

determined to be characterized by the following parameters: choice of the coping strategies, the level of motivation to achieve and avoid failures and the degree of affiliation. According to present research, at the same time some participants may choose different levels of progress of regulatory units; significant number chooses wide arsenal of coping strategies. Most respondents showed an average value of parameters to succeed. It is established that much of the police officers have a high level of intelligent motive based on «fear of neglect group», which may result to difficulties in choosing constructive coping strategies and models of coping actions. There have been revealed the presence of a specific reserve to enhance the constructiveness of a coping behaviour in the participants' professional activity by all psychological characteristics being defined in our study.

Key words: constructive coping behavior, patterns of coping behavior, affiliation, empathy, internality, externality, self-regulation.

Received August 11, 2014

Revised September 22, 2014

Accepted October 16, 2014

УДК 316.6

О.Ю. Дмитренко

birykovalena@mail.ru

Корекційна програма тренінгової форми: «Гендерна ідентичність як чинник психологічного благополуччя студентської молоді»

Dmytrenko O.Y. Correctional program in training form: «Gender identity as a factor of students' psychological well-being» / O.Y. Dmytrenko // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / edited by S.D.Maksymenko, L.A.Onufriieva. – Issue 26. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2014. – P. 143-160.

О.Ю.Дмитренко. Корекційна програма тренінгової форми: «Гендерна ідентичність як чинник психологічного благополуччя студентської молоді». У статті проаналізовано феномен гендерної ідентичності особистості як важливого чинника формування «Я» – концепції молоді, самореалізації, усвідомленні власної цінності та соціалізації у сучасному світі. Наголошено на важливості розуміння свого типу гендерної

ідентичності саме у юнацькому віці, оскільки це період формування світогляду, самосвідомості, характеру і життєвого самовизначення людини. Дуже часто до цього періоду розуміння своєї гендерної ідентичності у студентської молоді ще є несформованим. Визначено, що основною метою усвідомлення гендерної ідентичності є самопізнання особистості, прийняття себе як індивідуальності та використання переваг свого типу гендерної ідентичності для встановлення продуктивних і тісних соціальних зв'язків. Наведено результати попередніх досліджень стосовно рівня самооцінки та переживання самотності студентами різних типів гендерної ідентичності. Визначено основні детермінанти психологічного благополуччя особистості. Представлено корекційну програму розвитку компонентів гендерної ідентичності як чинника психологічного благополуччя серед студентської молоді. Розкрито завдання програми, обґрунтовано теоретико-методологічні засади. Охарактеризовано психотехнології та методи роботи. Окреслено основні напрямки програми: 1) усвідомлення студентами власного типу гендерної ідентичності; 2) розвиток усвідомлення андрогінного типу гендерної ідентичності як такого, що найбільше сприяє психологічному благополуччю особистості; 3) підвищення рівня самооцінки серед всіх типів гендерної ідентичності; 4) зниження суб'єктивного переживання самотності серед всіх типів гендерної ідентичності. Наведено короткий зміст занять.

Ключові слова: тип гендерної ідентичності, маскулінний тип, фемінінний тип, андрогінний тип, недиференційований тип, рівень самооцінки, переживання самотності, психологічне благополуччя, юнацький вік.

Е.Ю. Дмитренко. Коррекционная программа тренинговой формы «Гендерная идентичность как фактор психологического благополучия студенческой молодёжи». В статье проанализирован феномен гендерной идентичности личности как важного компонента формирования «Я» – концепции молодежи, самореализации, осознания собственной ценности, а также социализации в современном мире. Отмечено важность понимания своего типа гендерной идентичности именно в юношеском возрасте, поскольку это период формирования мировоззрения, самосознания, характера и жизненного самоопределения человека. Очень часто к этому периоду понимание своей гендерной идентичности среди студенческой молодёжи ещё не сформировано. Подчёркнуто, что основной целью осознания гендерной идентичности является самопознание личности, принятие себя как индивидуальности, а также использование преимуществ своего типа гендерной идентичности для установления продуктивных и тесных социальных взаимосвязей. Приведены результаты предыдущих исследований относительно уровня самооценки и переживания одиночества студентами разных типов гендерной идентичности. Определены основные детерминанты психологического благополучия личности. Представлено коррекционную программу развития компонентов гендерной идентичности как фактора психологического благополучия среди студенческой молодёжи. Раскрыты зада-

ния программы, обоснованы теоретико-методологические принципы. Охарактеризованы психотехнологии и методы работы. Описаны основные направления программы: 1) осознание студентами собственного типа гендерной идентичности; 2) развитие осознания андрогинного типа гендерной идентичности как наиболее способствующего психологическому благополучию личности; 3) повышение уровня самооценки среди всех типов гендерной идентичности; 4) снижения субъективного переживания одиночества среди всех типов гендерной идентичности. Приведено короткое содержание занятий.

Ключевые слова: тип гендерной идентичности, маскулинный тип, фемининный тип, андрогинный тип, недифференцированный тип, уровень самооценки, переживание одиночества, психологическое благополучие, юношеский возраст.

Постановка проблеми. Демократичний, всебічний розвиток жінок і чоловіків як особистостей – одна з найважливіших умов розвитку суспільства. Неможливо досягнути розвиненого демократичного суспільства без урахування і розв’язання гендерного питання. Суспільний розвиток нашої країни багато в чому залежить від того, наскільки потенціал кожної людини буде реалізований. Закомплексована, без внутрішнього відчуття свободи особа ніколи не зможе повністю реалізувати себе.

