

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ В СИТУАЦІЇ БЕЗРОБІТТЯ

GENDER PECULIARITIES OF COPING BEHAVIOR OF AN INDIVIDUAL IN A SITUATION OF UNEMPLOYMENT

У статті розглядається проблема гендерних особливостей копінг-поведінки особистості в ситуації безробіття. Копінг-поведінку особистості визначено як індивідуальний спосіб вирішення складної життєвої ситуації, що залежить від трьох чинників: специфіки сприймання ситуації, особистісних і соціальних ресурсів. Це поняття об'єднує емоційні, когнітивні та поведінкові стратегії, використовувани індивідом для подолання вимог ситуації.

Проаналізовано низку сучасних зарубіжних і вітчизняних досліджень, спрямованих на вивчення гендерних відмінностей у виборі копінг-поведінки особистості.

На основі результатів емпіричного дослідження виявлено, що в обох групах респондентів (у чоловіків і жінок) кількісно переважає використання неадаптивних і відносно адаптивних стратегій. Серед неадаптивних копінг-стратегій найбільш поширеними в чоловіків є емоційні неадаптивні стратегії, а у жінок – когнітивні неадаптивні стратегії. Серед адаптивних копінгів чоловіки найчастіше використовують когнітивні та емоційні стратегії, а жінки – поведінкові. Отже, у жінок переважає такий вид копінг-поведінки, як «пошук соціальної підтримки», натомість у чоловіків вищі показники за шкалою «вирішення проблеми» й «уникнення проблеми».

Дослідження індивідуально-психологічних особливостей, а саме типів нервової системи й типів темпераменту, дало змогу встановити наявність взаємозв'язку між типами нервової системи та стресостійкістю особистості. Серед опитаних жінок встановлено домінування якостей екстраверсії, тоді як у чоловіків виразно домінує амбіверсія. Підтверджено, що ситуація безробіття однаково негативно відображається на емоційній сфері та психічному здоров'ї осіб у ситуації втрати роботи. Але жінкам притаманний вищий рівень екстраверсії, розхитаності нервової системи (нейротизму) та схильність казати неправду в тестуванні порівняно з чоловіками.

Ключові слова: копінг-поведінка, копінг-стратегії, безробіття, гендерні відмінності, жінки, чоловіки.

The article deals with the problem of gender peculiarities of coping behavior of an individual in a situation of unemployment. The person's coping behavior is defined as an individual way of solving a difficult life situation, which depends on three factors: the specifics of the situation perception, personal and social resources. This concept combines emotional, cognitive and behavioral strategies used by the individual to meet the requirements of the situation.

A number of modern foreign and domestic researches aimed at studying gender differences in the choice of coping behavior of the individual are analyzed.

Based on the results of the empirical study, it was found that in both groups of the respondents (men and women) the use of non-adaptive and relatively adaptive strategies is quantitatively predominant. Among the maladaptive coping strategies, men prefer the emotional ones, and women – the cognitive maladaptive strategies. Among the adaptive copings, men most often use the cognitive and emotional strategies, and women – the behavioral ones. Thus, women are dominated by the type of coping behavior known as "seeking social support", while men have higher rates on the scale of "problem solving" and "problem avoidance".

The study of the individual psychological characteristics, namely the types of nervous system and the types of temperament, allowed us to establish the relationship between the types of nervous system and stress resistance of the individual. Among the surveyed women, the dominance of extraversion qualities was established, while among men, ambiversion clearly dominates. It has been confirmed that the unemployment situation has an equally negative impact on the emotional sphere and mental health of people in a situation of the job loss. However, women have a higher level of extraversion, nervous system instability (neuroticism) and a tendency to lie in testing as compared to men.

