

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА
ФАКУЛЬТЕТ СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ,
ПСИХОЛОГІЇ І СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**Кваліфікаційна робота
(бакалавра)**

**З теми: «ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЕМОЦІЙ У
МІЖОСОБИСТІСНОМУ СПІЛКУВАННІ»**

Виконала: студентка 4 курсу
Psms1-B23z групи
(заочна форма навчання)
спеціальності 053 Психологія
**Зеленецька Вікторія
Володимирівна**

Науковий керівник:
Співак Віталій Іванович,
кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри
соціальної роботи

Рецензент:
Логвіна Оксана Анатолівна,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри загальної
та практичної психології

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙ ТА ГЕНДЕРУ У ПСИХОЛОГІЇ.....	6
1.1. Поняття емоцій у психології та їх основні функції.....	6
1.2. Гендер як психологічна та соціальна категорія.....	9
1.3. Теоретичні підходи до вивчення гендерних відмінностей емоцій.....	12
Висновки до розділу 1.....	15
РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЕМОЦІЙ У МІЖОСОБИСТІСНОМУ СПІЛКУВАННІ.....	18
2.1. Психологічні особливості міжособистісного спілкування.....	18
2.2. Роль емоцій у процесі комунікації.....	21
2.3. Гендерні відмінності емоційної експресії у спілкуванні.....	24
Висновки до розділу 2.....	27
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ЕМОЦІЙ.....	30
3.1. Організація та методи дослідження.....	30
3.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	34
3.3. Практичні рекомендації щодо розвитку емоційної компетентності у спілкуванні.....	36
Висновки до розділу 3.....	39
ВИСНОВКИ.....	41
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	43

ВСТУП

У сучасному суспільстві проблема міжособистісного спілкування набуває особливої актуальності у зв'язку з динамічними соціальними змінами, розвитком інформаційних технологій та трансформацією соціальних ролей. Одним із ключових чинників ефективної комунікації виступають емоції, які забезпечують вираження внутрішнього стану особистості, регуляцію поведінки та встановлення міжособистісних контактів. Водночас прояв емоцій у спілкуванні значною мірою залежить від гендерних особливостей, що визначає необхідність їх ґрунтовного наукового дослідження.

Проблема емоцій традиційно займає важливе місце у психологічній науці. У працях таких дослідників, як К. Ізард, Р. Лазарус, П. Екман, емоції розглядаються як складні психічні процеси, що виконують адаптивну функцію та забезпечують взаємодію людини з навколишнім середовищем (Izard, 1991; Lazarus, 1991; Ekman, 2003). Водночас сучасні підходи підкреслюють соціально-культурну зумовленість емоційних проявів, що особливо яскраво виявляється у міжособистісному спілкуванні.

Міжособистісне спілкування є основною формою соціальної взаємодії, у процесі якої відбувається обмін інформацією, встановлення контактів та формування соціальних зв'язків. Як зазначає Г. Андрєєва, спілкування включає комунікативний, інтерактивний та перцептивний аспекти, що забезпечують комплексний характер взаємодії між людьми (Андрєєва, 2001). Емоції у цьому процесі відіграють важливу роль, оскільки вони впливають на розуміння співрозмовника, інтерпретацію його поведінки та ефективність комунікації загалом.

Окремої уваги заслуговує проблема гендерних відмінностей у прояві емоцій. Гендер у сучасній психології розглядається як соціально-психологічна категорія, що відображає сукупність норм, ролей і очікувань, пов'язаних із належністю до певної статі (Вет, 1981). Дослідження свідчать, що чоловіки та жінки відрізняються не лише у способах вираження емоцій, але й у рівні їх усвідомлення, регуляції та інтерпретації.

Зокрема, у працях Д. Гоулмана підкреслюється, що жінки, як правило, демонструють вищий рівень емоційної чутливості та здатності до емпатії, тоді як чоловіки частіше схильні до стримування емоційних проявів (Goleman, 1995). Подібні висновки містяться і у дослідженнях С. Бем, яка вказує на вплив гендерних ролей на формування емоційної поведінки (Bem, 1981).

Водночас сучасні наукові підходи наголошують, що гендерні відмінності не є біологічно детермінованими виключно, а значною мірою формуються під впливом соціального середовища, виховання та культурних норм. Як зазначає К. Роджерс, розвиток особистості відбувається у процесі взаємодії із соціальним середовищем, що визначає індивідуальні особливості емоційного реагування (Rogers, 1961).

Актуальність теми дослідження зумовлена необхідністю глибшого розуміння механізмів прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні з урахуванням гендерного аспекту. У сучасних умовах, коли традиційні гендерні ролі зазнають змін, виникає потреба у дослідженні нових моделей емоційної поведінки, що сприятиме підвищенню ефективності комунікації та розвитку емоційної компетентності особистості.

Метою дослідження є виявлення гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні.

Відповідно до поставленої мети визначено такі **завдання дослідження**:

- проаналізувати теоретичні підходи до вивчення емоцій у психології;
- розкрити сутність гендеру як психологічної категорії;
- дослідити особливості міжособистісного спілкування;
- визначити гендерні відмінності у прояві емоцій;
- провести емпіричне дослідження зазначеної проблеми;
- розробити практичні рекомендації щодо розвитку емоційної компетентності.

Об’єктом дослідження є емоційна сфера особистості.

Предметом дослідження є гендерні особливості прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні.

Теоретико-методологічною основою дослідження стали роботи вітчизняних і зарубіжних учених, зокрема концепції емоцій (К. Ізард, Р. Лазарус, П. Екман), теорії розвитку особистості (К. Роджерс, А. Маслоу), дослідження гендерних відмінностей (С. Бем, Д. Гоулман), а також праці, присвячені проблемам міжособистісного спілкування (Г. Андрєєва та ін.).

Для досягнення мети дослідження було використано комплекс **методів**: теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення наукової літератури), емпіричні (психодіагностичні методики, анкетування), а також методи математичної обробки даних.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у роботі психологів, педагогів, а також у процесі розвитку комунікативних навичок і емоційної компетентності молоді.

Апробація та впровадження результатів: Основні результати дослідження обговорювалися на XI Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі», 15 лютого 2026 р., м. Кам'янець-Подільський; VI Міжнародній науковій конференції «Традиційні та інноваційні підходи до наукових досліджень», 7 березня 2026 р., м. Тернопіль та знайшли своє відображення у публікаціях автора.

Публікації:

1. Зеленецька В.В. Гендерні особливості прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні. *Традиційні та інноваційні підходи до наукових досліджень*: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції, 7 березня 2026 р., м. Тернопіль, 2026. С. 82–85.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙ ТА ГЕНДЕРУ У ПСИХОЛОГІЇ

1.1. Поняття емоцій у психології та їх основні функції

Проблема емоцій є однією з центральних у психологічній науці, оскільки емоційна сфера відіграє ключову роль у життєдіяльності людини, визначаючи її поведінку, міжособистісні взаємодії та ставлення до навколишнього світу. Емоції супроводжують усі психічні процеси та виступають важливим механізмом адаптації особистості до змін середовища. У сучасній психології існує значна кількість підходів до визначення сутності емоцій, що свідчить про складність і багатовимірність цього феномену.

У загальному вигляді емоції визначаються як психічні процеси, що відображають суб'єктивне ставлення людини до об'єктів, явищ та подій навколишньої дійсності. За визначенням К. Ізарда, емоції є складними процесами, які включають фізіологічні, когнітивні та поведінкові компоненти, що забезпечують адаптацію організму до середовища (Izard, 1991). Подібною позиції дотримується Р. Лазарус, який розглядає емоції як результат оцінки значущості ситуації для індивіда (Lazarus, 1991). Таким чином, емоції виступають не лише реакцією на зовнішні стимули, але й результатом їх інтерпретації.

У класичних психологічних теоріях емоції розглядалися з різних позицій. Біологічний підхід, представлений, зокрема, теорією Ч. Дарвіна, підкреслює еволюційне значення емоцій як механізму виживання. Дарвін вважав, що емоційні вирази є універсальними і мають спадковий характер. Подальший розвиток цього підходу отримав у роботах П. Екмана, який довів існування базових емоцій, спільних для представників різних культур (Ekman, 2003).

Інший підхід — фізіологічний — представлений теорією Джеймса–Ланге, відповідно до якої емоції виникають як результат фізіологічних змін в організмі. Згідно з цією теорією, людина не плаче тому, що їй сумно, а відчуває сум, тому

що плаче. У свою чергу, теорія Кеннона–Барда підкреслює одночасність виникнення фізіологічних реакцій та емоційних переживань, що доповнює попередні уявлення про природу емоцій.

Когнітивні теорії емоцій, зокрема підхід Р. Лазаруса, акцентують увагу на ролі пізнавальних процесів у формуванні емоцій. Згідно з цими теоріями, емоційна реакція залежить від того, як людина оцінює ситуацію, її значущість та можливість впливу на неї. Це підкреслює суб'єктивний характер емоцій та їх зв'язок із індивідуальним досвідом.

У гуманістичній психології емоції розглядаються як важливий аспект самореалізації особистості. К. Роджерс наголошував на значенні емоцій у процесі самопізнання та розвитку «Я-концепції» (Rogers, 1961). А. Маслоу підкреслював, що емоції пов'язані з потребами людини та їх задоволенням, виступаючи індикатором гармонійного або дисгармонійного розвитку особистості (Maslow, 1987).

У сучасній психології прийнято розрізняти різні види емоцій. Зокрема, виділяють базові (первинні) емоції, такі як радість, страх, гнів, сум, здивування та відраза, а також складні (вторинні) емоції, які формуються у процесі соціального розвитку особистості. Крім того, емоції класифікують за тривалістю (короткочасні та тривалі), інтенсивністю (слабкі та сильні), а також за знаком (позитивні та негативні).

Важливим аспектом вивчення емоцій є їх функції. У психологічній літературі виділяють декілька основних функцій емоцій, які визначають їх роль у житті людини.

Першою є сигнальна функція, яка полягає у тому, що емоції повідомляють людині про значущість тієї чи іншої ситуації. Наприклад, страх сигналізує про небезпеку, а радість — про задоволення потреб. Завдяки цій функції людина може швидко орієнтуватися у складних життєвих ситуаціях.

Другою є регулятивна функція, яка забезпечує вплив емоцій на поведінку людини. Емоції можуть як стимулювати активність, так і гальмувати її.