Юнацький вік – це період формування світогляду, самосвідомості, характеру і життєвого самовизначення, якому сприяє розуміння своєї гендерної ідентичності. Дуже часто до цього періоду розуміння своєї гендерної ідентичності у студентської молоді ще є несформованим. Проте гендерна ідентичність має велике значення для особистості, поза нею не може бути повноцінної особистості ні в психологічному, ні в соціальному плані [9, с. 450].

Особливо ця проблема постає актуальною саме у юнацькому віці, коли молодь починає розширювати свої міжособистісні контакти, професійно та морально самовизначатися. Маючи на увазі все вищезазначене та враховуючи необхідність підготовки студентів до того, що їх чекає при виході на роботу, гендерна проблематика все частіше включається в навчальні дисципліни ВНЗ в якості розділів, факультативних чи обов’язкових курсів.

Розроблене нами корекційне заняття тренінгової форми включає в себе як теоретичну частину, так і практичні вправи, що направлені на розуміння студентською молоддю своєї гендерної ідентичності, цінності власного «Я», формування позитивного ставлення до своєї особи та інших, психологічного благополуччя.

Необхідність розробки такого корекційного заняття тренінгової форми було обумовлене результатами емпіричного досліджен-

ня, проведеного нами раніше, яке визначило низку проблемних моментів, зокрема: високий процент жінок-студенток маскулінного та фемінінного типу гендерної ідентичності мають середні показники суб'єктивного переживання самотності, що вимагає корекції з метою зниження рівня самотності. Також серед значної кількості студенток усіх типів гендерної ідентичності (фемінінний, маскуліний, андрогінний; (недиференційований тип не був визначений) виявлено занижений рівень самооцінки [7, с. 359-364].

Також було виявлено, що частина чоловіків-студентів не визначилися в своїй гендерній ідентичності та мають недиференційований тип гендерної ідентичності. Емпіричне дослідження показало, що серед чоловіків найвразливішою категорією є студенти з недиференційованим та фемінінним типом гендерної ідентичності, оскільки серед них спостерігався високий відсоток студентів з середнім рівнем суб'єктивного переживання самотності та низьким рівнем самооцінки. Проте серед обох статей андрогінного типу гендерної ідентичності було виявлено низький рівень самотності та високий рівень самооцінки [8, с. 414-423].

У попередніх дослідженнях нами було становлено статистично значущі зв'язки рівня самооцінки та самотності студентської молоді з психологічним благополуччям. Було виявлено, що низький рівень самооцінки та середній рівень самотності притаманний студентам, що увійшли до групи психологічно неблагополучної молоді. Психологічно благополучну групу склали студенти, які мають низький рівень самотності та високий і середній рівні самооцінки. У своїй більшості до складу психологічно благополучної групи увійшли представники андрогінного типу гендерної ідентичності. Тому, можемо інтерпретувати психологічне благополуччя як узагальнене переживання, що пов'язане з внутрішньо психологічними характеристиками особистості. Воно має особливе значення і являється важливою складовою частиною домінуючого психологічного стану людини [6, с. 318-330].

Усі вищезазначені чинники, безумовно, впливають на ефективність власної самореалізації студентської молоді в майбутньому. Тому дуже важливо саме у юнацькому віці визначитися з типом гендерної ідентичності та по можливості розвинути якості андрогінного типу гендерної ідентичності з метою кращої адаптації у соціальному середовищі.

На основі виявлених проблем та теоретичного аналізу зарубіжної та вітчизняної літератури нами було розроблене – це корекційне заняття тренінгової форми.

Результати теоретичного аналізу проблеми

1. Мета та принципи проведення корекційної програми тренінгової форми.

Розуміння особливостей типів гендерної ідентичності дає можливість особистості самореалізуватися в освоєнні різних сфер життєдіяльності, а не тільки у сферах, що відповідають гендерним стереотипам сучасного суспільства.

Метою корекційного заняття тренінгової форми є розвиток компонентів гендерної ідентичності серед студентської молоді як чинника психологічного благополуччя особистості.

В основу корекційної програми тренінгової форми покладено **припущення**, що досягти психологічного благополуччя серед представників різних типів гендерної ідентичності можна у результаті:

- усвідомлення власного типу гендерної ідентичності;
- розвитку андрогінного типу гендерної ідентичності;
- підвищення рівня самооцінки серед усіх типів гендерної ідентичності;
- зниження суб'єктивного переживання самотності серед всіх типів гендерної ідентичності.

Цільова аудиторія і тривалість. Дана корекційна програма тренінгової форми може бути включена в курс гендерної психології чи практикуму з гендерної психології на факультеті психології та інших факультетах вузів, також доцільним буде впровадження даного заняття і серед старших школярів у контексті гендерного виховання учнів. Результати проведення можуть бути використані соціальними психологами та психологами, що цікавляться гендерною проблематикою.