Key words: coping behavior, coping strategies, unemployment, gender differences, women, men.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.18.1.19>

Гринчук О.І.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри соціальної психології
Прикарпатський національний
університет імені Василя Стефаника

Постановка проблеми. Умови становлення особистості на сучасному етапі розвитку держави щораз більше визначаються кризовими явищами суспільного, політичного, економічного характеру. Швидкі та вагомі соціальні зміни значно збільшують кількість потенційних чинників, небезпечних для психологічного здоров'я людини, одним із яких є безробіття, яке провокує розгубленість, депресію, страх, непотрібність, втрату сенсу життя, зміну соціального статусу, рівня життя

й соціальних зв'язків, збільшення неорганізованого часу, нерозуміння значення власної активності у вирішенні кризової ситуації. Така несприятлива життєва ситуація безробітного, що позначається на його психологічному самопочутті та благополуччі, змушує певним чином реагувати й долати страх, пристосовуватися до ситуації, шукати нові можливості та перспективи особистісного розвитку.

Але поряд із соціальною нестабільністю суспільства, особливостями ринку праці, які

висувають щораз жорсткіші вимоги до конкурентоспроможності, компетентності, професіоналізму, поведінки, життєвої активності безробітного на ринку, існують не менш важливі «маркери» ринкової специфіки, характерні XXI століттю, такі як гендерна нерівність, гендерні стереотипи й установки щодо професійної діяльності, гендерна професійна сегрегація та гендерна дискримінація [7]. Тому актуалізується проблема дослідження гендерних особливостей копінг-поведінки особистості в ситуації безробіття.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Українська психологічна наука лише впродовж останніх десятиліть почала цікавитися тематикою безробіття, переважно досліджуючи такі питання: особистість безробітного (О. Киричук, В. Логвиненко, В. Рибалка, І. Шелест, О. Корчевна, В. Руднюк, С. Шароварська, С. Тарасюк, І. Давиденко та ін.); психологічні стани особистості в ситуації втрати роботи (Л. Костенко, А. Осницький, В. Чуйкова, В. Логінова, Г. Бойко, Л. Галаган, І. Хоржевська, Є. Ольховик, А. Дьомін); гендерні особливості безробітних (Є. Шепелева, О. Підгорна, О. Чуйко); копінг-поведінку особи в ситуації безробіття (Т. Гультяєва, Н. Оніщенко, О. Склень, Т. Ткачук, А. Мягких); гендерні особливості вибору копінг-стратегій безробітними (Є. Чехлатий, А. Баканова, О. Дзонець). Водночас у США та країнах Європи ця проблема досліджується дуже активно: починаючи від впливу безробіття на здоров'я й завершуючи розробками навчальних програм роботи з безробітними (B. Arnetz, J. Wasserman, P. Forster, M. Brenner, P. Lazarsfeld, D. Fryer, R. Payne, M. Jahoda, F. Paul та ін.)

Питання пристосування людини до складної життєвої ситуації – копіngu – вивчалось такими зарубіжними психологами, як Л. Мерфі, А. Маслоу, Р. Лазарус, С. Фолькман, С. Карвер, Н. Хаан, Х. Вебер, Г. Хайнес, А. Білінгз, Р. Моос, Н. Агазаде, С. Нартова-Бочавер, А. Налчаджян, К. Муздибаєв та ін. У вітчизняній психології різні аспекти копінг-поведінки особистості досліджували Г. Філіпчева, А. Ясинська, В. Шебанова, Г. Діденко, Н. Родина, О. Склень, Н. Городецька. На основі аналізу зарубіжних і вітчизняних підходів до дослідження поняття «копінг» у психології розглядаємо його як засоби управління стресовим фактором, які використовуює індивід для відповіді на сприйняту ним загрозу. Поняття об'єднує емоційні, когнітивні та поведінкові стратегії, використовувани індивідом для подолання вимог ситуації. Копінг-поведінка – це індивідуальний спосіб вирішення складної життєвої ситуації, що має високу значущість і пов'язаний зі внутрішніми можливостями особистості й умовами соціальної підтримки. Тобто копінг – це змінна, яка залежить від трьох чинників: специфіки сприй-

мання ситуації, особистісних і соціальних ресурсів. Копінг-поведінка є свідомою, цілеспрямованою, активною формою ефективної адаптації особистості до конкретних вимог стресової ситуації [4].