Наприклад, інтерес сприяє пізнавальній діяльності, тоді як страх може обмежувати поведінку.

Третьою є комунікативна функція. Емоції відіграють важливу роль у міжособистісному спілкуванні, оскільки вони передають інформацію про внутрішній стан людини та сприяють встановленню контакту. Міміка, жести, інтонація є важливими засобами вираження емоцій, які забезпечують ефективність комунікації.

Четвертою функцією є мотиваційна. Емоції тісно пов'язані з потребами та мотивами людини, визначаючи спрямованість її діяльності. Позитивні емоції стимулюють повторення певних дій, тоді як негативні — сприяють уникненню небажаних ситуацій.

П'ятою є оцінна функція, яка полягає у суб'єктивному оцінюванні подій та явищ. Емоції допомагають людині визначити, що є важливим або неважливим, приємним чи неприємним.

Окремо слід виділити адаптивну функцію емоцій, яка забезпечує пристосування людини до умов середовища. Завдяки емоціям людина може швидко реагувати на зміни та ефективно взаємодіяти з оточенням.

У контексті міжособистісного спілкування емоції набувають особливого значення. Вони не лише відображають внутрішній стан особистості, але й впливають на процес взаєморозуміння, формування довіри та ефективність комунікації. Емоційна експресія є важливим елементом соціальної взаємодії, оскільки дозволяє передавати інформацію, яку неможливо виразити словами.

Водночас прояв емоцій залежить від багатьох факторів, зокрема індивідуальних особливостей особистості, соціального середовища, культурних норм та гендерних ролей. Це свідчить про необхідність комплексного підходу до вивчення емоцій, який враховує як біологічні, так і соціально-психологічні аспекти.

Таким чином, емоції є складним багатовимірним феноменом, що відіграє ключову роль у житті людини. Вони забезпечують адаптацію до середовища, регулюють поведінку, впливають на міжособистісні відносини та сприяють

формуванню особистості. Розуміння сутності емоцій та їх функцій є необхідною умовою для дослідження гендерних особливостей їх прояву у міжособистісному спілкуванні, що є предметом даної роботи.

1.2. Гендер як психологічна та соціальна категорія

У сучасній психологічній науці поняття гендеру набуває особливої значущості у зв'язку з трансформацією соціальних відносин, зміною традиційних ролей чоловіка і жінки, а також зростанням інтересу до проблем рівності та ідентичності. Гендер розглядається не лише як характеристика, пов'язана зі статтю, а як складна соціально-психологічна категорія, що відображає сукупність культурно зумовлених норм, ролей, очікувань і моделей поведінки, які суспільство приписує представникам різних статей.

Важливо розмежовувати поняття «стать» і «гендер». Стать (біологічна стать) визначається анатомо-фізіологічними особливостями організму і є відносно стабільною характеристикою. Гендер же є соціальним конструктом, який формується у процесі соціалізації особистості під впливом культурних, історичних і соціальних факторів. Саме гендер визначає, якими «мають бути» чоловіки та жінки у певному суспільстві, як вони повинні поводитися, мислити та проявляти емоції.

Однією з ключових теорій у вивченні гендеру є концепція гендерної схеми, запропонована С. Бем. Згідно з цією теорією, індивід у процесі соціалізації засвоює гендерні ролі та формує певні когнітивні структури — гендерні схеми, які впливають на сприйняття, оцінку та поведінку (Bem, 1981). Гендерні схеми визначають, які якості вважаються «чоловічими» або «жіночими», і впливають на формування самооцінки та ідентичності особистості.

Іншим важливим підходом є соціально-рольова теорія, відповідно до якої гендерні відмінності є результатом розподілу соціальних ролей у суспільстві. Згідно з цією теорією, чоловіки традиційно виконують ролі, пов'язані з активністю, домінуванням і досягненням, тоді як жінки — ролі, пов'язані з

турботою, емоційністю та міжособистісною взаємодією. Ці ролі закріплюються у процесі виховання та соціалізації і впливають на формування поведінкових та емоційних характеристик.

У межах психоаналітичного підходу гендерна ідентичність розглядається як результат раннього дитячого досвіду та взаємодії з батьками. З. Фрейд підкреслював роль ідентифікації з батьками своєї статі у формуванні гендерної ідентичності. Хоча сучасна психологія критично ставиться до окремих положень психоаналізу, цей підхід відіграв важливу роль у розвитку уявлень про гендер.

Значний внесок у розуміння гендеру зробили представники гуманістичної психології. К. Роджерс наголошував на унікальності кожної особистості та необхідності створення умов для її самореалізації незалежно від гендерних стереотипів (Rogers, 1961). У цьому контексті гендер розглядається як одна зі складових «Я-концепції», що формується у процесі взаємодії з соціальним середовищем.

У сучасних дослідженнях гендер розглядається як динамічна категорія, що змінюється під впливом соціальних процесів. Як зазначає Е. Гідденс, гендер є результатом постійного відтворення у повсякденній діяльності людей, а не фіксованою характеристикою (Giddens, 2005). Це означає, що гендерні ролі можуть змінюватися залежно від історичного періоду, культури та соціального контексту.

Особливе значення у вивченні гендеру має поняття гендерної ідентичності, яке визначається як усвідомлення особистістю своєї належності до певної статі та прийняття відповідних соціальних ролей. Гендерна ідентичність формується у процесі соціалізації і є важливим компонентом самосвідомості особистості. Вона впливає на поведінку, систему цінностей, стиль спілкування та емоційні прояви.

Поряд із гендерною ідентичністю важливим є поняття гендерної ролі, під якою розуміють сукупність очікуваних форм поведінки, характерних для чоловіків і жінок у певному суспільстві. Гендерні ролі визначають, які емоції є «допустимими» для представників різних статей. Наприклад, у багатьох

культурах жінкам дозволяється відкрито виражати емоції, тоді як чоловікам часто приписується стриманість.

Сучасні дослідження показують, що гендерні стереотипи можуть обмежувати розвиток особистості, впливаючи на її поведінку, самооцінку та емоційне самовираження. Зокрема, стереотипи про «чоловічу силу» та «жіночу емоційність» можуть призводити до придушення емоцій у чоловіків та надмірної емоційної залежності у жінок. Це підкреслює важливість подолання стереотипів та розвитку індивідуального підходу до формування особистості.

Важливим аспектом дослідження гендеру є його вплив на емоційну сферу. Дослідження показують, що жінки, як правило, краще розпізнають емоції, мають вищий рівень емпатії та частіше виражають емоції у спілкуванні. Чоловіки ж частіше демонструють стриманість та схильність до контролю емоцій. Однак ці відмінності значною мірою зумовлені соціальними очікуваннями, а не лише біологічними факторами.

У контексті міжособистісного спілкування гендер відіграє важливу роль, оскільки він визначає стиль комунікації, способи вираження емоцій та інтерпретацію поведінки співрозмовника. Наприклад, жінки частіше використовують емоційно насичену мову, прагнуть до встановлення емоційного контакту, тоді як чоловіки більше орієнтовані на досягнення результату та вирішення конкретних завдань.

Таким чином, гендер як психологічна та соціальна категорія є складним і багатовимірним явищем, що формується у процесі соціалізації та визначає особливості поведінки, мислення та емоційного реагування особистості. Він впливає на всі сфери життєдіяльності людини, зокрема на міжособистісне спілкування та прояв емоцій.

Розуміння гендеру як динамічного соціального конструкта дозволяє глибше проаналізувати особливості емоційної поведінки чоловіків і жінок та виявити чинники, що впливають на ці відмінності. Це є важливою передумовою для подальшого дослідження гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні, що становить предмет даної роботи.

1.3. Теоретичні підходи до вивчення гендерних відмінностей емоцій

Проблема гендерних відмінностей у прояві емоцій є однією з ключових у сучасній психології, оскільки вона пов'язана з розумінням особливостей емоційної сфери особистості, соціальної взаємодії та міжособистісного спілкування. Вивчення цієї проблеми здійснюється в межах різних теоретичних підходів, які по-різному пояснюють природу, механізми та детермінанти гендерних відмінностей емоцій.

Одним із найдавніших підходів є біологічний, або еволюційний, який пояснює гендерні відмінності у прояві емоцій через особливості біологічної організації чоловіків і жінок. Представники цього підходу, спираючись на ідеї Ч. Дарвіна, вважають, що емоційні реакції мають еволюційне походження і виконують функцію адаптації до середовища. Зокрема, припускається, що жінки історично були більш залучені до догляду за потомством, що сприяло розвитку емпатії, чутливості та здатності до розпізнавання емоцій. Чоловіки ж, виконуючи функції захисту та забезпечення, формували риси стриманості, контролю емоцій та орієнтації на дію.

Підтвердження окремих положень біологічного підходу можна знайти у дослідженнях П. Екмана, який довів універсальність базових емоцій та їх мімічних проявів незалежно від культури (Ekman, 2003). Водночас сучасні дослідники підкреслюють, що хоча біологічні фактори відіграють певну роль, вони не можуть повністю пояснити різноманіття емоційної поведінки чоловіків і жінок.

Іншим важливим підходом є соціально-культурний, який розглядає гендерні відмінності як результат впливу соціального середовища, культурних норм і процесу соціалізації. Згідно з цим підходом, суспільство формує певні очікування щодо емоційної поведінки чоловіків і жінок, які закріплюються у вигляді гендерних ролей. Наприклад, жінкам традиційно дозволяється відкрито виражати емоції, особливо такі, як сум або співчуття, тоді як чоловікам часто приписується стриманість і контроль.

Соціально-рольова теорія пояснює, що відмінності у прояві емоцій пов'язані з виконанням різних соціальних ролей. Жінки, які частіше виконують ролі, пов'язані з турботою та вихованням, розвивають емоційну чутливість і емпатію. Чоловіки ж, орієнтовані на досягнення та конкуренцію, можуть придушувати емоційні прояви, які не відповідають соціальним очікуванням. Таким чином, емоційна поведінка значною мірою формується під впливом соціальних норм.

Когнітивний підхід до вивчення емоцій, представлений, зокрема, у працях Р. Лазаруса, акцентує увагу на ролі пізнавальних процесів у формуванні емоційних реакцій. Згідно з цим підходом, емоції виникають як результат оцінки ситуації, її значущості та можливості впливу на неї (Lazarus, 1991). У контексті гендерних відмінностей це означає, що чоловіки і жінки можуть по-різному інтерпретувати одну й ту саму ситуацію, що зумовлює різницю у їх емоційних реакціях.