Таблиця 1

Тематичний план проведення корекційної програми тренінгової форми «Гендерна ідентичність як чинник психологічного благополуччя студентської молоді»

№	Назва теми	Лекції	Практичне заняття
1.	Вступ		
2.	Загальне поняття про гендерну ідентичність та її типи		
3.	Розвиток андрогінного типу гендерної ідентичності		
4.	Тип гендерної ідентичності та рівень самооцінки		
5.	Тип гендерної ідентичності та суб'єктивне переживання самотності особистості		
6.	Виконання індивідуального проекту		

Основні принципи. Розробка корекційної програми тренінгової форми здійснювалася на основі існуючих теоретико-методологічних матеріалів, авторської концепції умов формування стійкої гендерної ідентичності та на результатах емпіричного дослідження переживання самотності і рівня самооцінки в залежності від типу гендерної ідентичності студентської молоді.

Нагадаємо, що на формування стійкої, усвідомленої гендерної ідентичності можуть впливати багато факторів, що подається у схемі (рис.1), розробленій автором.

Наведені вище блоки умов розвитку гендерної ідентичності дають зрозуміти, як можна сформуванати або стабілізувати (конкретно визначити) власний тип гендерної ідентичності, оскільки визначення власного типу гендерної ідентичності та свідоме його прийняття відіграють важливу роль у самосприйнятті, саморозвитку особистості та її соціальних взаємостосунках.

Особливо важливе значення в розробці корекційної програми мала теоретична та практична база технологій, які були розроблені лабораторією організаційної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України [13].

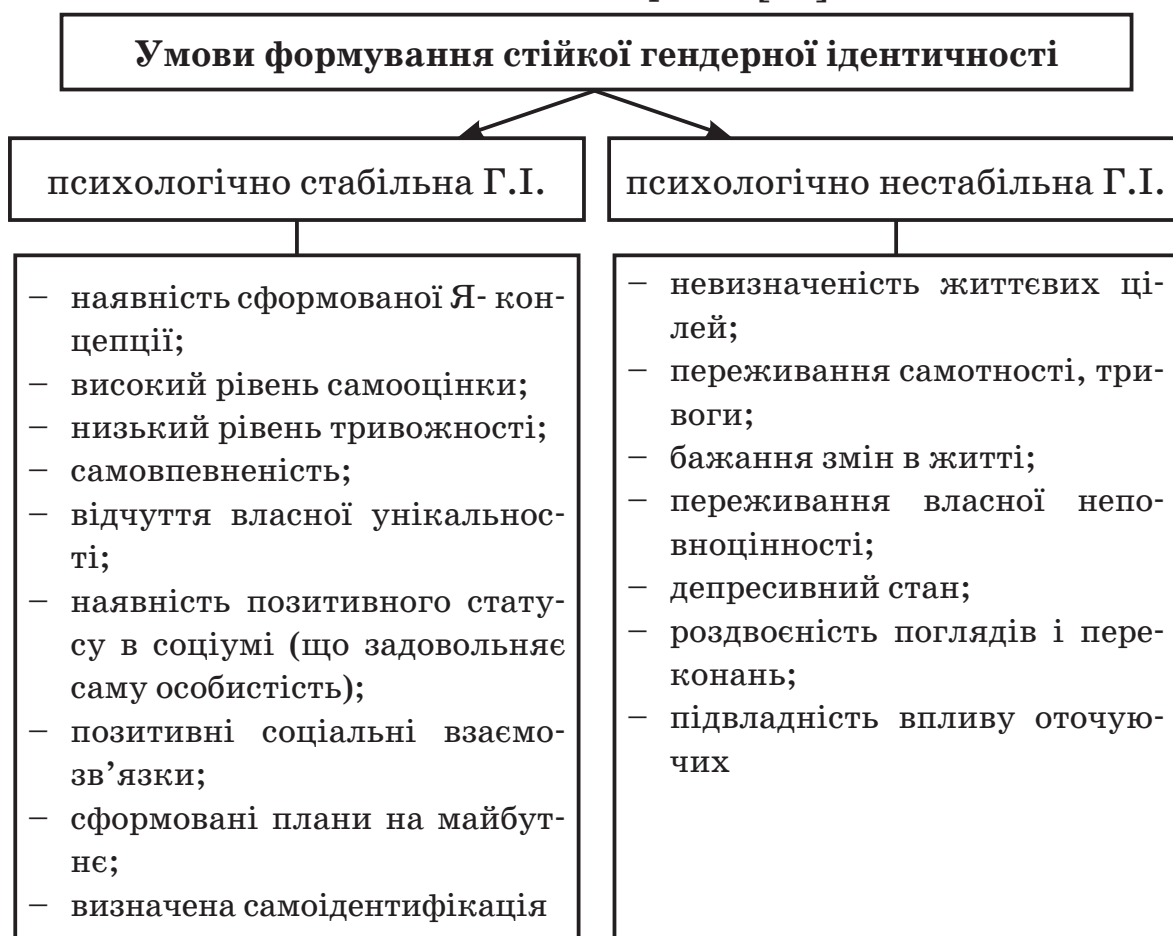


Рис. 1. Умови формування стійкої гендерної ідентичності

Нами було використано наступні інтерактивні техніки:

- криголами; «мозковий штурм»; незавершений диспут; аналіз соціальних ситуацій; навчально-рольова гра; психомалюнок.

У розробці цієї корекційної програми тренінгової форми ми опирались на технологічний підхід, розроблений лабораторією організаційної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Відповідно до цього підходу кожен розділ корекційної програми складається з двох компонентів: інформаційно-змістового та корекційно-розвиваючого, або трьох компонентів: інформаційно-змістового, діагностичного та корекційно-розвиваючого.