Низка сучасних наукових досліджень спрямована на вивчення гендерних відмінностей у виборі копінг-поведінки особистості. Зокрема, I. Seiffge-Krenke зазначає, що юнаки та дівчата по-різному оцінюють одні й ті ж стресові ситуації. Так, дівчата оцінюють їх як більш загрозливі й складні. І навіть після вирішення ситуації, продовжують думати про них. Вони частіше говорять про них із значущими людьми й намагаються вирішувати конфлікт із тією людиною, з якою він пов'язаний. Юнаки, навпаки, такої активності не демонструють, в ситуацію включаються несильно, намагаються впоратися зі стресом самотійно, легше й швидше забувають про проблему [3, с. 166].

С. Aldwin досліджувала особливості подолання стресу чоловіками та жінками середнього віку в різних ситуаціях. З'ясувала, що чоловіки проявляють хороші навички подолання робочих ситуацій, покладаючись переважно на побудову стратегій, спрямованих на міркування про проблему, поряд з цим у сімейних ситуаціях вони частіше є некомпетентними й уникають вирішення проблем із дітьми. Жінки виявились більш досвідченими в розв'язанні сімейних проблем. Вони менш кваліфіковані й більш схильні використовувати емоційно-орієнтовані стратегії в ділових ситуаціях [3, с. 168].

Результати досліджень А. Баканової свідчать, що у використанні копінг-стратегій когнітивної сфери жінки більшою мірою, ніж чоловіки, використовують такі стратегії, як «релігійність», «емоційне розвантаження» й «покірність/безнадійність». У поведінці ж чоловіків частіше зустрічаються стратегії «самоспостереження», «надання сенсу» та «придушення емоцій». Чоловіки і жінки однаковою мірою відчувають труднощі у використанні ефективних копінг-стратегій емоційної сфери, оскільки стратегії типу «придушення емоцій», «самозвинувачення» або «безнадійність» найбільш деструктивно позначаються на психологічному здоров'ї особистості. Жінки емоційніше реагують на кризові ситуації та суб'єктивно вище оцінюють силу своїх переживань, частіше вдаються до зовнішньої допомоги для їх розв'язання й довше сприймають ситуації як остаточно невиршені. Чоловіки, навпаки, у кризі намагаються контролювати свої емоції, спиратися у вирішенні проблеми на власні ресурси та більш рішуче справлятися з труднощами, які виникли, і не залишати їх на майбутнє [5].

Разом із тим низка дослідників акцентує увагу на необхідності врахування біологічних і соціокультурних чинників при вивченні відмінностей у виборі способів подолання стресу

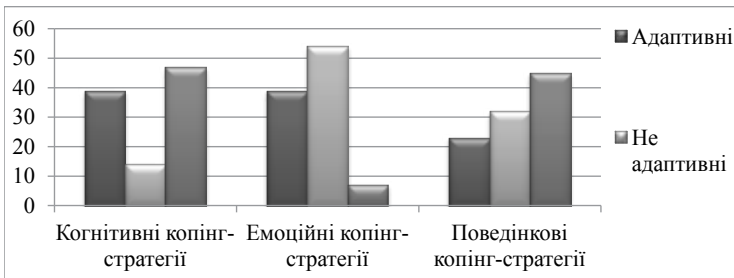


Рис. 1. Співвідношення адаптивних, неадаптивних і відносно адаптивних копінг-стратегій чоловіків у ситуації безробіття (у %)

між жінками та чоловіками. Згідно з еволюційною теорією, жінкам більш властиво пристосовуватися до важкої ситуації, оскільки фемініність характеризується високою пластичністю (адаптивність). Чоловіки ж виходять із ситуації, прагнучи знайти нове рішення, труднощі лише стимулюють їх до пошуку. Їм більшою мірою властиві такі якості, як спритність, кмітливість, винахідливість, що забезпечують виживання в складних умовах. Отже, більшість культур приписує їй заохочує такі особливості поведінки дівчинки (майбутньої жінки), як пасивність, концентрація на почуттях, прояв емоцій і прагнення розділити їх з іншими; й особливості поведінки хлопчика (майбутнього чоловіка) – прагнення бути активним, неемоційним, не проявляти слабкість [6].