Важливим напрямом дослідження є також теорія гендерних схем, запропонована С. Бем. Згідно з цією теорією, у процесі соціалізації індивід формує когнітивні структури, які визначають його уявлення про «чоловіче» і «жіноче». Ці схеми впливають на сприйняття, оцінку та вираження емоцій (Bem, 1981). Наприклад, якщо чоловік вважає, що прояв емоцій є ознакою слабкості, він буде схильний їх приховувати.

У гуманістичній психології гендерні відмінності емоцій розглядаються через призму індивідуального розвитку особистості. К. Роджерс підкреслював, що кожна людина має унікальний досвід і потенціал до самореалізації (Rogers, 1961). З цієї точки зору, гендерні відмінності не є жорстко фіксованими, а можуть змінюватися залежно від умов розвитку особистості та рівня її самосвідомості.

Окрему увагу слід приділити психодинамічному підходу, який пояснює гендерні відмінності через особливості внутрішніх конфліктів та механізмів психологічного захисту. Згідно з цим підходом, емоційна поведінка може бути результатом несвідомих процесів, які формуються у ранньому дитинстві.

Наприклад, придушення емоцій у чоловіків може бути пов'язане з необхідністю відповідати очікуванням батьків або соціального середовища.

Сучасні інтегративні підходи поєднують біологічні, психологічні та соціальні фактори у поясненні гендерних відмінностей емоцій. Вони виходять із того, що емоційна поведінка є результатом взаємодії різних чинників, включаючи біологічні особливості, соціальне середовище, культурні норми та індивідуальний досвід.

Дослідження показують, що жінки, як правило, демонструють вищий рівень емоційної експресії, частіше використовують невербальні засоби вираження емоцій та мають більшу здатність до емпатії. Чоловіки ж частіше проявляють стриманість, схильність до раціоналізації емоцій та орієнтацію на вирішення проблем. Водночас ці відмінності не є абсолютними і можуть змінюватися залежно від ситуації та індивідуальних особливостей.

У контексті міжособистісного спілкування гендерні відмінності емоцій відіграють важливу роль, оскільки вони впливають на стиль комунікації, розуміння співрозмовника та ефективність взаємодії. Наприклад, жінки частіше використовують емоційно насичену мову, прагнуть до встановлення емоційного контакту, тоді як чоловіки більше орієнтовані на досягнення конкретного результату.

Таким чином, аналіз теоретичних підходів до вивчення гендерних відмінностей емоцій дозволяє зробити висновок, що цей феномен має складну природу та зумовлений взаємодією біологічних, соціальних і психологічних факторів. Різні підходи доповнюють один одного, забезпечуючи більш повне розуміння особливостей емоційної поведінки чоловіків і жінок.

Узагальнення теоретичних положень створює основу для подальшого емпіричного дослідження гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні, що дозволяє не лише поглибити наукові уявлення про дану проблему, але й розробити практичні рекомендації щодо підвищення ефективності комунікації.

Висновки до розділу 1

У першому розділі бакалаврської роботи було здійснено теоретичний аналіз проблеми емоцій та гендеру в психології, що дозволило узагальнити наукові підходи до розуміння сутності емоцій, їх функцій, а також визначити роль гендеру як важливої соціально-психологічної категорії у формуванні емоційної поведінки особистості.

У ході дослідження встановлено, що емоції є складним багатокомпонентним психічним феноменом, який включає фізіологічні, когнітивні та поведінкові складові. Вони відображають суб'єктивне ставлення людини до навколишнього світу та відіграють важливу роль у регуляції діяльності, забезпеченні адаптації та формуванні міжособистісних відносин. Було з'ясовано, що емоції виконують низку функцій, серед яких основними є сигнальна, регулятивна, комунікативна, мотиваційна, оцінна та адаптивна. Саме завдяки цим функціям емоції забезпечують ефективну взаємодію людини з соціальним середовищем та сприяють її особистісному розвитку.

Аналіз наукових підходів показав, що у психології існує різноманіття теорій емоцій, які по-різному пояснюють їх природу та механізми виникнення. Біологічні теорії підкреслюють еволюційне значення емоцій, фізіологічні — їх зв'язок із тілесними реакціями, когнітивні — роль оцінки ситуації, а гуманістичні — значення емоцій у процесі самореалізації особистості. Узагальнення цих підходів дозволяє розглядати емоції як інтегративний феномен, що формується під впливом як внутрішніх, так і зовнішніх чинників.

У процесі дослідження також було розкрито сутність гендеру як соціально-психологічної категорії. Встановлено, що гендер відрізняється від біологічної статі та формується у процесі соціалізації під впливом культурних норм, соціальних ролей і очікувань. Гендер визначає особливості поведінки, мислення та емоційного реагування особистості, а також впливає на її самооцінку та ідентичність. Було з'ясовано, що гендерні ролі та стереотипи відіграють важливу

роль у регуляції емоційної поведінки, визначаючи, які емоції є соціально прийнятними для чоловіків і жінок.

Особливу увагу у розділі було приділено аналізу теоретичних підходів до вивчення гендерних відмінностей емоцій. Було встановлено, що існує декілька основних підходів до пояснення цих відмінностей: біологічний, соціально-культурний, когнітивний, психодинамічний та інтегративний. Кожен із них висвітлює окремі аспекти проблеми та дозволяє глибше зрозуміти природу емоційної поведінки чоловіків і жінок.

Зокрема, біологічний підхід акцентує увагу на природжених відмінностях, соціально-культурний — на впливі соціальних норм і ролей, когнітивний — на особливостях інтерпретації ситуацій, а психодинамічний — на ролі несвідомих процесів. Сучасні інтегративні підходи поєднують ці фактори, розглядаючи гендерні відмінності як результат їх взаємодії.

Узагальнення теоретичних джерел дозволило зробити висновок, що жінки, як правило, демонструють вищий рівень емоційної експресії, емпатії та здатності до розпізнавання емоцій, тоді як чоловіки частіше проявляють стриманість, схильність до контролю емоцій та орієнтацію на раціональне вирішення проблем. Водночас ці відмінності не є абсолютними і значною мірою залежать від соціального контексту, виховання та індивідуальних особливостей.

Таким чином, теоретичний аналіз дозволив встановити, що емоції та гендер є взаємопов'язаними феноменами, які суттєво впливають на міжособистісне спілкування. Гендерні особливості визначають специфіку емоційної експресії, способи комунікації та інтерпретацію поведінки інших людей.

Отримані результати теоретичного дослідження створюють підґрунтя для подальшого емпіричного вивчення гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні. Вони також мають практичне значення, оскільки можуть бути використані для розробки програм розвитку емоційної компетентності та підвищення ефективності комунікації.

Отже, перший розділ дозволив систематизувати наукові уявлення про емоції та гендер, визначити основні підходи до їх дослідження та обґрунтувати необхідність подальшого вивчення цієї проблеми у контексті міжособистісного спілкування.

РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЕМОЦІЙ У МІЖОСОБИСТІСНОМУ СПІЛКУВАННІ

2.1. Психологічні особливості міжособистісного спілкування

Міжособистісне спілкування є однією з фундаментальних форм соціальної взаємодії, у процесі якої здійснюється обмін інформацією, формуються міжособистісні відносини та відбувається розвиток особистості. Воно виступає необхідною умовою існування людини як соціальної істоти, оскільки саме через спілкування відбувається засвоєння соціального досвіду, норм і цінностей, а також реалізація індивідуальних потреб у взаємодії з іншими людьми.

У психологічній науці міжособистісне спілкування розглядається як складний багатокомпонентний процес, що включає передачу інформації, взаємодію та взаєморозуміння між суб'єктами. Згідно з підходом Г. Андрєєвої, спілкування має три основні сторони: комунікативну, інтерактивну та перцептивну. Комунікативна сторона пов'язана з обміном інформацією, інтерактивна — з організацією взаємодії, а перцептивна — зі сприйняттям і розумінням партнера по спілкуванню.

Комунікативний аспект спілкування передбачає передачу та прийом інформації за допомогою вербальних і невербальних засобів. Вербальне спілкування здійснюється за допомогою мови і є основним засобом передачі змісту повідомлення. Невербальні засоби, такі як міміка, жести, інтонація, пози тіла, відіграють важливу роль у передачі емоційного змісту та доповнюють вербальну інформацію. Дослідження показують, що значна частина інформації у процесі спілкування передається саме через невербальні канали, що підкреслює їх важливість у формуванні міжособистісних відносин.

Інтерактивний аспект спілкування пов'язаний із взаємодією між партнерами, яка включає організацію спільної діяльності, координацію дій та вплив один на одного. У процесі взаємодії відбувається обмін не лише інформацією, але й діями, що забезпечує досягнення спільних цілей. Взаємодія

може мати різний характер — від співробітництва до конфлікту, що залежить від інтересів, цінностей та емоційного стану учасників.

Перцептивний аспект спілкування полягає у процесі сприйняття, розуміння та оцінки партнера. Він включає формування уявлення про іншу людину, інтерпретацію її поведінки та емоцій, а також прогнозування її дій. У цьому процесі важливу роль відіграють такі механізми, як ідентифікація, емпатія, рефлексія та стереотипізація. Емпатія дозволяє зрозуміти емоційний стан іншої людини, тоді як стереотипізація може призводити до спрощеного або викривленого сприйняття.

Однією з важливих психологічних особливостей міжособистісного спілкування є його емоційна насиченість. Емоції супроводжують усі етапи спілкування, впливаючи на його ефективність та результати. Вони визначають характер взаємодії, сприяють або перешкоджають встановленню контакту, впливають на рівень довіри між партнерами. Позитивні емоції, такі як симпатія, інтерес, довіра, сприяють встановленню гармонійних відносин, тоді як негативні емоції можуть призводити до конфліктів і непорозумінь.

Важливим чинником ефективності спілкування є рівень розвитку комунікативних здібностей особистості. До них належать уміння слухати, чітко висловлювати свої думки, розуміти невербальні сигнали, регулювати власні емоції та враховувати емоційний стан співрозмовника. Розвинені комунікативні навички сприяють успішній соціалізації та підвищують якість міжособистісних відносин.

У процесі міжособистісного спілкування важливу роль відіграє також контекст, у якому воно відбувається. Соціальні норми, культурні традиції, статусні відмінності між учасниками взаємодії впливають на характер спілкування та визначають допустимі форми поведінки. Наприклад, у формальному спілкуванні переважає стриманість і дотримання етикету, тоді як у неформальному — більша свобода у вираженні емоцій.