Діагностичні компоненти мають на меті проведення двох груп методик у залежності від цілей. Перша група методик направлена на виявлення особистісних характеристик, які необхідно враховувати в процесі проведення колекційної програми тренінгової форми і виявляють тип гендерної ідентичності особистості (методика С. Бем), рівень суб'єктивного переживання самотності (методика Д. Рассела та М. Фергюсона), рівень самооцінки (опитувальник С.В. Ковальова). Друга група методик стосується оцінки ефективності проведення корекційної програми тренінгової форми і включає розроблений нами опитувальник гендерної компетентності студентської молоді, анкетне опитування учасників щодо їх оцінки ефективності корекційної програми та рефлексивний аналіз.

Таблиця 2

Методики діагностичних компонентів

	1 зріз	2 зріз
1.	– Опитування щодо очікувань стосовно програми; – Опитувальник гендерної компетентності молоді	
2.	Методики С. Бем, Д. Рассела та М. Фергюсона, С. В. Ковальова	
3.		Опитувальник гендерної компетентності молоді, анкетне опитування, рефлексивний аналіз

Отже, лекційні блоки кожного розділу корекційної програми тренінгової форми розкривають інформаційно-змістовий компонент технології, а на практичних заняттях проводяться методики і вправи, пов'язані з діагностичним та корекційно-розвиваючим компонентами.

2. Зміст і структура корекційної програми тренінгової форми.

При розробці корекційної програми тренінгової форми ми поступово включали теоретично-інформаційні блоки від загальних до більш конкретних. Кожен розділ має мету і основні задачі, для розв'язання яких були використані відповідні інтерактивні техніки і вправи. Кожна вправа, у свою чергу, включає ціль, інструкцію, роздатковий матеріал (при необхідності), питання для обговорення.

Вступна частина корекційної програми тренінгової форми включає:

- криголам «Представлення» (розповідь про себе та свої хобі упродовж 1 хв.);
- вивчення очікувань учасників (учасники виконують вправу «Дерево очікувань» з метою виявлення сподівань учасників, актуалізації концепції тренінгу, ознайомлення зі змістом корекційної програми;
- визначення цілей і задач, загального формату роботи в процесі проведення заняття;
- визначення з групою стосовно правил роботи впродовж усього заняття за допомогою «мозкового штурму», правила фіксуються на фліпчартах і вивішуються;
- проведення першого діагностичного зрізу.

1) Перший розділ: «Загальне поняття про гендерну ідентичність та її типи», який складається з інформаційно-змістового, діагностичного та корекційно-розвивального компонентів. Присвячений розумінню поняття ідентичності, змісту гендерної ідентичності, типів гендерної ідентичності особистості.

Мета даного розділу полягає у розвитку загальної гендерної психологічної компетентності особистості, визначення власного типу гендерної ідентичності, усвідомленні власних гендерних характеристик та розвиток толерантного ставлення людей інших типів гендерної ідентичності.

На основі мети було сформовано наступні **задачі**:

- формування розуміння сутності ідентичності особистості, зокрема гендерної ідентичності;
- усвідомлення власного типу гендерної ідентичності;
- розвиток толерантності до інших типів гендерної ідентичності.

Інформаційно-змістовий компонент. На основі аналізу наукової літератури розкривається зміст і сутність таких феноменів як ідентичність особистості, гендерна ідентичність. Звертається увага на важливість розвитку гендерної ідентичності особистості як важливого аспекту самосвідомості. Результатом сформованої

гендерної ідентичності виступає визначений тип гендерної ідентичності людини. Розкриваються компоненти гендерної ідентичності, а саме маскуліність та фемініність, за ступенем прояву яких можна визначити тип гендерної ідентичності людини: маскулінний, фемінінний, андрогінний чи недиференційований.

Діагностичний компонент

Мета: визначення та розуміння учасниками свого типу гендерної ідентичності, усвідомлення власних індивідуально-психологічних характеристик (Методика С. Бем).

Корекційно-розвиваючий компонент

1. Вправа «Сніжинка» [2, с.61].

Мета: навчитися бачити індивідуальні відмінності, цінити та враховувати їх.

2. Вправа «Ми в своїх рамках» [1, с.30].

Мета: допомогти групі глибше усвідомити, що ми всі різні, але рівні.

3. Вправа «Мій тип гендерної ідентичності» [10].

Мета: визначення типу гендерної ідентичності, виконання методики С. Бем.

4. Вправа «Моя найкраща гендерна риса» [4, с.119].

Мета: виявлення уявлень про себе в очах інших, усвідомлення власних гендерних характеристик.

5. Вправа «Я» – реальний, «Я» – ідеальний» [4, с. 73].

Мета: визначення власного типу гендерної ідентичності та настанови на гендерний розвиток в результаті порівняння «Я» – реального та «Я» – ідеального.

6. Вправа «Гендерна рамка» [3, с. 90].

Мета: усвідомлення міфічності гендерних стереотипів.

7. Вправа «Рекламний ролик» [4, с. 83].

Мета: створення позитивного толерантного ставлення до особистостей різних типів гендерної ідентичності та прийняття власного типу гендерної ідентичності (дівчатам і хлопцям пропонується створити рекламний ролик, в якому рекламується фемінінний чоловік та фемінінна жінка, маскулінний чоловік та маскулінна жінка. Однією з умов є призначення на роль головного героя ролика особистості протилежного типу. Після підготовки завдання кожна група презентує свій ролик).