Однак потребують більш детального вивчення гендерні особливості копінг-поведінки особистості в ситуації безробіття.

Постановка завдання. Мета статті – дослідити гендерні особливості копінг-поведінки особи в ситуації безробіття.

Методи дослідження. Аналіз наукової літератури дав змогу виокремити основні прогностичні показники дослідження гендерних особливостей копінг-поведінки особистості в ситуації безробіття й підібрати психодіагностичний інструментарій: типи реагування особистості на складну, стресову ситуацію за основними сферами психічної діяльності – когнітивною, емоційною та поведінковою (методика «Психологічна діагностика копінг-механізмів (E. Neim); базові копінг-страте-

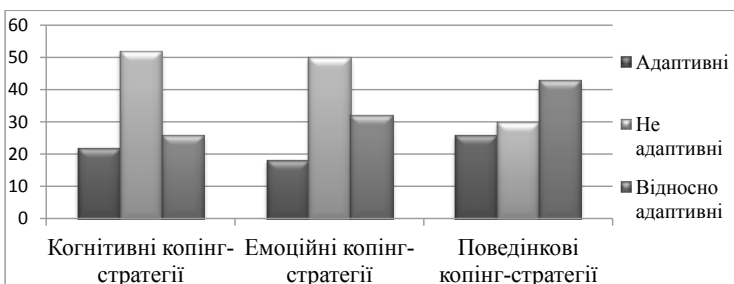


Рис. 2. Співвідношення адаптивних, неадаптивних і відносно адаптивних копінг-стратегій жінок у ситуації безробіття (у %)

гії особистості (методика «Індикатор копінг-стратегій» (Coping Strategy Indicator, CSI, Д. Амірхан, в адаптації Н. Сироти, В. Ялтонського); актуальний рівень стресу (методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Т. Холмса й Р. Паре (Social Readjustment Rating Scale, SRRS) [2]; індивідуально-психологічні особливості осіб, що втратили роботу (методика «Тест-опитувальник Г. Айзенка – Eysenck Personality Inventory (EPI)»; типи акцентуації рис темпераменту (опитувальник Г. Шмішека «Діагностика типів акцентуації рис характеру і темпераменту» за К. Леонгардом). Для з'ясування статистичних відмінностей нами застосований U-критерій Манна-Вітні для непараметричних вибірок і коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона.

Виклад основного матеріалу дослідження. У дослідженні взяли участь 55 осіб, із них – 27 осіб чоловічої статі та 28 осіб жіночої статі, що зареєстровані в Заліщицькому районному центрі зайнятості з безробітними особами (Тернопільської області), середнього віку 25–45 р. (за періодизацією розвитку особистості Е. Еріксона) [1].

Результати дослідження типів реакцій особистості на складну, стресову ситуацію за основними сферами психічної діяльності демонструють, що когнітивні адаптивні стратегії використовують 39% чоловіків, когнітивні неадаптивні стратегії зафіксовано в 14% чоловіків, а когнітивні відносно адаптивні стратегії – у 47% чоловіків. Емоційні адаптивні копінг-стратегії застосовують 39% чоловіків, емоційні неадаптивні стратегії – 54% чоловіків, емоційні відносно адаптивні стратегії – 7% чоловіків. Використання поведінкових адаптивних копінг-стратегій притаманне 23% чоловіків, поведінкових неадаптивних стратегій – 32%, відносно адаптивних поведінкових стратегій – 45% чоловіків (рис. 1).