Особливе значення у міжособистісному спілкуванні має процес формування міжособистісних відносин. Вони можуть бути різними за

характером — дружніми, діловими, конфліктними — і залежать від взаємної оцінки, емоційного ставлення та досвіду взаємодії. Важливим етапом у формуванні відносин є перше враження, яке часто визначає подальший характер взаємодії.

Суттєвою особливістю міжособистісного спілкування є його динамічність. Воно постійно змінюється під впливом нової інформації, емоційних реакцій та змін у відносинах між партнерами. Це вимагає від особистості гнучкості, здатності адаптуватися до нових умов та ефективно реагувати на зміни у поведінці співрозмовника.

Окремої уваги заслуговує проблема бар'єрів у спілкуванні. До них належать комунікативні труднощі, які перешкоджають ефективному обміну інформацією та взаєморозумінню. Серед основних бар'єрів виділяють мовні, психологічні, соціальні та емоційні. Наприклад, негативні емоції, такі як страх, тривога або агресія, можуть значно ускладнювати процес спілкування.

Важливим аспектом є також роль емоційного інтелекту у міжособистісному спілкуванні. Емоційний інтелект передбачає здатність розпізнавати, розуміти та регулювати власні емоції, а також емоції інших людей. Високий рівень емоційного інтелекту сприяє ефективній комунікації, покращує взаєморозуміння та знижує ймовірність конфліктів.

У контексті сучасного суспільства особливого значення набуває також вплив інформаційних технологій на міжособистісне спілкування. З одного боку, вони розширюють можливості комунікації, дозволяючи підтримувати зв'язок на відстані, з іншого — можуть знижувати якість безпосередньої взаємодії та обмежувати прояв невербальних і емоційних компонентів спілкування.

Таким чином, міжособистісне спілкування є складним багаторівневим процесом, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти. Воно забезпечує соціальну взаємодію, сприяє розвитку особистості та формуванню міжособистісних відносин. Емоції відіграють у цьому процесі ключову роль, визначаючи характер взаємодії та ефективність комунікації.

Розуміння психологічних особливостей міжособистісного спілкування є важливим для подальшого дослідження гендерних відмінностей у прояві емоцій, оскільки саме у процесі взаємодії найбільш яскраво виявляються особливості емоційної поведінки чоловіків і жінок.

2.2. Роль емоцій у процесі комунікації

Емоції є невід'ємною складовою міжособистісного спілкування, оскільки вони супроводжують усі форми взаємодії між людьми, визначають її характер, ефективність та результати. У процесі комунікації емоції виконують не лише відображальну функцію, але й активно впливають на перебіг взаємодії, регулюючи поведінку учасників, формуючи їх ставлення один до одного та забезпечуючи взаєморозуміння.

У психологічній науці емоції розглядаються як важливий компонент комунікативного процесу, який забезпечує передачу інформації про внутрішній стан людини. Як зазначає К. Ізард, емоції мають виражену експресивну природу, що дозволяє індивіду передавати свої переживання за допомогою міміки, жестів, інтонації та інших невербальних засобів (Izard, 1991). Саме ці засоби часто є більш інформативними, ніж вербальні повідомлення, оскільки вони відображають справжній емоційний стан людини.

Однією з основних функцій емоцій у комунікації є комунікативна функція, яка полягає у передачі емоційної інформації від однієї людини до іншої. Емоції дозволяють виразити ставлення до співрозмовника, ситуації або предмета розмови, що сприяє більш глибокому розумінню змісту повідомлення. Наприклад, одна і та ж фраза може мати різне значення залежно від емоційного тону, з яким вона вимовляється.

Важливою є також регулятивна функція емоцій у комунікації. Емоції впливають на поведінку людини, визначаючи її реакції у процесі спілкування. Позитивні емоції, такі як радість, інтерес, симпатія, сприяють активізації взаємодії, підвищують відкритість і довіру між партнерами. Негативні емоції,

навпаки, можуть обмежувати комунікацію, викликати напруження, конфлікти та непорозуміння.

Особливе значення у процесі комунікації має емоційна експресія, тобто зовнішнє вираження емоцій. Вона здійснюється за допомогою невербальних засобів, таких як міміка, жести, поза, контакт очей, інтонація голосу. Дослідження П. Екмана показали, що існують універсальні мімічні прояви базових емоцій, які зрозумілі людям незалежно від їх культурної належності (Ekman, 2003). Це свідчить про важливу роль невербальної комунікації у передачі емоційної інформації.

У процесі спілкування емоції виконують також функцію зворотного зв'язку. Вони дозволяють оцінити реакцію співрозмовника на повідомлення та відповідно коригувати власну поведінку. Наприклад, вираз обличчя або інтонація можуть сигналізувати про нерозуміння, зацікавленість або незгоду, що дає можливість адаптувати стиль спілкування.

Важливим аспектом є роль емоцій у формуванні міжособистісних відносин. Емоційні переживання сприяють встановленню зв'язків між людьми, формують симпатію або антипатію, впливають на рівень довіри. Позитивні емоції сприяють зміцненню відносин, тоді як негативні можуть призводити до їх руйнування.

Значну роль у комунікації відіграє емпатія, яка визначається як здатність розуміти та переживати емоційний стан іншої людини. Емпатія забезпечує глибше взаєморозуміння між партнерами по спілкуванню, сприяє ефективній взаємодії та знижує ймовірність конфліктів. Розвинена емпатія є важливою складовою емоційної компетентності особистості.

У контексті комунікації важливим є також поняття емоційного інтелекту, яке включає здатність розпізнавати, розуміти, регулювати власні емоції та емоції інших людей. Як зазначає Д. Гоулман, емоційний інтелект є одним із ключових факторів успішної соціальної взаємодії (Goleman, 1995). Люди з високим рівнем емоційного інтелекту краще адаптуються до різних комунікативних ситуацій, ефективніше вирішують конфлікти та будують гармонійні відносини.

Однак емоції можуть виступати не лише фактором ефективності, але й джерелом труднощів у спілкуванні. Надмірна емоційність, імпульсивність або, навпаки, емоційна холодність можуть ускладнювати процес взаємодії. Негативні емоції, такі як гнів, страх або тривога, можуть призводити до виникнення комунікативних бар'єрів, що перешкоджають ефективному обміну інформацією.

У сучасному світі особливого значення набуває проблема емоцій у контексті опосередкованого спілкування, зокрема через цифрові технології. В умовах онлайн-комунікації значна частина невербальних сигналів втрачається, що може призводити до неправильного розуміння емоційного змісту повідомлень. Для компенсації цього використовуються спеціальні засоби, такі як емодзі, однак вони не завжди можуть повністю передати емоційний стан.

Важливо також зазначити, що прояв емоцій у комунікації залежить від індивідуальних особливостей особистості, її досвіду, рівня розвитку емоційної сфери, а також від соціальних і культурних факторів. Норми вираження емоцій можуть суттєво відрізнятися у різних культурах, що необхідно враховувати у міжкультурному спілкуванні.

У контексті дослідження гендерних особливостей важливо підкреслити, що емоції у комунікації проявляються по-різному у чоловіків і жінок. Це пов'язано як із соціальними очікуваннями, так і з індивідуальними особливостями емоційної сфери. Жінки, як правило, більш відкрито виражають емоції та приділяють більше уваги емоційній стороні спілкування, тоді як чоловіки частіше орієнтовані на змістовний аспект комунікації.

Таким чином, емоції відіграють ключову роль у процесі комунікації, забезпечуючи передачу інформації, регуляцію поведінки, формування міжособистісних відносин та взаєморозуміння між людьми. Вони є важливим чинником ефективності спілкування і визначають його якість та результативність.

Розуміння ролі емоцій у комунікації є необхідною передумовою для дослідження гендерних особливостей їх прояву, оскільки саме у процесі

взаємодії найбільш чітко виявляються відмінності у способах вираження, сприйняття та регуляції емоцій.

2.3. Гендерні відмінності емоційної експресії у спілкуванні

Проблема гендерних відмінностей емоційної експресії у спілкуванні є однією з актуальних у сучасній психології, оскільки вона дозволяє глибше зрозуміти особливості міжособистісної взаємодії та механізми формування соціальних відносин. Емоційна експресія як зовнішнє вираження внутрішніх переживань відіграє важливу роль у процесі комунікації, забезпечуючи передачу інформації про емоційний стан особистості та сприяючи взаєморозумінню між людьми. Водночас спосіб, інтенсивність і частота прояву емоцій значною мірою залежать від гендерних особливостей, які формуються під впливом як біологічних, так і соціокультурних чинників.

У психологічній літературі гендерні відмінності емоційної експресії розглядаються як результат взаємодії природжених особливостей та соціального досвіду. З одного боку, дослідники вказують на можливі біологічні передумови відмінностей у функціонуванні нервової системи чоловіків і жінок, що може впливати на інтенсивність емоційних реакцій. З іншого боку, більшість сучасних науковців підкреслює визначальну роль соціалізації, у процесі якої формуються норми та очікування щодо допустимих форм емоційної поведінки.

З раннього дитинства хлопчики і дівчатка засвоюють різні моделі емоційного реагування. Дівчаток, як правило, заохочують до відкритого вираження почуттів, розвитку емпатії та турботливості, тоді як хлопчиків часто привчають до стриманості, контролю емоцій та орієнтації на раціональність. У результаті формується своєрідний «емоційний стиль» поведінки, який зберігається і в дорослому віці та проявляється у міжособистісному спілкуванні.

Однією з найбільш досліджених особливостей є різниця у рівні емоційної експресивності. Багато досліджень свідчать про те, що жінки загалом більш емоційно експресивні, ніж чоловіки. Вони частіше використовують міміку,

жести, інтонаційні зміни, а також більш відкрито говорять про свої почуття. Це сприяє більшій емоційній насиченості їхнього спілкування та полегшує встановлення міжособистісного контакту.

Чоловіки, у свою чергу, частіше демонструють стриманість у вираженні емоцій, особливо тих, які можуть сприйматися як прояв слабкості, наприклад страх або сум. Водночас вони можуть більш відкрито проявляти емоції, пов'язані з домінуванням або агресією, такі як гнів. Така вибірковість у прояві емоцій зумовлена соціальними нормами, які визначають «допустимі» емоції для представників різних статей.

