттів, встановлення особистих кордонів та інтеграцію сексуальності у загальний образ себе. Нижче наведені вправи допоможуть підліткам краще зрозуміти власну сексуальність, підвищити рівень самоприйняття та розвинути здорове ставлення до міжособистісних стосунків.

Далі запропоновано декілька завдань які підліток може виконувати для того щоб краще розуміти тему сексуальної ідентичності.

1. Щоденник самоусвідомлення

Мета: аналіз власних почуттів, думок та переживань щодо сексуальної ідентичності.

Інструкція: Протягом тижня записуйте відповіді на наступні запитання:

- Як я сьогодні почувався/-лась у своєму тілі?

- Чи були ситуації, коли я відчував/-ла дискомфорт через свою сексуальність?
- Які думки про сексуальність чи стосунки у мене виникали?
- Чи були моменти, коли я відчував/-ла натхнення або щастя, пов'язані зі своєю ідентичністю?

Аналізуючи записи, можна краще зрозуміти свої емоції та спостерігати за змінами у ставленні до себе.

2. Вправа «Мої кордони»

Мета: формування усвідомлення особистих меж та навчання їх захисту.

Інструкція: Намалюйте три кола:

- У першому колі запишіть речі, які вам абсолютно комфортні у спілкуванні та стосунках (наприклад, обійми з друзями, похвала від інших).
- У другому – ситуації, які викликають сумніви або потребують додаткового роз'яснення (наприклад, фізична близькість, особисті запитання).
- У третьому – те, що для вас абсолютно неприйнятне (наприклад, примус, маніпуляції, тиск з боку партнера).

Ця вправа допомагає зрозуміти власні межі та вчить, як їх захищати у реальному житті.

3. Лист підтримки собі

Мета: підвищення рівня самоприйняття та зниження тривожності, пов'язаної із самовизначенням.

Інструкція: Напишіть собі листа, у якому висловіть підтримку своїй сексуальній ідентичності. Використовуйте такі запитання:

- Що робить мене унікальним/-ою?
- Чому я заслуговую на любов і прийняття?
- Які слова підтримки я хотів/-ла б почути від інших?

Збережіть лист і перечитуйте його у складні моменти, коли відчуваєте невпевненість у собі.

4. Рольові ситуації: «Як сказати “ні”»

Мета: навчитися відстоювати власні межі у стосунках та комунікації.

Інструкція: Уявіть різні ситуації, у яких вам доводиться говорити «ні» (наприклад, тиск на початок сексуальних стосунків, небажана фізична близькість, нав'язливі питання про особисте життя). Напишіть кілька варіантів відповідей, які вам допоможуть у таких ситуаціях, наприклад:

- «Мені некомфортно це обговорювати, давай змінимо тему».
- «Я не готовий/-а до цього, і прошу тебе поважати мій вибір».
- «Мені важливо, щоб мої кордони поважали. Якщо ти не розумієш, мені буде складно продовжувати наше спілкування».

Практикуючи такі відповіді, можна розвинути впевненість у собі та навчитися чітко висловлювати власні межі.

5. Вправа «Мій образ майбутніх стосунків»

Мета: зрозуміти власні цінності та очікування щодо романтичних та сексуальних стосунків.

Інструкція: Напишіть короткий текст або намалюйте схему, яка описує ваші ідеальні стосунки. Включіть такі аспекти:

- Які риси я ціную у партнері?
- Які почуття я хочу відчувати у цих стосунках?
- Що для мене є обов'язковим, а що неприйнятним у взаєминах?

Аналізуючи ці питання, можна краще усвідомити власні пріоритети у майбутніх стосунках.

6. «Міфи і правда про сексуальність»

Мета: критично оцінювати інформацію про сексуальність та розвінчувати популярні міфи.

Інструкція: Знайдіть у мережі або літературі 5-7 тверджень про сексуальність (наприклад, «Справжня любов триває вічно», «Гомосексуальність – це вибір», «Мастурбація шкідлива для здоров'я»). Проаналізуйте, які з них є науково підтвердженими фактами, а які – стереотипами або міфами.

Ця вправа допомагає навчитися критично сприймати інформацію, що особливо важливо в епоху соціальних мереж.

7. «Як знайти підтримку»

Мета: навчитися шукати ресурси та людей, які можуть допомогти у складних ситуаціях.

Інструкція:

1. Складіть список людей, з якими ви можете відверто поговорити про свої почуття (друзі, родичі, психолог).
2. Знайдіть інформацію про організації чи гарячі лінії, які підтримують молодь у питаннях сексуальної ідентичності.
3. Запишіть для себе кілька мотиваційних фраз, які допоможуть вам у моменти сумнівів або тривожності.

Розуміння того, що підтримка завжди доступна, допомагає почуватися впевненіше та безпечніше.