Серед жінок використання когнітивних адаптивних копінг-стратегій зафіксовано у 22%, когнітивних неадаптивних стратегій – у 52%, а когнітивних відносно адаптивних стратегій – у 26% жінок. Емоційні адаптивні стратегії застосовують 18% жінок, емоційні неадаптивні стратегії – 50%, емоційні відносно адаптивні стратегії – 32% жінок. Використання поведінкових адаптивних копінг-стратегій притаманне 26% жінок, поведінкових неадаптивних стратегій – 30%, а поведінкових відносно адаптивних – 44% жінок (рис. 2).

Найпоширенішими стратегіями когнітивної сфери в чоловіків стали: «надання сенсу» – 30%, «аналіз проблеми» – 19%, «власна цінність» – 11%, «відносність» – 11%, «релігійність» –

11%, «збереження самовладання» – 7%. У когнітивній сфері жінок переважають стратегії: «розгубленість» – 18%, «поко́ра» – 14%, «ігнорування» – 14%, «збереження самовладання» – 12%, «відносність» – 11% і «релігійність» – 11%.

В емоційній сфері опитаних чоловіків переважають стратегії: «оптимізм» – 37%, «придушення емоцій» – 19%, «пасивна кооперація» – 15%, «агресивність» – 11%, «самозвинувачення» – 7%; у жінок – «оптимізм» – 18%, «придушення емоцій» – 18%, «покірність» – 18%, «емоційна розрядка» – 14%, «пасивна кооперація» – 14%, «самозвинувачення» – 11%. Щодо поведінкових копінг-стратегій, то найбільш уживаними серед чоловіків виявилися: «компенсація» – 33%, «співробітництво» – 22%, «відступ» – 19%, «уникнення» – 11%, «відволікання» – 7%. Жінки ж найчастіше використовують «відступ» – 22%, «компенсацію» – 18%, «конструктивну активність» – 18%, «альтруїзм» – 18%, «уникнення», «відволікання» й «звернення» (відповідно кожна по 7%).

Отже, можемо відзначити, що в когнітивній сфері найбільш поширеною копінг-стратегією серед жінок є «розгубленість» – 18%, серед чоловіків – «надання сенсу» – 30%. У емоційній сфері найбільш поширеною виявилася стратегія «оптимізм». У чоловіків вона зафіксована на рівні 37%, у жінок – 18%. З таким же результатом у жінок проявляються стратегії «придушення емоцій» – 18% і «покірність» – 18%. У поведінковій сфері серед жінок найбільше поширення має стратегія «відступу» – 22%, у чоловіків стратегія «компенсація» – 33%.

Згідно з даними, жінки статистично частіше за чоловіків використовують когнітивні копінг-стратегії – при $U=236,0$, $p=0,016$. Натомість статистичних відмінностей у вираженості емоційних і поведінкових копінгів між досліджуваними чоловічої та жіночої статі не виявлено ($U=355,5$, $p=0,700$ і $U=330,5$, $p=0,417$ відповідно).

Аналіз використовуваних особистістю активних/пасивних копінг-стратегій дав змогу виявити, що серед опитаних чоловіків переважають стратегії «вирішення проблем» (44%), «уникнення проблем» (41%) і «пошуку соціальної підтримки» (15%), а серед жінок провідними виявилися стратегії «пошуку соціальної підтримки» (46%), «вирішення проблем» (33%) та «уникнення проблем» (21%). Як бачимо, серед жінок домінує активна стратегія додання проблем, за якої особа використовує всі наявні ресурси для пошуку можливих способів ефективного вирішення проблеми. Серед опитаних безробітних чоловіків майже порівну виражені активна та пасивна стратегії подолання труднощів. Можемо припустити, що пасивні стратегії реагування на труднощі поглиблюватимуть ситуацію безробіття серед чоловіків.

Статистично значущих відмінностей між використовуваними чоловіками та жінками копінг-стратегіями не виявлено: шкала «вирішення проблем» – $U=354,0$, $p=0,685$; шкала «пошук соціальної підтримки» – $U=265,0$, $p=0,056$; шкала «уникнення проблем» – $U=351,5$, $p=0,655$. Можемо припустити, що за умов більшої вибірки статистичні відмінності за стратегією «пошук соціальної підтримки» ймовірно будуть виявлені, тобто жінки статистично значуще частіше, ніж чоловіки, використовують цю стратегію ($p=0,056$ при $p<0,05$).