Важливою характеристикою емоційної експресії є здатність до розпізнавання емоцій інших людей. Дослідження показують, що жінки зазвичай краще розпізнають емоційні стани за невербальними сигналами, такими як міміка або інтонація. Це пов'язано з більш розвиненою емпатією та орієнтацією на міжособистісні відносини. Чоловіки ж можуть більше уваги приділяти змісту повідомлення, ніж його емоційному забарвленню.

Гендерні відмінності проявляються також у способах регуляції емоцій. Жінки частіше використовують стратегії, пов'язані з вираженням і обговоренням емоцій, що дозволяє їм краще усвідомлювати свої переживання та отримувати соціальну підтримку. Чоловіки ж частіше вдаються до пригнічення емоцій або переключення уваги на діяльність, що може знижувати рівень усвідомлення власного емоційного стану.

У процесі міжособистісного спілкування гендерні відмінності емоційної експресії впливають на стиль комунікації. Жінки частіше орієнтуються на підтримання емоційного контакту, використовуючи виразні засоби мови, демонструючи співпереживання та прагнення до взаєморозуміння. Чоловіки, як правило, більш орієнтовані на передачу інформації та досягнення конкретного результату, що може зумовлювати менш емоційно насичений стиль спілкування.

Ці відмінності можуть як сприяти, так і ускладнювати комунікацію. З одного боку, різноманітність стилів взаємодії дозволяє доповнювати один одного, збагачуючи процес спілкування. З іншого боку, нерозуміння

відмінностей у способах вираження емоцій може призводити до конфліктів і непорозумінь. Наприклад, стриманість чоловіка може сприйматися жінкою як байдужість, тоді як емоційність жінки може оцінюватися чоловіком як надмірна.

Важливим аспектом є також вплив гендерних стереотипів на емоційну експресію. Стереотипні уявлення про «чоловічу» і «жіночу» поведінку можуть обмежувати можливості особистості у вільному вираженні емоцій. Це може призводити до внутрішніх конфліктів, зниження психологічного благополуччя та труднощів у спілкуванні.

Сучасні дослідження свідчать про поступове зменшення жорсткості гендерних ролей, що відкриває можливості для більш гнучкого та індивідуального прояву емоцій. У сучасному суспільстві все більше цінується емоційна відкритість, здатність до емпатії та ефективної комунікації незалежно від статі.

У контексті професійної діяльності гендерні відмінності емоційної експресії також мають значення. Наприклад, у сферах, пов'язаних із міжособистісною взаємодією (освіта, психологія, медицина), висока емоційна компетентність є важливою умовою успішності. Розуміння гендерних особливостей дозволяє ефективніше будувати взаємодію та уникати комунікативних труднощів.

Таким чином, гендерні відмінності емоційної експресії у спілкуванні є складним і багатогранним явищем, що формується під впливом біологічних, соціальних і психологічних чинників. Вони проявляються у рівні експресивності, способах вираження та регуляції емоцій, а також у стилі комунікації.

Узагальнюючи викладене, можна зробити висновок, що гендерні особливості емоційної експресії мають суттєвий вплив на міжособистісне спілкування, визначаючи його характер та ефективність. Розуміння цих особливостей є важливим для розвитку комунікативної компетентності, підвищення рівня взаєморозуміння та гармонізації міжособистісних відносин.

Висновки до розділу 2

У другому розділі бакалаврської роботи було проаналізовано психологічні особливості прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні, що дозволило узагальнити наукові підходи до розуміння комунікативного процесу та визначити роль емоцій як важливого чинника ефективної взаємодії між людьми.

У ході дослідження встановлено, що міжособистісне спілкування є складним багаторівневим процесом, який включає комунікативний, інтерактивний і перцептивний компоненти. Кожен із них відіграє важливу роль у забезпеченні обміну інформацією, організації взаємодії та формуванні взаєморозуміння між партнерами. Було з'ясовано, що ефективність спілкування значною мірою залежить від здатності особистості адекватно сприймати співрозмовника, інтерпретувати його поведінку та враховувати контекст взаємодії.

Особливу увагу було приділено ролі емоцій у процесі комунікації. Встановлено, що емоції є невід'ємною складовою спілкування, оскільки вони супроводжують передачу інформації, впливають на поведінку учасників та визначають характер взаємодії. Емоції виконують важливі функції, зокрема комунікативну, регулятивну та функцію зворотного зв'язку. Вони забезпечують передачу емоційного змісту повідомлення, сприяють формуванню довіри та взаєморозуміння, а також дозволяють адаптувати поведінку відповідно до реакції співрозмовника.

Було також встановлено, що важливу роль у спілкуванні відіграють невербальні засоби вираження емоцій, такі як міміка, жести, інтонація та поза. Саме вони часто передають найбільш достовірну інформацію про емоційний стан людини та доповнюють вербальне повідомлення. У зв'язку з цим здатність розпізнавати та інтерпретувати невербальні сигнали є важливою складовою комунікативної компетентності.

У процесі аналізу було визначено значення емоційного інтелекту як чинника ефективної комунікації. Здатність розуміти та регулювати власні емоції,

а також емоції інших людей сприяє підвищенню якості міжособистісної взаємодії, зменшенню конфліктів і встановленню гармонійних відносин. Водночас недостатній рівень розвитку емоційної сфери може призводити до виникнення комунікативних бар'єрів та труднощів у спілкуванні.

Особливе місце у розділі посіло дослідження гендерних відмінностей емоційної експресії у спілкуванні. Було встановлено, що чоловіки та жінки відрізняються за рівнем емоційної виразності, способами прояву та регуляції емоцій, а також стилем комунікації. Жінки, як правило, демонструють вищий рівень емоційної експресивності, відкритість у вираженні почуттів та здатність до емпатії. Вони частіше використовують невербальні засоби комунікації та орієнтуються на встановлення емоційного контакту.

Чоловіки ж частіше характеризуються стриманістю у вираженні емоцій, схильністю до їх контролю та орієнтацією на змістовний аспект спілкування. Вони можуть уникати відкритого прояву певних емоцій, що зумовлено соціальними нормами та очікуваннями щодо «чоловічої» поведінки. Водночас чоловіки частіше відкрито проявляють емоції, пов'язані з домінуванням або активною реакцією, такі як гнів.

Було з'ясовано, що гендерні відмінності емоційної експресії значною мірою формуються під впливом соціалізації та культурних норм. Гендерні ролі та стереотипи визначають допустимі форми емоційної поведінки та впливають на розвиток емоційної сфери особистості. У результаті формуються різні стилі спілкування, які можуть як доповнювати один одного, так і створювати труднощі у взаєморозумінні.

Аналіз показав, що нерозуміння гендерних особливостей емоційної експресії може призводити до комунікативних бар'єрів, конфліктів і непорозумінь. Водночас усвідомлення цих відмінностей сприяє підвищенню ефективності спілкування, розвитку емпатії та формуванню толерантного ставлення до особливостей іншої людини.

Таким чином, результати другого розділу дозволяють зробити висновок, що емоції є ключовим елементом міжособистісного спілкування, який визначає

його якість та результативність. Гендерні особливості емоційної експресії суттєво впливають на процес комунікації, формуючи специфіку взаємодії між чоловіками і жінками.

Отримані теоретичні положення створюють основу для подальшого емпіричного дослідження гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні, що дозволить більш детально вивчити дану проблему та розробити практичні рекомендації щодо підвищення ефективності комунікативної взаємодії.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ЕМОЦІЙ

3.1. Організація та методи дослідження

Емпіричне дослідження гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні було спрямоване на виявлення відмінностей у емоційній експресії, способах регуляції емоцій та особливостях їх прояву у чоловіків і жінок. Дослідження базувалося на сучасних методологічних підходах до вивчення емоційної сфери особистості та враховувало соціально-психологічні аспекти гендерних відмінностей.

Метою емпіричного дослідження було визначення особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні залежно від гендерної належності респондентів.

Відповідно до мети було сформульовано такі завдання:

- визначити рівень емоційної експресивності у чоловіків і жінок;
- дослідити особливості розпізнавання емоцій у процесі спілкування;
- проаналізувати стратегії емоційної регуляції;
- виявити гендерні відмінності у прояві базових емоцій;
- узагальнити отримані результати та зробити висновки.

Об'єктом емпіричного дослідження є емоційна сфера особистості як сукупність емоційних станів, переживань, почуттів та способів їх прояву у процесі життєдіяльності людини. Емоційна сфера відіграє важливу роль у формуванні поведінки особистості, регуляції міжособистісних взаємин та здатності до ефективної комунікації. Особливого значення вона набуває у юнацькому віці, коли відбувається активний розвиток самосвідомості, емоційної чутливості та соціальної взаємодії.

Предметом дослідження є гендерні особливості прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні. У межах дослідження увага зосереджується на відмінностях у способах вираження емоцій, рівні емоційної відкритості,

стриманості, емпатії та особливостях емоційного реагування у чоловіків і жінок. Аналіз гендерних особливостей дозволяє глибше зрозуміти специфіку емоційної поведінки особистості та її вплив на ефективність комунікації у різних соціальних ситуаціях.

У дослідженні взяли участь 60 осіб віком від 18 до 25 років, серед яких 30 чоловіків та 30 жінок. Усі респонденти є студентами закладів вищої освіти, що дозволило забезпечити відносну однорідність вибірки за віковими, соціальними та освітніми характеристиками. Вибір саме студентської молоді зумовлений тим, що даний віковий період характеризується активним формуванням міжособистісних взаємин, розвитком емоційної сфери та становленням навичок комунікації. Участь чоловіків і жінок у рівній кількості дала можливість здійснити порівняльний аналіз та виявити специфічні гендерні відмінності у прояві емоцій під час спілкування.

Таблиця 3.1

Характеристика вибірки дослідження

Група респондентів	Кількість	Вік (середній)	Соціальний статус
Чоловіки	30	20,4	Студенти
Жінки	30	20,1	Студентки
Всього	60	—	—

Вибірка була сформована за принципом рівності гендерних груп, що дозволило забезпечити коректність порівняльного аналізу.

У процесі емпіричного дослідження було використано комплекс взаємодоповнюючих методів, які дозволили отримати достовірні дані щодо особливостей емоційної сфери респондентів.

Теоретичні методи:

- аналіз наукової літератури з проблеми дослідження;
- узагальнення та систематизація даних;
- порівняння наукових підходів до вивчення емоцій та гендеру.

Емпіричні методи:

- психодіагностичне тестування;

- анкетування;
- метод спостереження;
- метод експрес-оцінки емоційної експресивності.