8. Рольова гра «Прийом на роботу» [4, с.102].

Мета: навчитися розуміти гендерну дискримінацію у професійній діяльності, винайдення шляхів її уникнення.

2) Другий розділ: «Розвиток андрогінного типу гендерної ідентичності», який складається з інформаційно-змістового,

корекційно-розвивального компонентів. Присвячений розумінню поняття гендерних характеристик та розвитку андрогінного типу гендерної ідентичності як найбільш ефективного у сучасному житті.

Мета даного розділу полягає у визначенні та усвідомленні особистих гендерних характеристик, відмінностей різних типів поведінки та вироблення шляхів розвитку андрогінної моделі поведінки.

Задачі:

- визначення власних гендерних характеристик;
- усвідомлення позитивних і негативних характеристик кожного типу гендерної ідентичності;
- формування андрогінного типу гендерної ідентичності.

Інформаційно-змістовий компонент. Розкривається поняття андрогінного типу гендерної ідентичності, що поєднує характеристики фемінінності та маскуліності. Зосереджується увага на ситуативній зумовленості прояву маскуліності чи фемінінності. Акцентується увага на понятті андрогінної особистості як такої, що виявляє велику різноманітність статево-рольової поведінки. Розкриваються переваги андрогінного типу гендерної ідентичності як для чоловіків, так і для жінок.

Корекційно-розвиваючий компонент

1. Вправа «Незавершена дискусія». Слабкі і сильні сторони кожного типу гендерної ідентичності, як слабкі сторони можна зробити сильними» [2, с. 63].

Мета: розвинути толерантне ставлення до кожного типу гендерної ідентичності.

2. Вправа «Мій тип гендерної ідентичності» [2, с. 63].

Мета: актуалізувати розуміння того, що значить мати той чи інший тип гендерної ідентичності.

3. Вправа «Що допомагає, а що заважає жити і творити у мінливому світі жінкам і чоловікам?» (Пропонується поділити папірець на три колонки вертикальною лінією. Першу частину відмітити знаком «+», а другу – знаком «-». Під знаком «+» перелічується те, що допомагає (у природі, в людях, у собі, в мінливому світі), а під знаком «-» – те, що не допомагає в мінливому світі. Потім усі зачитують свої записи вголос, і складається загальний список для групи. В третю колонку шляхом загальної дискусії та обговорення вписуємо ті особистісні характеристики та моделі поведінки людини, що в одних випадках (в сім'ї) допомагають, а в інших (на роботі) заважають [4, с. 78 (адаптована автором)].

Мета: усвідомлення свого досвіду життя та власної цінності у мінливому світі, вироблення шляхів уникнення перешкод для гармонійного самовідчуття.

4. Вправа «Типи гендерної ідентичності» (малюнок жінок і чоловіків різного типу гендерної ідентичності) [2, с. 62].

Мета: розвинути розуміння особливостей різних типів гендерної ідентичності.

5. Вправа «Чарівна крамниця» [2, с. 65; 4, с. 79]

Мета: розвиток позитивної оцінки різних особистісних якостей, обміркування того, що хотілося б змінити.

6. Мозковий штурм «Як розвинути андрогінний тип гендерної ідентичності?» [4, с. 73]

Мета: прийняття власних гендерних характеристик та усвідомлення шляхів формування андрогінного типу гендерної ідентичності та андрогінної моделі поведінки як найбільш ефективної у сучасних умовах.

3) Третій розділ: «Тип гендерної ідентичності та рівень самооцінки студентської молоді», який складається з інформаційно-змістового, діагностичного та корекційно-розвивального компонентів. Присвячений розгляду поняття самооцінки особистості, аналізу рівнів самооцінки. Оскільки відповідно до психологічних умов, що впливають на формування гендерної ідентичності, адекватна самооцінка є важливою складовою успішного формування гендерної ідентичності особистості.

Мета даного розділу – визначення рівня самооцінки членів групи як важливої умови, що впливає на сформованість гендерної ідентичності. Розуміння учасниками різноманітності поглядів людей та усвідомлення «Я»-цінності при будь-яких умовах. Усвідомлення та позитивне сприйняття різноманітності людей, прийняття власної самооцінності, неповторності та потрібності світові.

Відповідно до мети були виділені наступні **задачі:**

- визначення рівня самооцінки;
- усвідомлення цінності та неповторності власної особистості;
- удосконалення самовідчуття особистості під час соціальної взаємодії;
- розвиток позитивного емоційного сприйняття своєї особистості.

Інформаційно-змістовий компонент. На основі аналізу наукової літератури розкриваються поняття самооцінки, фактори, що впливають на рівень самооцінки та значення самооцінки в контексті усвідомлення власної самооцінності. Прояв низької самооцінки розглядається як сукупність думок і поведінки, яка

заважає встановленню або підтримці задовільних соціальних взаємозв'язків, а невдачі у спілкуванні детермінуються внутрішніми індивідуально-психологічними факторами особистості.

Діагностичний компонент

Мета: визначення та розуміння учасниками рівня самооцінки, проведення тесту-опитувальника на визначення рівня самооцінки С.В. Ковальова [14, с. 19].

Корекційно-розвиваючий компонент

1. Вправа «Мої друзі та я» (Мої друзі сказали б про мене, що я...) [1, с. 41].