Установлено також переважання «порогового (середнього) рівня опірності стресу» серед чоловіків (59%) і жінок (46%), це означає, що їхня стресостійкість знижуватиметься зі збільшенням стресових ситуацій у житті, а значна частина енергії й ресурсів витратиметься на боротьбу з негативними психологічними станами. Зовсім «низький рівень» стресостійкості притаманний 8% жінок і 4% чоловіків, на противагу «достатньо високому» та «високому рівням», які в сумі становлять 46% у жінок і 37% у чоловіків.

Дослідження індивідуально-психологічних особливостей, а саме типів нервової системи й типів темпераменту, у вибірці осіб у ситуації втрати роботи дало змогу встановити наявність взаємозв'язку між типами нервової системи та стресостійкістю особистості. Так, серед опитаних жінок виявлено домінування якостей екстраверсії – 53,5%, у чоловіків – 30,5%; тоді як у чоловіків виразно домінує амбіверсія – 52%, у жінок – 28%. Людям із цими типами нервової системи відповідають типи темпераменту холерик і сангвінік, що становить у групі чоловіків 63%, а у групі жінок 71%. Такі властивості нервової системи дають їм змогу легко переключатися з одного виду діяльності на інший, знижуючи тим самим актуальний рівень стресу. Тип нервової системи інтроверсія характерний 18% опитаних чоловіків і 18% жінок. Така нервова система відповідає типам темпераменту флегматик та меланхолік, що становить 37% серед чоловіків і 29% серед жінок у ситуації безробіття. Особам із такими властивостями притаманний низький рівень психічної активності, відповідно, і нижчий рівень опірності стресу. Їм важко змінювати види діяльності й пристосовуватися до нової соціальної ситуації. Такі люди, як правило, переживають проблеми всередині себе, а відтак є більш схильними до саморуйнування. За шкалою нейротизму безробітні чоловіки й жінки демонструють практично однакові результати: емоційна стійкість – 28% жінок і 30% чоловіків; емоційна вразливість – 50% жінок і 55% чоловіків; ознаки розхитаності нервової системи проявляються у 21% жінок і 15% чоловіків (рис. 3).

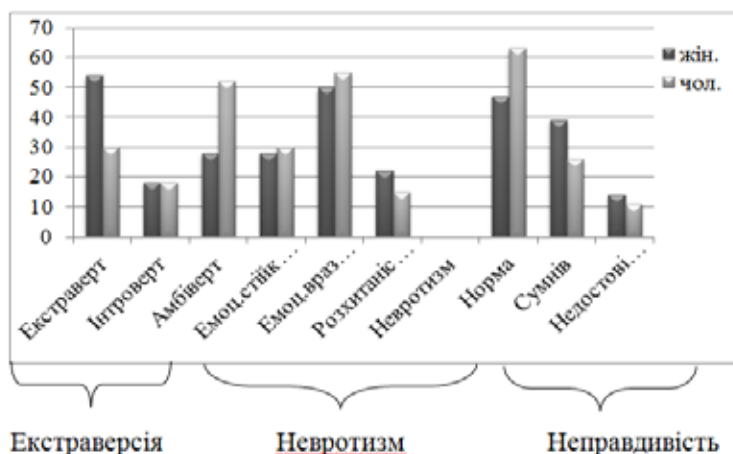


Рис. 3. Показники типів нервової системи в чоловіків і жінок у ситуації безробіття (у %)

Можемо стверджувати, що ситуація безробіття однаково негативно відображається на емоційній сфері та психічному здоров'ї осіб. Але жінки характеризуються вищим рівнем екстраверсії, розхитаності нервової системи (нейротизму) та схильністю казати неправду в тестуванні порівняно з чоловіками, однак статистичних відмінностей між типами нервової системи й темпераменту представниками різних статей не виявлено. Також установлений позитивний кореляційний зв'язок між невротизмом і пошуком соціальної підтримки ($r=0,472$, $p=0,001$) і негативний кореляційний зв'язок – між невротизмом та уникненням проблем ($r=0,350$, $p=0,009$).