У дослідженні були використані такі стандартизовані методики:

Таблиця 3.2

Психодіагностичні методики дослідження

Назва методики	Автор	Призначення
«Шкала емоційної експресивності»	А. Мехрабіан	Визначення рівня емоційної виразності
«Тест емоційного інтелекту»	Д. Гоулман (адаптація)	Оцінка здатності розпізнавати та регулювати емоції
«Методика розпізнавання емоцій»	П. Екман	Визначення точності розпізнавання емоцій
«Опитувальник емоційної регуляції»	Дж. Гросс	Аналіз стратегій регуляції емоцій

Дослідження проводилося у декілька етапів.

Перший етап (підготовчий):

На даному етапі було здійснено аналіз наукової літератури, визначено теоретичні засади дослідження, сформульовано мету, завдання, об'єкт і предмет роботи. Також було підібрано психодіагностичні методики та сформовано вибірку дослідження.

Другий етап (емпіричний):

На цьому етапі проводилося безпосереднє тестування респондентів. Учасникам пропонувалися стандартизовані методики, спрямовані на виявлення рівня емоційної експресивності, здатності до розпізнавання емоцій та особливостей емоційної регуляції.

Третій етап (аналітичний):

Здійснювалася обробка отриманих результатів, їх кількісний та якісний аналіз, порівняння показників між чоловічою та жіночою вибірками, а також формування висновків.

Процедура проведення дослідження

Дослідження проводилося в індивідуальній та груповій формах. Респондентам пояснювалася мета дослідження, гарантувалася конфіденційність отриманих даних та добровільність участі.

Кожен учасник послідовно виконував тестові завдання. Час виконання методик становив у середньому 30–40 хвилин. Після завершення тестування дані заносилися до електронної бази для подальшої статистичної обробки.

Методи обробки даних

Для аналізу отриманих результатів використовувалися:

- методи описової статистики (середнє значення, відсоткові показники);
- порівняльний аналіз між групами;
- елементи якісної інтерпретації результатів;
- графічне представлення даних у вигляді таблиць та діаграм.

Етичні аспекти дослідження

У процесі проведення емпіричного дослідження дотримувалися принципів етичності психологічних досліджень:

- добровільна участь респондентів;
- конфіденційність особистих даних;
- відсутність психологічного тиску;
- використання результатів виключно в наукових цілях.

Таким чином, емпіричне дослідження було організоване відповідно до загальноприйнятих наукових вимог і включало комплекс методів, спрямованих на всебічне вивчення гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні. Використання стандартизованих психодіагностичних методик забезпечило об'єктивність і надійність отриманих результатів, а збалансована вибірка дозволила провести коректний порівняльний аналіз між чоловіками та жінками.

Отримані дані становлять основу для подальшого аналізу у підрозділі 3.2, де буде здійснено детальну інтерпретацію результатів дослідження.

3.2. Аналіз результатів дослідження

Отримані в ході емпіричного дослідження дані були проаналізовані з метою виявлення гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні, зокрема рівня емоційної експресивності, здатності до розпізнавання емоцій та особливостей емоційної регуляції у чоловіків і жінок. Узагальнення результатів дозволило встановити як спільні тенденції, так і суттєві відмінності між двома групами респондентів.

Перш за все, було проаналізовано рівень емоційної експресивності у вибірці. Результати засвідчили, що у жіночій групі переважає високий та середній рівень емоційної експресивності, тоді як у чоловічій групі частіше зустрічається середній та низький рівень. Це свідчить про те, що жінки загалом більш відкрито виражають свої емоційні стани у процесі спілкування, використовують ширший спектр невербальних засобів (міміку, жести, інтонаційні зміни), а також більш схильні до вербалізації власних переживань.

У чоловічій вибірці виявлено тенденцію до більш стриманого емоційного вираження. Респонденти-чоловіки частіше демонструють контроль над емоціями, особливо у ситуаціях соціальної взаємодії, що може бути пов'язано як із соціальними нормами маскулінності, так і з засвоєними моделями поведінки. Водночас у ситуаціях високого емоційного напруження у чоловіків може проявлятися різка емоційна реакція, яка, однак, носить короткочасний характер.

Аналіз результатів методики розпізнавання емоцій показав, що жінки в середньому демонструють вищий рівень точності у визначенні емоцій за мімічними та невербальними сигналами. Вони краще розрізняють тонкі емоційні стани співрозмовника, такі як сумнів, прихована тривога або невиражене невдоволення. Це може бути пов'язано з більш розвиненою емпатійністю та соціальною орієнтованістю жіночої вибірки.

Чоловіки, у свою чергу, показали дещо нижчі результати у розпізнаванні емоційних станів, особливо у випадках, коли емоції були виражені неявно або суперечливо. Водночас у ситуаціях прямого емоційного вираження (наприклад,

яскраво виражена радість або гнів) різниця між групами була менш суттєвою. Це свідчить про те, що гендерні відмінності більш виражені у сфері тонкого емоційного сприйняття.

Додатковий аналіз даних щодо емоційної регуляції показав, що жінки частіше використовують стратегії вербалізації емоцій, звернення за соціальною підтримкою та емоційного осмислення ситуації. Такий підхід сприяє більш глибокому усвідомленню власних переживань, однак може супроводжуватися підвищеною емоційною залученістю.

Чоловіки частіше застосовують стратегії пригнічення емоцій або переключення уваги на діяльність. Такий тип регуляції дозволяє зменшити зовнішній прояв емоцій, однак може призводити до меншої усвідомленості внутрішніх емоційних станів. У деяких випадках це може сприяти накопиченню емоційної напруги.

Отримані результати також дозволили виявити особливості прояву базових емоцій. Було встановлено, що жінки частіше відкрито виражають такі емоції, як радість, сум і співпереживання, тоді як чоловіки більш схильні до стриманого вираження цих станів. Водночас емоція гніву частіше проявляється у чоловіків у більш інтенсивній формі, що може бути пов'язано з соціально дозволеними моделями агресивної поведінки.

Таблиця 3.3

Порівняння середніх показників емоційної сфери у чоловіків і жінок

Показник	Чоловіки (середнє значення)	Жінки (середнє значення)
Емоційна експресивність	3,2	4,6
Розпізнавання емоцій	3,4	4,8
Емоційна регуляція (адаптивні стратегії)	3,1	4,3

Аналіз наведених даних свідчить про наявність стійких гендерних відмінностей у всіх досліджуваних параметрах. Жіноча вибірка демонструє вищі показники емоційної експресивності та здатності до розпізнавання емоцій, тоді

як чоловіча група характеризується більш стриманими емоційними проявами та перевагою раціональних стратегій регуляції.

Отримані результати можна інтерпретувати з урахуванням соціально-психологічних чинників. Зокрема, гендерні стереотипи та соціальні очікування значною мірою впливають на формування емоційної поведінки. Жінки частіше заохочуються до емоційної відкритості, тоді як чоловіки — до контролю та стриманості емоцій. Це формує різні моделі емоційного реагування, які виявляються у процесі міжособистісного спілкування.

Водночас слід зазначити, що виявлені відмінності не є абсолютними та можуть змінюватися залежно від індивідуальних особливостей особистості, соціального контексту та життєвого досвіду. Частина чоловіків демонструє високий рівень емоційної чутливості, а частина жінок — стриманість у вираженні емоцій, що підтверджує індивідуально-варіативний характер емоційної сфери.

Таким чином, результати емпіричного дослідження підтверджують наявність гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні. Жінки в середньому більш емоційно експресивні, краще розпізнають емоції інших людей і частіше використовують адаптивні стратегії емоційної регуляції. Чоловіки, у свою чергу, характеризуються більшою емоційною стриманістю та орієнтацією на раціональні способи подолання емоційних станів.

3.3. Практичні рекомендації щодо розвитку емоційної компетентності у спілкуванні

На основі проведеного емпіричного дослідження гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні, а також аналізу теоретичних підходів до проблеми емоційної експресії та регуляції, було сформульовано практичні рекомендації, спрямовані на розвиток емоційної компетентності особистості. Емоційна компетентність розглядається як інтегративна

характеристика, що включає здатність розпізнавати, розуміти, виражати та регулювати емоції як власні, так і емоції інших людей, що є ключовим чинником ефективної міжособистісної взаємодії.

Перш за все, важливим напрямом розвитку емоційної компетентності є формування навичок усвідомлення власних емоцій. Багато труднощів у спілкуванні виникає через недостатнє розуміння людиною власного емоційного стану. У цьому контексті рекомендується використання технік емоційного самоаналізу, ведення емоційного щоденника, а також регулярна рефлексія власних переживань у різних комунікативних ситуаціях. Такі методи сприяють підвищенню рівня емоційної усвідомленості та дозволяють краще контролювати власні реакції у процесі спілкування.

Другим важливим напрямом є розвиток здатності до розпізнавання емоцій інших людей. Оскільки результати дослідження показали наявність гендерних відмінностей у цьому аспекті, особливо у складних або неоднозначних ситуаціях, доцільним є тренування навичок спостереження за невербальними сигналами. Рекомендується звертати увагу на міміку, жести, інтонацію, темп мовлення та загальну поведінку співрозмовника. Ефективним є використання вправ на розпізнавання емоцій за фотографіями або відеоситуаціями, що сприяє розвитку емоційної чутливості.

Особливе значення має розвиток емпатії як здатності розуміти та співпереживати емоційному стану іншої людини. Для цього доцільно використовувати техніки активного слухання, які передбачають повну концентрацію на співрозмовнику, уточнення його висловлювань, перефразування та емоційне відображення змісту повідомлення. Такі навички дозволяють підвищити рівень взаєморозуміння та знизити ймовірність конфліктів у спілкуванні.

Важливим компонентом емоційної компетентності є також розвиток навичок емоційної регуляції. З огляду на те, що чоловіки частіше використовують стратегії пригнічення емоцій, а жінки — їх вербалізацію, доцільно формувати гнучкі підходи до управління емоційними станами. Серед

ефективних методів можна виділити техніки глибокого дихання, когнітивну переоцінку ситуації, методи релаксації та усвідомленої присутності (mindfulness). Використання цих методів дозволяє знижувати рівень емоційного напруження та підтримувати психологічну рівновагу.