Мета: створення дружньої атмосфери в групі та введення в тему заняття.

2. Вправа «Будинок» (авторська розробка)

Мета: активізувати процеси символічного осмислення та вираження учасниками власного «Я». Учасникам пропонується уявити та намалювати самого себе та свою індивідуальність у вигляді будинку (враховуючи власний тип гендерної ідентичності). При аналізі психомалюнків звертається увага на зміст, форму, розміри будинків, ступінь їх «зручності», комфортності. Відбувається рефлексія, учасники-слухачі можуть виразити власне враження, почуття, які виникли під час презентації кожного будинку. Малюнки класифікуються відповідно до типів гендерної ідентичності, проводиться груповий аналіз, простежуються спільні (в групах) та відмінні (між групами) риси, особливості. На основі проведеної роботи робиться висновок про глибину знань та прийняття кожним із учасників власного «Я».

3. Вправа «Блопси» [1, с. 47].

Мета: визначити власну самооцінку або місце у соціумі.

4. Вправа «Коли я...» (тварина, рослина, пісня, явище природи)

Мета: самопізнання і самовираження; усвідомлення своєї неповторності й потрібності світові [4, с. 79].

5. Вправа «Вихвалянки» (не хочу хвалитися, але я ...) [1, с. 56].

Мета: підвищення самооцінки, підвищення позитивізму в групі.

6. Вправа «Вірш про себе» [1, с. 124]

Мета: усвідомлення власної унікальності, усвідомлення власних життєвих цілей та шляхів їх досягнення.

7. Вправа «Набуття достоїнств» [5, с. 64-65] (адаптована автором з урахуванням типу гендерної ідентичності)

Мета: підвищення рівня самооцінки у представників різних типів гендерної ідентичності, увиразнити самосприйняття через повніше усвідомлення власних позитивних якостей з урахуван-

ням власного типу гендерної ідентичності. Розширити усвідомлення людиною того, як певні достоїнства, особливості, переваги певного типу гендерної ідентичності можуть використовуватися, щоб налагодити такі стосунки з іншими індивідами, які здатні задовольняти особистість. У цій вправі пропонується відкрито обговорювати з іншими членами групи цінні якості представників кожного типу гендерної ідентичності. У вправі не проситься хвалитися, лише бути реалістичним і відкритим щодо власних цінних якостей.

4) Четвертий розділ «Тип гендерної ідентичності та суб'єктивне переживання самотності» складається з інформаційно-змістового, діагностичного та корекційно-розвивального компонентів і розглядає питання, пов'язані з переживанням самотності особами різного типу гендерної ідентичності та попередження виникнення даного психологічного стану в людини будь-якого типу гендерної ідентичності.

Мета даного розділу – зниження рівня суб'єктивного переживання самотності серед студентської молоді різного типу гендерної ідентичності, вироблення стратегій його попередження.

Відповідно до мети, були поставлені наступні **задачі**:

- формування вмінь попереджати та протидіяти переживанню самотності;
- розвиток навиків міжособистісної взаємодії;
- подолання страху невдачі при встановленні контакту.

Інформаційно-змістовий компонент. На основі аналізу іноземної та вітчизняної літератури розглядаються особливості переживання самотності, причини, що впливають на його виникнення. Оскільки самотність – особистісний феномен, причинами якого можуть бути як соціальні, так і індивідуально-особистісні фактори, робиться акцент на тому, що на самотність впливають індивідуально-психологічні особливості характеру людини. Виокремлюється важливість соціальних зв'язків індивіда, зокрема зразок або стандарт соціальних стосунків, до яких індивід прагне.

Діагностичний компонент.

Мета: визначення рівня суб'єктивного переживання самотності, проведення «Методики діагностики рівня переживання самотності» Д. Рассела та М. Фергюсона [11, с. 77-78].

Корекційно-розвиваючий компонент:

1. Вправа «Представлення» [1, с. 79].

Мета: формування установок на виявлення позитивних особистісних якостей, розвиток умінь представити себе та ввійти в первинний контакт з оточуючими.

2. Вправа «Акваріум» (авторська розробка).

Мета: розуміння власних потреб, аналіз умов особистої гармонії.

Уявіть себе рибою, намалюйте найкращі умови існування в акваріумі, які б були найприйнятніші для вас та в цілому вас задовольняли б.

3. Вправа «Самотність» [12, с. 65].

Мета: самоаналіз ситуацій виникнення відчуття самотності, розуміння та аналіз причин переживання самотності.

4. Вправа «Шляхи самотності» [12, с. 66].

Мета: аналіз моделей поведінки у ситуації переживання самотності, визначення ефективності різних моделей поведінки.

5. Вправа «Інвентар стосунків» [12, с. 68].

Мета: підготовка учасників до розуміння необхідності розширення або звуження кола близьких знайомих.

6. Вправа «У літаку» (авторська розробка).

Мета: розігрування ситуації знайомства, розвиток навичок соціальної взаємодії, встановлення первинного контакту.

7. Вправа «Вправа із сумкою» [5, с. 54].

Мета: сприяти зниженню рівня самотності, пов'язана з теорією, покладеною в основу «вікна Джохарі». Вона спрямована на ті якості, про які ви зазвичай говорите іншим (ваша відкрита зона), і про ті, які приховуєте від інших (ваша таємна зона).