Результати дослідження акцентуації рис характеру й темпераменту особистості показують, що домінуючими акцентуаціями в жінок виявилися: емоційність – 29%, гіпертимність – 25%, екзальтованість – 25%, циклотимність – 21%, збудливість – 21%, тривожність – 18%, застрягання – 14%, демонстративність – 14%, педантичність – 11%, дистимність – 7%.

Чоловікам характерна така вираженість акцентуацій: циклотимність – 26%, гіпер-

тимність – 22%, емоційність – 22%, збудливість – 22%, застрягання – 18%, педантичність – 18%, тривожність – 18%, екзальтованість – 18%, демонстративність – 15%, дистимність – 5% (рис. 4).

Дослідження підтвердило тезу, що кожен тип темпераменту має притаманні йому акцентуаційні риси характеру. Отже, представлені домінуючі акцентуації рис характеру тісно пов'язані з холеричним типом темпераменту, котрий переважає серед опитуваних, і, відповідно, становлять у жінок 53%, а в чоловіків – 48%.

Отже, можемо підсумувати, що гіпертимність більше виражена в жінок, аніж у чоловіків, так само як

й емоційність та екзальтованість. Натомість циклотимність, застрягання, педантичність і демонстративність більше виражені в чоловіків. Статистичні відмінності між чоловіками та жінками виявлено за такими акцентуаціями характеру: застрягання ($U=197,5$, $p=0,002$), педантичність ($U=247,5$, $p=0,027$) і збудливість ($U=224,0$, $p=0,009$), за іншими акцентуаціями статистично значущих відмінностей не виявлено ($p>0,05$).

Результати проведеного дослідження дають змогу твердити, що в жінок переважає такий вид копінг-поведінки, як «пошук соціальної підтримки», для якого характерна концентрація на емоціях і їх активне вираження, заперечення, звернення до віри, поведінковий відхід від проблеми, натомість у чоловіків вищі показники за шкалою «вирішення проблеми», якій характерне придушення конкуруючої діяльності, позитивне переформулювання та особистісне зростання, сміх, невідволікання на інші види активності й ігнорування інших речей, щоб активніше справлятися зі складною ситуацією. Аналіз копінг-стратегій поведінки безробітних у ситуації втрати роботи засвідчив, що індивідуально-психологічні особливості особистості (стресостійкість, адаптивність, тип темпераменту, акцентуації рис темпераменту і характеру) відіграють провідну роль у сприйманні безробітними ситуації втрати роботи. Також варто відзначити, що ситуація безробіття сприймається людьми середнього віку як природна та обов'язково минула, на підтвердження чого вони використовують фрази на кшталт: «зараз такий час» або «сьогодні й так більшість без роботи».

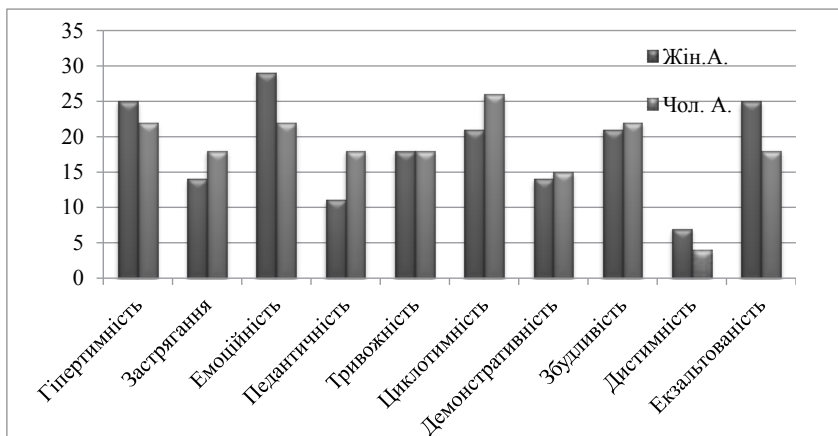


Рис. 4. Показники типів акцентуацій характеру чоловіків та жінок у ситуації безробіття (у %)

Висновки з проведеного дослідження.