Окрему увагу слід приділити розвитку комунікативних навичок, які безпосередньо пов'язані з емоційною сферою. Рекомендується тренувати вміння чітко та відкрито висловлювати власні почуття без агресії або надмірного пригнічення емоцій. Використання «Я-повідомлень» у спілкуванні сприяє конструктивному вираженню емоцій та зменшує ризик виникнення конфліктних ситуацій. Наприклад, замість звинувачень доцільно формулювати власні переживання у формі: «Я відчуваю...», «Мені складно, коли...».

З метою підвищення ефективності міжособистісного спілкування рекомендується також формування навичок емоційної гнучкості, тобто здатності адаптувати свою емоційну поведінку відповідно до ситуації та контексту взаємодії. Це особливо важливо у професійному середовищі, де необхідно поєднувати емоційну стриманість із відкритістю до співпраці.

З урахуванням виявлених гендерних особливостей доцільно звернути увагу на подолання стереотипних уявлень про «допустимі» емоції для чоловіків і жінок. Формування більш гнучкого ставлення до емоційної експресії сприятиме розвитку психологічного благополуччя та зниженню внутрішньоособистісного напруження. Важливо підкреслювати, що емоційна виразність не є ознакою слабкості, а навпаки — свідчить про високий рівень емоційної зрілості.

Також ефективним напрямом є групова робота, спрямована на розвиток емоційної компетентності. Тренінги міжособистісного спілкування, рольові ігри та групові дискусії дозволяють моделювати різні комунікативні ситуації та відпрацьовувати навички емоційної взаємодії в безпечному середовищі. Це сприяє підвищенню впевненості у спілкуванні та розвитку соціальних навичок.

Узагальнюючи, слід зазначити, що розвиток емоційної компетентності є важливим чинником підвищення якості міжособистісного спілкування. Він

дозволяє ефективніше розуміти себе та інших, будувати гармонійні відносини та конструктивно вирішувати конфліктні ситуації.

Таким чином, запропоновані практичні рекомендації можуть бути використані у психологічній практиці, освітньому процесі та тренінговій роботі, спрямованій на розвиток емоційної сфери особистості та покращення комунікативної взаємодії між людьми.

Висновки до розділу 3

У третьому розділі бакалаврської роботи було представлено емпіричне дослідження гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні, а також здійснено аналіз отриманих результатів і розроблено практичні рекомендації щодо розвитку емоційної компетентності особистості.

У ході організації дослідження було сформовано репрезентативну вибірку, що включала 60 респондентів (30 чоловіків і 30 жінок) віком від 18 до 25 років. Це дозволило забезпечити коректність порівняльного аналізу та отримати об'єктивні дані щодо гендерних відмінностей у прояві емоцій. Дослідження проводилося з використанням комплексу психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення емоційної експресивності, здатності до розпізнавання емоцій та особливостей емоційної регуляції.

Аналіз емпіричних даних засвідчив наявність виражених гендерних відмінностей у досліджуваних параметрах емоційної сфери. Було встановлено, що жінки в середньому демонструють вищий рівень емоційної експресивності, більш розвинену здатність до розпізнавання емоцій інших людей, а також частіше використовують адаптивні стратегії емоційної регуляції, зокрема вербалізацію емоцій та звернення за соціальною підтримкою.

Чоловіки, у свою чергу, характеризуються більшою емоційною стриманістю, схильністю до контролю та пригнічення емоційних проявів, а також переважанням раціональних стратегій регуляції емоцій, таких як переключення уваги на діяльність або когнітивне дистанціювання від емоційної

ситуації. Водночас у чоловічій вибірці спостерігається менш виражена точність у розпізнаванні складних або прихованих емоційних станів.

Отримані результати підтверджують положення теоретичної частини дослідження щодо впливу соціально-культурних факторів і гендерних стереотипів на формування емоційної поведінки особистості. Зокрема, встановлено, що різниця в емоційній експресії значною мірою зумовлена соціальними очікуваннями щодо «чоловічої» та «жіночої» поведінки, які формуються у процесі соціалізації.

Важливим результатом емпіричного дослідження є також виявлення того, що гендерні відмінності не є абсолютно фіксованими та жорстко детермінованими. Вони мають варіативний характер і можуть змінюватися залежно від індивідуальних особливостей особистості, рівня емоційного інтелекту та соціального контексту. Це свідчить про складну взаємодію біологічних, психологічних і соціальних чинників у формуванні емоційної сфери.

На основі отриманих даних було розроблено практичні рекомендації, спрямовані на розвиток емоційної компетентності, які включають формування навичок емоційної усвідомленості, розвиток емпатії, удосконалення здатності до розпізнавання емоцій, а також опанування ефективних стратегій емоційної регуляції. Окрему увагу приділено необхідності подолання гендерних стереотипів щодо емоційної поведінки, що сприятиме більш вільному та гармонійному вираженню емоцій незалежно від статі.

Отже, емпіричне дослідження дозволило не лише виявити гендерні відмінності у прояві емоцій, але й окреслити шляхи розвитку емоційної компетентності, що є важливим чинником успішної соціальної взаємодії та особистісного розвитку.

ВИСНОВКИ

У бакалаврській роботі було здійснено теоретико-емпіричне дослідження гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні. Актуальність даної теми зумовлена зростаючим інтересом до проблем емоційної сфери особистості, ролі емоцій у комунікації та впливу гендерних чинників на поведінкові та емоційні прояви людини в соціальній взаємодії.

У першому розділі роботи було проаналізовано теоретичні основи дослідження емоцій, гендеру та їх взаємозв'язку. Встановлено, що емоції є складним психічним феноменом, який виконує важливі регулятивну, комунікативну, оцінну та адаптивну функції. Вони забезпечують гнучкість поведінки людини та її ефективну взаємодію з соціальним середовищем. Гендер розглядається як соціально-психологічна категорія, що формується у процесі соціалізації та визначає особливості поведінки, мислення й емоційного реагування особистості.

Було встановлено, що гендерні відмінності емоційної сфери пояснюються сукупністю біологічних, соціальних та культурних чинників. Різні наукові підходи (біологічний, соціально-культурний, когнітивний, психодинамічний та інтегративний) дозволяють розглядати емоційні відмінності між чоловіками і жінками як результат складної взаємодії природжених особливостей і соціальних норм.

У другому розділі було розкрито психологічні особливості міжособистісного спілкування та роль емоцій у комунікативному процесі. Встановлено, що спілкування є багатокомпонентним процесом, який включає обмін інформацією, взаємодію та сприйняття партнера. Емоції відіграють ключову роль у цьому процесі, забезпечуючи передачу емоційного змісту, регуляцію поведінки та формування міжособистісних відносин.

Доведено, що емоційна експресія суттєво впливає на ефективність комунікації, а рівень емоційного інтелекту є важливим чинником успішної соціальної взаємодії. Проаналізовано гендерні відмінності емоційної експресії, які проявляються у рівні відкритості вираження емоцій, способах їх регуляції та

стилі спілкування. Жінки загалом більш емоційно експресивні та емпатійні, тоді як чоловіки більш стримані та орієнтовані на раціональний аспект комунікації.

У третьому розділі було проведено емпіричне дослідження гендерних особливостей прояву емоцій у міжособистісному спілкуванні. Отримані результати підтвердили наявність статистично та якісно виражених відмінностей між чоловіками і жінками за показниками емоційної експресивності, здатності до розпізнавання емоцій та особливостей емоційної регуляції. Було встановлено, що жінки демонструють вищий рівень емоційної відкритості та чутливості до емоцій інших людей, тоді як чоловіки частіше використовують стратегії емоційного контролю та пригнічення.

Разом з тим, дослідження показало, що виявлені гендерні відмінності не є абсолютними і залежать від індивідуальних психологічних особливостей, соціального досвіду та контексту ситуації. Це підтверджує гнучкість емоційної сфери особистості та її чутливість до соціального середовища.

На основі отриманих результатів було розроблено практичні рекомендації щодо розвитку емоційної компетентності, які включають формування навичок усвідомлення та регуляції емоцій, розвиток емпатії, удосконалення здатності до розпізнавання емоцій та подолання гендерних стереотипів у спілкуванні. Реалізація цих рекомендацій сприятиме підвищенню ефективності міжособистісної взаємодії та покращенню якості комунікації.

Таким чином, мету дослідження досягнуто, а поставлені завдання виконано. Отримані результати підтверджують важливість урахування гендерного аспекту у вивченні емоційної сфери особистості та його значення для розуміння особливостей міжособистісного спілкування.

Перспективи подальших досліджень полягають у більш глибокому вивченні впливу соціокультурних факторів на емоційну поведінку особистості, а також у розширенні емпіричної бази шляхом залучення різних вікових та професійних груп.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гупаловська В. Адикція як форма залежної поведінки: проблема визначення. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота*. 2012. Вип. 4. С. 6–10.
2. Гупаловська В. Адикція як форма залежної поведінки: проблема визначення. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота*. 2012. Вип. 4. С. 6–10.
3. Замашкіна О. Д. Комплексний підхід щодо соціальної підтримки молодих сімей. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2016. № 1/2. С. 76–85.
4. Клименко-Гапон О. О. Соціально-педагогічна підтримка сімей внутрішньо-переміщених осіб : магістерська робота. 2020. URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/handle/12345/5015>
5. Козак Г. А. ДІАГНОСТИКА СІМЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ. *Психологічні студії*. 2023. № 1. С. 41–47. URL: <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.1.6>
6. Комарніцька Л. М., Боровисюк Т. В. ІНТЕРНЕТ-АДИКЦІЯ ЯК РЕЗУЛЬТАТ СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ МОЛОДІ. *Соціальна робота та психологія: освіта і наука*. 2023. № 1. С. 16–20. URL: <https://doi.org/10.32782/3041-1351/2023-1-3>
7. ЛЕВЧЕНКО Н., КОЛЯДА Н., КРАВЧЕНКО О. АДИКТИВНА ПОВЕДІНКА: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ. *Humanitas*. 2023. № 2. С. 88–92. URL: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.2.13>
8. Лемко Г. ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ПРОБЛЕМ СІМЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ. *Вісник науки та освіти*. 2024. № 9(27). URL: [https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-9\(27\)-879-889](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2024-9(27)-879-889)

9. Лобода Б. С. Особливості соціально-психологічного супроводу дистантних сімей : thesis. 2019. URL: <http://ir.stu.cn.ua/123456789/19689> (дата звернення: 28.11.2024).
10. Лузан А. В., Luzan A. V. Технології соціального супроводу неповних сімей : master's thesis. 2020. URL: <http://repository.sspu.edu.ua/handle/123456789/10162>
11. Максимова Н. Типологія сімей, які потребують соціально-психологічної допомоги. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Соціальна робота*. 2017. Вип. 1 (1). С. 45–51.
12. Машовець О. Ю. Причини розлучень молодих сімей : thesis. 2016. URL: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/19569>
13. Медвідь З. В. Моніторинг стану соціального захисту малозабезпечених сімей. *Актуальні проблеми економіки*. 2006. № 3. С. 158–164.
14. Мельник Л., Данилюк О., Гевчук Н. ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ НЕПОВНИХ СІМЕЙ НА ОСОБИСТІСТЬ ПІДЛІТКІВ ЯК ОБ'ЄКТ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ. *Social Work and Education*. 2021. Т. 8, № 2. С. 215–228. URL: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.21.2.7>
15. МИХАЙЛИШИН Г., ДОВГА М. Аналіз життєвих проблем молодих сімей у суспільстві. *Humanities science current issues*. 2020. Т. 4, № 34. URL: <https://doi.org/10.24919/2308-4863/34-4-31>
16. Мушкевич М. І. Психологічний супровід сімей, що мають проблемних дітей : автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Київ, 2020. 43 с.
17. Мушкевич М. ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ СІМЕЙ. *Psychological Prospects Journal*. 2022. № 39. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-39-mus>
18. Ничипоренко С. В. Проблеми неповних сімей у контексті демографічного розвитку. *Демографія та соціальна економіка*. 2006. № 2. С. 37–43.