8. Вправа «Уявні ситуації» [5, с. 124] (адаптована автором)

Мета: допомогти дізнатися більше нового про себе, можливостей прояву та вчинків кожного типу гендерної ідентичності за допомогою вашої уяви, а також розкрити інших учасників з нового, цікавого боку. Пропонуються уявні ситуації. Вони сприяють встановленню стосунків з самотніми людьми і надання допомоги тим, кому потрібна та чи інша підтримка, корекція проявів поведінки різних типів гендерної ідентичності, які не задовольняють власників певного типу гендерної ідентичності.

Наприкінці тренінгу в групі відбувається рефлексивний аналіз проведеної роботи, під час якого підводяться підсумки заняття, з'ясовують, чого навчилися, що зрозуміли, які важливі знання візьмуть із собою. Учасники свої думки фіксують на стікерах. Після того, як всі висловили свою думку, папірці прикріплюють на загальну дошку «досвіду».

Висновки. Ефективність проведення корекційної програми тренінгової форми «Гендерна ідентичність як чинник психологічного благополуччя студентської молоді» визначається за допомогою порівняльного аналізу гендерної компетентності мо-

лоді, що проводиться на початку та наприкінці заняття. Також важливо враховувати результати анкетного опитування учасників щодо їх оцінки ефективності навчальної програми, рефлексивний аналіз та якісний аналіз виконання вправ.

У результаті проведення корекційної програми тренінгової форми очікується підвищення гендерної компетентності молоді, усвідомлення власного типу гендерної ідентичності, розвиток усвідомлення андрогенного типу гендерної ідентичності як найбільш сприятливого психологічному благополуччю особистості, усвідомлення власної цінності, розвиток позитивного відношення до інших, формування характеристик, необхідних людині для гармонійного самовідчуття в різних сферах життя, а також набуття навиків, важливих для встановлення соціальних контактів та ефективної міжособистісної взаємодії і, як наслідок, підвищення рівня самооцінки та зниження рівня переживання самотності.

Список використаних джерел

1. Безпальча Р. Гендер і Ми. Інтегрування гендерного підходу в освіту та виховання: навч.-метод. посіб. для шк. та ст. молоді / Р. Безпальча, Т. Мельник. – К., 2009. – 160 с.
2. Бондаревська І.О. Гендерна ідентичність жінок-менеджерів: монографія / І. О. Бондаревська. – Дніпропетровськ: «Інновація», 2011. – 224 с.
3. Воронцова Т. В. Захисти себе від ВІЛ. Тренінги життєвих навичок: посібник для учнів старшого підліткового та юнацького віку / Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко. – К.: Освіта, 2013. – 168 с.
4. Городнова Н. Гендерний розвиток особистості: 2-е видання / Н. Городнова. – К.: Шк. світ, 2001. – 128 с.
5. Джонсон Д. В. Соціальна психологія: тренінг міжособистісного спілкування / Д. В. Джонсон. – К.: Вид. дім «КМ Академія», 2003. – 288 с.
6. Дмитренко О. Ю. Взаємозв'язок психологічного благополуччя з типом гендерної ідентичності та індивідуально-психологічними характеристиками студентської молоді / О.Ю. Дмитренко // Актуальні проблеми психології: зб. наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Том 11. – Вип.9. – К.: Фенікс, 2014. – С. 318-330.
7. Дмитренко О.Ю. Гендерна ідентичність як детермінанта самооцінки / О.Ю. Дмитренко // Актуальні проблеми психології: зб. наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Вип.31-32. – 2011. – С.359-364.

8. Дмитренко О.Ю. Прояв суб'єктивного переживання самотності, самооцінки та депресивного стану в залежності від типу гендерної ідентичності та статі студентської молоді / Ю. Ю. Дмитренко // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер.: Педагогіка і психологія. – Ялта: РВВ КТУ, 2013. – Вип. 41. – Ч.3. – С. 414-423.
9. Москаленко В.В. Соціалізація особистості: монографія / В. Москаленко. – К.: Фенікс, 2013. – 540 с.
10. Практикум по гендерной психологии / под ред. И. С. Клециной. – СПб.: Питер, 2002. – 478 с.
11. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты/ Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 2002. – 672 с.
12. Ромек В. Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях / В.Г. Ромек. – СПб.: Речь, 2003. – 175 с.
13. Технології роботи організаційних психологів: Навчальний посібник для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-в післядипломної освіти / За наук. ред. Л.М. Карамушки. – К.: Фірма «ІНКОС», 2005. – 366 с.
14. Шайгородский Ю. Ж. Точка отсчёта: методики личностной и социально-психологической диагностики учителя / Ю.Ж. Шайгородский. – Омск: Интеллектика, 1992. – 40 с.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Bezpal'cha R. Gender i My. Integruvannja gendernogo pidhodu v osvitu ta vyhovannja: navch.-metod. posib. dlja shk. ta st. molodi / R. Bezpal'cha, T. Mel'nyk. – K., 2009. – 160 s.
2. Bondarevs'ka I.O. Gendernaidentychnist' zhinok-menedzheriv: monografija / I. O. Bondarevs'ka. – Dnipropetrovs'k: «Innovacija», 2011. – 224 s.
3. Voroncova T. V. Zahysty sebe vid VIL. Treningy zhyttjevyh navychok: posibnyk dlja uchniv starshogo pidlitkovogo ta junac'kogo viku / T. V. Voroncova, V. S. Ponomarenko. – K.: Osvita, 2013. – 168 s.
4. Gorodnova N. Gendernyj rozvytok osobystosti: 2-e vydannja / N. Gorodnova. – K.: Shk. svit, 2001. – 128 s.
5. Dzhonson D. V. Social'na psihologija: trening mizhosobystisnogo spilkuvannja / D. V. Dzhonson. – K.: Vyd. dim «KM Akademiya», 2003. – 288s.
6. Dmytrenko O. Ju. Vzajemozv'jazok psihologichnogo blagopoluchchja z typtom gendernoi' identychnosti ta indyvidual'no-pshihologichnymy harakterystykamy students'koi' molodi / O.Ju. Dmytrenko // Aktual'ni problemy psihologii': zb.