Аналіз результатів емпіричного дослідження гендерних особливостей копінг-поведінки осіб у ситуації безробіття дав змогу зробити такі висновки: жінки переважно орієнтовані не стільки на психологічне подолання важкої життєвої ситуації, скільки на пристосування до неї. Їхню поведінку в стані стресу можна охарактеризувати як пасивну, орієнтовану на виживання та пошук соціальної підтримки. Копінг-стратегії чоловіків базуються на незалежних та активних діях, емоційній стійкості й самоефективності, що характеризує стратегії вирішення проблем і пошуку шляхів подолання труднощів. В обох групах респондентів (і в чоловіків, і в жінок) кількісно переважає використання неадаптивних і відносно адаптивних стратегій порівняно з адаптивними. Серед неадаптивних копінг-стратегій найбільш поширеними в чоловіків є емоційні неадаптивні стратегії, а в жінок – когнітивні неадаптивні стратегії. Серед адаптивних копінгів чоловіки найчастіше використовують когнітивні та емоційні стратегії, а жінки – поведінкові. У жінок кількісно домінує тип нервової системи екстраверсія, у чоловіків – амбіверсія. При цьому чоловікам притаманний середній рівень опірності стресу, а жінкам – високий і середній рівні опірності. Відповідно, з цими рівнями опірності стресу співвідносяться холеричний і сангвіністичний типи темпераменту. Отже, жінкам притаманний вищий рівень екстраверсії, розхитаності нервової системи (нейротизму) та схильність казати неправду в тестуванні порівняно з чоловіками. Аналіз акцентуацій рис темпераменту й характеру засвідчив, що гіпертимність більше виражена у жінок, аніж у чоловіків, так само як й емоційність та екзальтованість. Натомість циклотимність, застрягання, педантичність і демонстративність більше виражені в чоловіків.

Перспективами подальшого дослідження є вивчення психологічних чинників безробіття в чоловіків і жінок, розробка й апробація психологічних програм оптимізації та корекції копінг-поведінки осіб у ситуації безробіття, шляхів подолання безробіття, інформаційного та психологічного супроводу безробітних.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Величенко І.І. Гендерні особливості вибору копінг-стратегій безробітними : кваліфікаційна робота на здобуття ОР «Магістр» : 053 «Психологія» / науковий керівник О.І. Гринчук. Івано-Франківськ, 2018. 117 с.
2. Злишков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. *Педагогічна думка*. Київ, 2016. 219 с.
3. Ламаш І.В. Гендерні дослідження професійної діяльності у зарубіжній психології. *Вісник Національного університету оборони України. Питання психології* : збірник наукових праць. Харків, 2011. Вип. 23–24. С. 166–170.
4. Психология совладающего поведения : материалы II Междунар. науч.-практ. конф., Кострома, 23–25 сент. 2010 г. : в 2 т. / отв. ред.: Т. Крюкова, М. Сапоровская, С. Хазова. Кострома : КГУ им. Н. Некрасова, 2010. Т. 1. 297 с.
5. Ткачук Т.А., Мяких А.А. Гендерні особливості копінг-поведінки. *Молодий вчений*. 2017. № 4 (44). С. 259–260.
6. Гендер у психологічних і соціологічних дослідженнях : навчальний посібник / Л.О. Шевченко, Ю.Б. Кобікова та ін. Київ, 2015. 148 с.
7. Чуйко О., Левкун Г. Психологічні особливості самореалізації жінок у ситуації безробіття. *Збірник наукових праць. Серія «Психологія»*. Івано-Франківськ : Вид-во ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2019. Вип. 24. С. 76–86.