

РОЛЬ ГЕНДЕРНОЇ СОЦІАЛІЗАЦІЇ У ФОРМУВАННІ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ПІД ЧАС КРИЗ

THE ROLE OF GENDER SOCIALIZATION IN SHAPING COPING BEHAVIORS DURING CRISIS

У статті розглядається вплив гендерної соціалізації на формування копінг-поведінки особистості під час криз. Дана проблема є особливо актуальною у сучасних українських реаліях, де наслідки війни, вимушеної міграції та соціально-економічної нестабільності мають істотний вплив на психічне здоров'я населення та виявляють гендерні очікування в кризовому менеджменті. Подано теоретичний аналіз психологічних моделей гендерного розвитку та поведінки подолання, а також сучасні емпіричні дослідження гендерних відмінностей у регуляції емоцій та реакції на травматичні ситуації. Розглянуто як гендерні ролі, що засвоєні в результаті ранньої соціалізації, впливають на поведінкові та емоційні реакції людей у стресовій ситуації. На основі теорії гендерної схеми та соціальних ролей пояснюється відмінності вибору стратегії подолання стресу чоловіками та жінками. З'ясовано, що чоловіки більш схильні використовувати аналітичні, проблемно-орієнтовані або унікаючі стратегії поведінки, тоді як жінки, як правило, вдаються до емоційно експресивної поведінки та пошуку підтримки. Зауважується, що ці моделі не є біологічно зумовленими, а формуються під впливом соціокультурного контексту та підкріплюються інституційними та міжособистісними взаємодіями. Підкреслено важливість урахування гендерної перспективи в системах психологічної підтримки, ураховуючи, що на копінг-поведінку впливають не лише біологічні статеві відмінності, а й культурно зумовлені гендерні ролі та очікування. Зроблено висновок, що ефективні втручання повинні враховувати не лише індивідуальні потреби, а й суспільні нарративи, які формують поведінку в стресових ситуаціях. Підкреслено важливість сприяння гнучкості в подоланні стресових ситуацій незалежно від статі з метою розвитку психологічної стійкості та адаптивних здібностей як у чоловіків, так і у жінок.

Ключові слова: гендерна соціалізація, гендерна самоідентифікація, копінг-стра-

тегія, стрес, гендерні ролі, емоційна регуляція.

The article examines the influence of gender socialization on the formation of coping behavior during crises. This issue is particularly relevant in the current Ukrainian context, where the consequences of war, forced migration, and socio-economic instability have a significant impact on the mental health of the population and reveal gender expectations in crisis management. The article presents a theoretical analysis of psychological models of gender development and coping behavior, as well as contemporary empirical studies of gender differences in emotion regulation and responses to traumatic situations. It examines how gender roles acquired as a result of early socialization influence people's behavioral and emotional responses in stressful situations. Based on the theory of gender schemas and social roles, it explains the differences in the choice of stress coping strategies between men and women. It has been found that men are more likely to use analytical, problem-oriented, or avoidance strategies, while women tend to resort to emotionally expressive behavior and seeking support. It is noted that these models are not biologically determined, but are formed under the influence of the sociocultural context and reinforced by institutional and interpersonal interactions. The importance of taking gender perspectives into account in psychological support systems is emphasized, given that coping behavior is influenced not only by biological sex differences, but also by culturally determined gender roles and expectations. It is concluded that effective interventions should take into account not only individual needs, but also social narratives that shape behavior in stressful situations. The importance of promoting flexibility in coping with stressful situations regardless of gender is emphasized in order to develop psychological resilience and adaptive abilities in both men and women.

Key words: gender socialization, gender self-identification, coping strategies, stress, gender roles, emotion regulation.

УДК 159.924.2:316.61
DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.75.2.30>
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Мітіна С.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології, філософії
та суспільних наук
Таврійський національний університет
імені В.І. Вернадського

Кузьменко А.О.

здобувач вищої освіти
Таврійський національний університет
імені В.І. Вернадського

Вступ. Психологічна адаптація людей до кризових ситуацій залишається однією з найактуальніших проблем сучасної психології. Теорії стресу, копінгу, життєстійкості та травми все частіше наголошують на тому, що реакція на негаразди зумовлена не лише біологією, а й засвоєними поведінковими патернами, когнітивною оцінкою та соціальними нормами. Гендерна соціалізація, яка описується як інтерналізація культурно санкціонованих ролей, очікувань та норм емоційного вираження, є особливо важливою у формуванні копінг-стратегій, які люди використовують під час кризових ситуацій [11; 15].

Дослідження гендерних відмінностей у виборі копінг-стратегій є цікавими не лише у теоретичній площині, а й мають практичне значення як

для психологічних інтервенцій, розроблення програм ефективного реагування на кризові ситуації, так і у «буденних» аспектах життя. Як зазначає Л. Дойал, «гендер є одним із найпотужніших предикторів поведінки щодо здоров'я протягом усього життя» [6, с. 1062]. Дане твердження узгоджується з нашою думкою про те, що ігнорування гендерної природи методів подолання може призвести до невідповідності систем підтримки та сфери психічного здоров'я, які не відповідають унікальним потребам різних спільнот.

Зазначена проблема є особливо актуальною у ситуаціях високого рівня стресу, таких як війна, вимушена міграція, надзвичайні ситуації, політична та економічна нестабільність. Як свідчать нещодавні події в Україні, швидке поширення

потенційно травматичних ситуацій (вимушене переселення, розлука з близькими, небезпека) не лише посилює психологічне напруження, а й виявило неадекватність традиційних гендерно-рольових механізмів подолання стресу. Сучасні дослідження свідчать, що негнучкі гендерні стандарти можуть погіршувати адаптаційну гнучкість у стресових ситуаціях. Зокрема, І.В. Ващенко підкреслює роль особистісних психологічних ресурсів як посередницького чинника між гендерними очікуваннями та життєстійкістю: «Ефективність подолання кризової ситуації значною мірою залежить від рівня розвитку індивідуальних психологічних ресурсів, які тісно пов'язані із соціокультурною ідентичністю» [2, с. 36].