- naukovykh prac' Instytutu psihologii' im. G.S. Kostjuka NAPN Ukraїny. Tom 11. – Vyp.9. – K.: Feniks, 2014. – S. 318- 330.
7. Dmytrenko O.Ju. Genderna identychnist' jak determinanta samoocinky / O.Ju. Dmytrenko // Aktual'ni problemy psihologii': zb. naukovykh prac' Instytutu psihologii' im. G.S. Kostjuka NAPN Ukraїny. Vyp.31-32. – 2011. – S.359-364.
 8. Dmytrenko O.Ju. Projav sub'jektyvnogo perezhyvannja samotnosti, samoocinky ta depresyvnogo stanu v zalezhnosti vid typu gendernoi' identychnosti ta stati students'koi' molodi / Ju. Ju. Dmytrenko // Problemy suchasnoi' pedagogichnoi' osvity. Ser.: Pedagogika i psihologija. – Zb. Statej: – Jalta: RVV KTU, 2013. – Vyp. 41. – Ch.3. – S. 414-423.
 9. Moskalenko V.V. Socializacija osobystosti: monografija / V. Moskalenko. – K.: Feniks, 2013. – 540 s.
 10. Praktikum po gendernoj psihologii / pod red. I. S. Klecinoj. – SPb.: Piter, 2002. – 478 s.
 11. Rajgorodskij D.Ja. Prakticheskaja psihodiagnostika. Metodiki i testy/ D.Ja. Rajgorodskij. – Samara: Izdatel'skij dom «BAH-RAH-M», 2002. – 672 s.
 12. Romek V. G. Trening uverennosti v mezhlіchnostnyh otnoshenijah / V.G. Romek. – SPb.: Rech', 2003. – 175 s.
 13. Tehnologii' roboty organizacijnyh psihologiv: Naval'nyj posibnyk dlja studentiv vyshh. navch. zakl. ta sluhachiv in-v pisljadyplomnoi' osvity / Za nauk. red. L.M. Karamushky. – K.: Firma «INKOS», 2005. – 366s.
 14. Shajgorodskij Ju. Zh. Tochka otscheta: metodiki lichnostnoj i social'no-psihologicheskoi diagnostiki uchitelja / Ju.Zh. Shajgorodskij. – Omsk: Intellektika, 1992. – 40 s.

O.Y. Dmytrenko. Correctional program in training form: «Gender identity as a factor of students' psychological well-being». The article deals with the analysis of the phenomenon of a personality's gender identity as an important factor of «Me»-conception formation among youth, self-realization, awareness of their own value and socialization in modern world. The special attention is concentrated on the importance of understanding of personal type of gender identity in youth age, as far as it is a period of the formation of person's world-outlook consciousness, temper and self-determination, it helps to understand person's gender identity. Before this period student's youth doesn't often have the understanding of gender identity. It is determined, that the principal aim of realizing gender identity is a personality's self-realization, the perception of every person as individuality, and using the advantages of certain gender identity type to establish close productive social connections. The results of

the studies concerning the level of self-appraisal and students' feelings of loneliness of different types of gender identity are presented in this article. We distinguished the basic determinants of psychological well-being of personality. The correctional program of gender identity components' development among the student youth as a fundamental factor of their psychological well-being is presented in the paper. We revealed the tasks of the program and grounded theoretical and methodological basis. Psychological technologies and methods of the work are characterized. In the article the main directions of the program are outlined. They are: 1) students' realization of a personal type of gender identity; 2) the development of the perception of androgynous type of gender identity as the most favourable for psychological well-being; 3) the rising of the level of self-appraisal among all types of gender identity; 4) the decrease of subjective feeling of loneliness among all types of gender identity.

Key words: type of gender identity, loneliness, self-appraisal, masculine type, feminine type, androgynous type, psychological well-being, youth age.

Recieved August 6, 2014

Revised September 15, 2014

Accepted October 12, 2014

УДК 159.9.015: 159.9.019.2

О.В. Дробот

piterkiev@gmail.com

Професійна установка як структурна складова професійної свідомості

Drobot O.V. Professional orientation as a structural component of professional consciousness / O.V. Drobot // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / edited by S.D.Maksymenko, L.A.Onufriieva. – Issue 26. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2014. – P. 160-174.

О.В. Дробот. Професійна установка як структурна складова професійної свідомості. У статті розглянуто теоретичні положення професійної установки як складової професійної свідомості особистості, показано професійну установку як імовірність переходу активності професійної свідомості – внутрішньої діяльності – в професійну активність, безпосередньо – зовнішню діяльність й поведінку особистості. Зроблено аналіз того доробку, який внесли в науку Вюрцбургська та Грузинська