Регулярне виконання цих вправ допоможе підліткам краще зрозуміти свою сексуальну ідентичність, навчитися відстоювати свої межі, формувати здорові стосунки та знаходити підтримку у складних ситуаціях. Самоприйняття та усвідомлення власної сексуальності є важливими аспектами особистісного розвитку, що сприяють загальному емоційному благополуччю та гармонії у стосунках з іншими.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

Фемінність демонструє невеликий позитивний зв'язок із низьким рівнем сексуальної соціалізації, що може свідчити про культурні установки, які заохочують скромність і стриманість у фемінних людей.

Маскулінність має помітний позитивний зв'язок із низьким рівнем сексуальної соціалізації, що може свідчити про вплив традиційних норм мужності, які обмежують відкритість у питаннях сексуальної соціалізації.

На середньому рівні сексуальної соціалізації обидві характеристики — і фемінність, і маскулінність — демонструють слабкий негативний зв'язок, що

свідчить про незначний вплив цих рис на формування сексуальної соціалізації в середньому діапазоні.

Формування сексуальної ідентичності та сексуальної адаптації є важливими аспектами розвитку особистості підлітка, що відбуваються під впливом біологічних, психологічних та соціальних факторів. У цей період підлітки стикаються з усвідомленням власної сексуальності, вивченням своїх почуттів, бажань та кордонів, а також із можливими викликами, пов'язаними з суспільними очікуваннями, стереотипами та міжособистісними відносинами.

Одним із ключових аспектів гармонійного розвитку сексуальної ідентичності є доступ до достовірної інформації та можливість відкритого обговорення питань, що турбують. Освіта щодо сексуального здоров'я, особистих кордонів, згоди та відповідальності допомагає підліткам приймати усвідомлені рішення та уникати ризикованих ситуацій.

Важливу роль у становленні особистості відіграє соціальне середовище, зокрема сім'я, друзі та освітні установи. Підтримка з боку значущих людей сприяє підвищенню рівня самоприйняття та формуванню здорового ставлення до власної сексуальності. Водночас стигматизація, дискримінація чи булінг можуть викликати внутрішні конфлікти, зниження самооцінки та психологічний дискомфорт.

Сексуальна адаптація передбачає вміння гармонійно інтегрувати власну сексуальність у загальний образ себе, враховуючи особисті потреби, соціальні норми та міжособистісні стосунки. Навчання встановленню особистих кордонів, розпізнаванню маніпуляцій та розвиток навичок емоційної стійкості допомагають підліткам почуватися впевненіше та безпечніше у спілкуванні та стосунках.

ВИСНОВКИ

Розгляд теоретичних аспектів статевої ідентичності та сексуальної поведінки підлітків дозволяє зробити висновок, що цей період є критичним для формування особистості, оскільки відбувається активний процес усвідомлення власної гендерної ролі, сексуальної орієнтації та встановлення міжособистісних взаємин.

Аналіз поняття статевої ідентичності показує, що вона є комплексним явищем, яке включає біологічні, психологічні та соціальні аспекти. Вона формується під впливом внутрішніх та зовнішніх факторів і визначає, як людина сприймає себе у контексті гендерних та сексуальних норм суспільства.

Різні теорії формування статевої ідентичності, зокрема психоаналітичний, когнітивний, соціокультурний та біологічний підходи, підкреслюють значення як внутрішніх (генетичних, гормональних) чинників, так і соціального впливу (виховання, культурних традицій, ролі батьків і однолітків). Кожен з цих підходів розкриває певні аспекти розвитку статевої ідентичності та сексуальної поведінки, що дозволяє комплексно зрозуміти особливості цього процесу.

Серед факторів, що впливають на сексуальну поведінку підлітків, ключову роль відіграють сімейне виховання, соціальні норми, рівень сексуальної освіти, психологічні особливості особистості та вплив медіа. Важливим є усвідомлення того, що недостатність об'єктивної інформації або негативне ставлення суспільства до певних аспектів сексуальності може призводити до внутрішніх конфліктів, низької самооцінки та ризикованої поведінки.

Емпіричне дослідження психологічних чинників розвитку статевої ідентичності та сексуальної поведінки підлітків дозволило отримати об'єктивні дані щодо особливостей цього процесу, а також виявити основні фактори, що впливають на формування сексуальної ідентичності в юнацькому віці.

Аналіз застосованих методів дослідження підтвердив доцільність використання психологічного тестування, анкетування та аналізу поведінкових особливостей, що дозволило оцінити рівень маскулінності, фемінінності та

андрогінності у підлітків. Отримані результати продемонстрували наявність різних типів статевої ідентичності, що підтверджує індивідуальні відмінності у процесі самоусвідомлення та соціальної адаптації.

Аналіз результатів дослідження показав, що серед підлітків найбільш поширеним є андрогінний тип, що вказує на тенденцію до поєднання як маскулінних, так і фемінінних рис у сучасному суспільстві. Це підтверджує, що молодь стає більш гнучкою у сприйнятті соціальних ролей і не обмежує себе жорсткими гендерними нормами. Водночас значний відсоток підлітків із маскулінною або фемінінною ідентичністю свідчить про те, що традиційні уявлення про гендерні ролі залишаються актуальними для частини молоді.