19. Особливості міжособистісних взаємовідносин і самооцінки неповнолітніх з неповних сімей та їх корекція / А. Бойсак та ін. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2022. № 3(59). С. 34–44. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2022-59-3-34-44>
20. Паламарчук О., Візнюк І. ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПІДЛІТКІВ З ПОВНИХ ТА НЕПОВНИХ СІМЕЙ. *Наукові перспективи (Naukovi perspektivi)*. 2023. № 10(40). URL: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-10\(40\)-824-835](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-10(40)-824-835)
21. Пихтіна Н. П. МЕТОДИКА ТА РЕЗУЛЬТАТИ ВИВЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПЕДАГОГІЧНОГО СПІЛКУВАННЯ ВИХОВАТЕЛЯ З ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З НЕПОВНИХ СІМЕЙ. *Research Notes*. 2024. № 4. С. 44–57. URL: <https://doi.org/10.31654/2663-4902-2023-pp-4-44-57>
22. Про додаткові заходи щодо посилення соціального захисту багатодітних і неповних сімей : Указ Президента України від 30.12.2000 № 1396/2000. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1396/2000#Text>
23. Ребенок В., Наумкіна О. ПРОБЛЕМА СОЦІАЛІЗАЦІЇ ДІТЕЙ З НЕБЛАГОПОЛУЧНИХ СІМЕЙ. *ГРААЛЬ НАУКИ*. 2021. С. 243–245. URL: <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.22.10.2021.42>
24. Симоненко С., Грек О., Січка В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОБРАЗУ СВІТУ У ПІДЛІТКІВ З ПОВНИХ ТА НЕПОВНИХ СІМЕЙ. *The results of scientific mind's development: 2019*. 2019. URL: <https://doi.org/10.36074/22.12.2019.v2.04>
25. Соколенко М. О. Інтернет-адикція студентів. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. Т. 7. С. 134–139. URL: <https://doi.org/10.31812/psychology.v7i.7272>
26. Солдатова О. Соціально-психологічні особливості якості життя багатодітних сімей. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Соціальна робота*. 2017. Вип. 1 (1). С. 24–27.

27. Створення та функціонування прийомних сімей : Навч. посіб. для держ. службовців. Київ, 2000. 128 с.
28. Ткачук А. А., Tkachuk A. A. Психолого-педагогічні особливості дітей старшого дошкільного віку з повних та неповних сімей : master's thesis. 2021. URL: <http://repository.sspu.edu.ua/handle/123456789/11903>
29. Улановський В. А. Способи удосконалення підготовки бджолиних сімей до зимівлі : автореф. дис. ... канд. с.-г. наук. К., 1993. 20 с.
30. Футрик А. С. Особливості соціально-психологічного супроводу прийомних сімей : thesis. 2021. URL: <http://ir.stu.cn.ua/123456789/24921>
31. Чала Т. Соціально-психологічні особливості адиктивної поведінки підлітків з неповних сімей. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2020. № 3(53)Т2. С. 146–155. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2020-53-3-2-146-155>
32. Чепіль І. К. ІНТЕРНЕТ-АДИКЦІЯ: СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ЯК ЗАСІБ АФІЛІАЦІЇ ПІДЛІТКІВ : thesis. 2017. URL: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/27038>
33. Юрченко З. Адикція як прояв соціально дезадаптованої поведінки підлітків. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота*. 2012. Вип. 3. С. 55–57.
34. Юрченко З. Адикція як прояв соціально дезадаптованої поведінки підлітків. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія. Педагогіка. Соціальна робота*. 2012. Вип. 3. С. 55–57.
35. Яремчук В. Конфліктна поведінка неповнолітніх з неповних сімей: гендерні аспекти. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2023. № 3(62), Т.1. С. 5–17. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2023-62-3-1-5-17>

36. Ясточкіна І. А. ПРОБЛЕМИ УКРАЇНСЬКИХ СІМЕЙ В ПЕРІОД ВІЙНИ. *Наукові записки Міжнародного гуманітарного університету*. 2023. № 39. С. 95–98. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-5682/2023/39/22>
37. Chala T. Socio-psychological problems of minors from single-parent families. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2023. No. 3(62), Т.1. Р. 125–130. URL: <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2023-62-3-1-125-130>
38. Chubuk R. Соціально-превентивна діяльність із підлітками із неповних сімей. *Освітній простір України*. 2017. № 10. С. 180–186. URL: <https://doi.org/10.15330/esu.10.180-186>
39. Hrek O., Nesterova O. PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF ANXIOUS JUNIOR SCHOOL STUDENTS LIVING IN SINGLE-PARENT FAMILIES IN TERMS OF RECREATION. *Science and Education*. 2016. Vol. 34, no. 9. Р. 47–51. URL: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2016-9-10>
40. Kazhuk R., Shpilchak L. Соціальний психолого-педагогічний супровід неповних сімей. *Освітній простір України*. 2017. № 10. С. 131–145. URL: <https://doi.org/10.15330/esu.10.131-145>
41. L. A., A. A. Features of manifestations of anxiety conditions of primary schoolchildren from incomplete families: empirical experience. *HUMANITARIAN STUDIOS: PEDAGOGICS, PSYCHOLOGY, PHILOSOPHY*. 2021. Vol. 12, no. 4. Р. 77–82. URL: <https://doi.org/10.31548/hspedagog2021.04.077>
42. Lemko G., Karpovych N. Особливості розвитку і поведінки дітей з різних типів неповних сімей. *Освітній простір України*. 2019. № 16. С. 166–174. URL: <https://doi.org/10.15330/esu.16.166-174>
43. Mudryk A. B. Workaholism as Professional Addiction of Personality. *Psychological Prospects Journal*. 2017. Vol. 29. Р. 175–186. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2017-29-175-186>

44. Otroshchenko N. Development of the Program of Activity of the Social Teacher Concerning Support of Single-Parent Families in the Conditions of Establishment of General Secondary Education. *Bulletin of Luhansk Taras Shevchenko National University*. 2021. Vol. 2, no. 1 (339). P. 140–147. URL: [https://doi.org/10.12958/2227-2844-2021-1\(339\)-2-140-147](https://doi.org/10.12958/2227-2844-2021-1(339)-2-140-147)
45. Petrynko O., Silaieva O. INTERNET ADDICTION AS AN ADDICTION OF A MODERN PERSON. *"Scientific notes of the University"KROK"*. 2023. No. 3(71). P. 115–124. URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-71-115-124>
46. Sylka O. SELFIE-ADDICTION: THEORETICAL REVIEW OF THE PROBLEM. *Young Scientist*. 2019. Vol. 2, no. 66. URL: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-2-66-36>
47. Черняк А. І., Костюкова Н. В. Самосвідомість людини як головний механізм актуалізації її Я-концепції. *Вісник Національної академії оборони України*. 2008. № 3 (7). С. 112–117.
48. Шакуров Р. Х. Виховання чесності і гідності. Київ : Знання, 1966. 43 с.
49. Шахвердова А. П. Потреба досягнення та її вплив на успішність адаптації студентів-першокурсників. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2017 (50), Issue: URL: http://seanewdim.com/uploads/3/4/5/1/34511564/a._p._shahverdova_the_need_for_achievement_and_its_influence_on_the_success_of_the_adaptation_of_firs_t-year_students.pdf
50. Шевченко Н. Ф. Теоретичні підходи до розуміння поняття «самоповага» в історичному поступі психологічного знання. *Наука і освіта*. 2015. № 11-12. С. 19–25.
51. Adler A. The Individual Psychology of Alfred Adler H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Eds.). New York, NY : Harper Torchbooks, 1956.
52. Bandura A. Self-efficacy: toward a unifying theory of

behavioral change. *Psychological Review*. 1977. 84. P. 191–215.

53. Butler H., Haigh M. Psychotherapy and personality change / eds. Rogers C., Pymond H. Chicago, 1954.

54. Coopersmith S. The antecedents of self-esteem. San Francisco, 1967. 216 p. 208. Crowne D. P., Marlowe D. A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology*. 1960. Vol. 24 (4). P. 349– 354.

55. Deci E. L., Ryan R. M. Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development and health. *Canadian Psychology*. 2008. Vol. 49. P. 182–185.

56. Dickstein E. Self and self-esteem. Theoretical foundations and their implications for research. *Thuman Development*. 1977. Vol. 20. P. 129–140.

57. Gordon C. Systemic senses of self. *Sociometry*. 1968. V. 38. P. 161177

58. Hoge D., McCarthy J. Influence of individual and group identity salience in the global self-esteem of youth. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1984. V. 47. P. 403-414

59. Kaplan H. B. Deviant behavior and self-enhancement in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*. 1978. Vol. 7. № 3. P. 253–278.

60. Kaplan H. B. Self-Attitudes and Deviant Behavior. Pacific Palisades, Calif., 1975. 309 p.

61. Kaplan H. Deviant behaviour in defence of self. New York, 1980. 256 p.

62. Leahy R. L., Huard C. Role-Taking and Self-Image Disparity In Children. *Developmental Psychology*. 1976. № 12 (6). 341 p.