Окрему увагу було приділено групі підлітків із недиференційованим типом статевої ідентичності, які відчують труднощі у самоусвідомленні та соціальній адаптації. Це підкреслює необхідність надання підтримки таким підліткам, розвитку їхньої впевненості у собі та формуванню здорового ставлення до власної ідентичності.

На основі проведеного дослідження були розроблені практичні рекомендації, спрямовані на підтримку підлітків у процесі формування сексуальної ідентичності. Вони включають забезпечення доступу до достовірної інформації про сексуальність, розвиток навичок рефлексії, емоційної грамотності, побудову здорових міжособистісних відносин та створення толерантного соціального середовища.

Таким чином, емпіричне дослідження підтвердило, що розвиток статевої ідентичності та сексуальної поведінки підлітків є динамічним процесом, який визначається як внутрішніми психологічними чинниками, так і соціальним впливом. Отримані результати можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки підлітків та вдосконалення підходів до статевого виховання у навчальних закладах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрієвська В. О. Психологія статевої ідентичності: теоретичні та емпіричні аспекти / В. О. Андрієвська. – Київ: Видавничий дім «КМ Академія», 2019. – 256 с.
2. Боришевський М. Й. Психологія особистісного самовизначення / М. Й. Боришевський. – Київ: Педагогічна думка, 2021. – 304 с.
3. Гнатюк О. В. Формування гендерної ідентичності у підлітковому віці / О. В. Гнатюк. – Львів: ЛНУ ім. І. Франка, 2020. – 198 с.
4. Деркач А. М. Соціальні аспекти статевої ідентичності в сучасному суспільстві / А. М. Деркач // Психологічний журнал. – 2022. – №1. – С. 54-67.
5. Жадан О. В. Сексуальність та її формування в підлітковому віці / О. В. Жадан // Вісник психології та педагогіки. – 2021. – №3. – С. 34-49.
6. Іваненко Т. П. Психологія гендерної ідентичності: теорія і практика / Т. П. Іваненко. – Харків: Основа, 2018. – 312 с.
7. Клименко І. В. Формування сексуальної поведінки підлітків у сучасному інформаційному просторі / І. В. Клименко. – Одеса: Південний науковий центр, 2020. – 218 с.
8. Лисенко В. О. Соціально-психологічні особливості формування гендерної ідентичності у підлітків / В. О. Лисенко. – Київ: Видавництво НАН України, 2021. – 276 с.
9. Марченко О. П. Психосексуальний розвиток особистості: вікові особливості / О. П. Марченко. – Вінниця: Нова Книга, 2019. – 240 с.
10. Мельничук А. Ю. Фактори, що впливають на статеву ідентичність підлітків / А. Ю. Мельничук // Науковий журнал «Психологічні дослідження». – 2022. – №2. – С. 70-85.
11. Назаренко Г. П. Психологічна підтримка підлітків у процесі самовизначення статевої ідентичності / Г. П. Назаренко. – Дніпро: Інститут психології, 2021. – 190 с.

12. Орлова К. В. Сексуальне виховання підлітків: підходи та методи / К. В. Орлова. – Київ: Либідь, 2018. – 256 с.
13. Пономаренко О. С. Гендерна соціалізація підлітків у сучасному суспільстві / О. С. Пономаренко. – Львів: ЛНУ ім. І. Франка, 2020. – 203 с.
14. Романенко І. Ю. Психологічні аспекти формування сексуальної культури молоді / І. Ю. Романенко. – Запоріжжя: ЗНУ, 2019. – 278 с.
15. Сидоренко Н. О. Гендерні стереотипи та їхній вплив на статеву ідентичність підлітків / Н. О. Сидоренко // Психологічні науки: дослідження та практика. – 2022. – №4. – С. 45-59.
16. Bem S. L. The Lenses of Gender: Transforming the Debate on Sexual Inequality / S. L. Bem. – New Haven: Yale University Press, 1993. – 270 p.
17. Diamond L. M. Sexual Fluidity: Understanding Women's Love and Desire / L. M. Diamond. – Cambridge: Harvard University Press, 2008. – 352 p.
18. Money J., Ehrhardt A. A. Man & Woman, Boy & Girl: Differentiation and Dimorphism of Gender Identity from Conception to Maturity / J. Money, A. A. Ehrhardt. – Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1972. – 328 p.
19. Maccoby E. E. The Two Sexes: Growing Up Apart, Coming Together / E. E. Maccoby. – Cambridge: Harvard University Press, 1998. – 404 p.
20. Hyde J. S. The Psychology of Sexuality and Gender / J. S. Hyde. – Oxford: Oxford University Press, 2020. – 368 p.