Ураховуючи актуальність даної проблеми, дуже важливо дослідити, як гендерна соціалізація впливає на поведінку подолання кризових ситуацій. Це включає визначення механізмів, за допомогою яких інтерналізовані гендерні ролі впливають на оцінку стресу, емоційну регуляцію та поведінку, спрямовану на пошук допомоги, а також розуміння психологічних наслідків обмеженої гнучкості в подоланні стресу. Розуміння копінг-поведінки через призму гендерної соціалізації уможливорює надання більш персоналізованої, контекстно-чутливої психологічної допомоги та допомагає створити інклюзивні моделі стійкості психічного здоров'я як у мирний час, так і в кризових умовах.

Метою статті є теоретичний аналіз психологічних механізмів впливу гендерної соціалізації на вибір та реалізацію способів подолання кризових ситуацій.

Виклад основного матеріалу. Однією з найвпливовіших у психології стресу є транзакційна модель стресу та копіngu, розроблена Р.С. Лазарусом і С. Фолкманом. Стрес, згідно із цією теорією, є не прямою реакцією на стимул, а скоріше когнітивним процесом оцінки, у якому індивіди оцінюють загрозу, яку несе в собі зовнішня подія, і свою здатність керувати нею [11, с. 117]. Цей подвійний процес первинної та вторинної оцінки призводить до вибору методів подолання, які в широкому сенсі поділяються на проблемно-орієнтовані та емоційно-орієнтовані. Важливо, що ці категорії не є взаємовиключними і можуть співіснувати в різних конфігураціях залежно від контексту та індивідуальної диспозиції [16, с. 232]. Однак у тому, як ці стратегії вибираються та застосовуються, часто виникають гендерні патерни під впливом ранньої соціалізації, культурних сценаріїв та інтерналізованих гендерних норм [3, с. 93].

Теоретичні засади теорії гендерних схем, сформульовані Сандрою Бем, є фундаментальними для розуміння гендерних норм. Її теорія гендеру є когнітивно-розвивальним підходом до розуміння того, як люди засвоюють і організовують гендерну інформацію. Згідно з роботами науковиці, діти не є пасивними реципієнтами соціальних ролей, а скоріше активними переробниками гендерної інформації, створюючи ментальні рамки або

«схеми», які впливають на те, як вони сприймають себе та інших у зв'язку з гендерно-відповідною поведінкою. Діти вчаться тому, що є «належним» для їхньої статі, спостерігаючи за дорослими, засобами масової інформації, взаємодією з однолітками та отримуючи підкріплення від авторитетних осіб. Ці засвоєні норми слугують фільтрами, через які сприймається подальший досвід [4, с. 94].

Гендерна схема – це когнітивна мережа, яка регулює те, як гендерна інформація класифікується, розуміється та видобувається. Ця ментальна схема спрямовує увагу, пам'ять і поведінку, формуючи як зовнішнє виконання ролі, так і внутрішню Я-концепцію [10, с. 95].

Теорія гендерних схем С. Бем стверджує, що «індивіди стають гендерно визначеними в суспільстві, а сам гендер стає інтерналізованою лінзою, через яку фільтрується інформація» [4, с. 355]. Цей процес призводить до формування унікальних когнітивних сценаріїв, які визначають те, як чоловіки (маскулінна самоідентифікація), жінки (фемінна самоідентифікація), а також особи з андрогінною самоідентифікацією переживають стрес, оцінюють ресурси для подолання стресу та беруть участь у регулюванні поведінки. Згідно з дослідженнями, чоловіки частіше використовують стратегії подолання, сфокусовані на активному вирішенні проблеми та/або її уникненні, тоді як жінки віддають перевагу емоційно-сфокусованому подоланню та пошуку підтримки [15, с. 496].

Стосовно копінг-поведінки теорія С. Бем припускає, що люди засвоюють переконання про те, які емоційні прояви, поведінка і техніки подолання відповідають їхній гендерній ідентичності. Наприклад, чоловік, який був вихований на ототожненні маскулінності зі стоїцизмом і напористістю, менш схильний уважати емоційне розкриття або пошук допомоги відповідними методами подолання труднощів. З іншого боку, жінки, які зазнали впливу схем, що асоціюють фемінність із турботою та емпатією, можуть бути більш схильними до копінг-поведінки, зосередженої на емоційному вираженні, підтримці стосунків та соціальній підтримці. Ці гендерні ролі стають інтерналізованими ідентичностями, які формують не лише поведінку в соціальному контексті, а й особисті механізми подолання. Гендерні схеми можуть впливати на автоматичну обробку: під час стресу люди можуть одразу покладатися на стратегії подолання, які відповідають їхній гендерній ідентичності. Наприклад, у гострому стресі чоловік може віддати перевагу поведінковим діям або придушенню емоцій, а не вербалізації дистресу, навіть якщо останній є більш адаптивним. Таким чином, зміст гендерної схеми може обмежувати розмаїття механізмів подолання, які вважаються життєздатними або соціально схвальними [10, с. 96; 16, с. 188].

Окрім того, робота С. Бем про андрогінність – поєднання маскулінних і фемінних рис – є важливим розширенням її теорії схем. Вона стверджує, що психологічна андрогінність робить можливим

більш адаптивний стиль подолання труднощів, у якому індивіди можуть покладатися на ширший спектр поведінкових проявів незалежно від гендерних особливостей. Це особливо важливо в кризових ситуаціях, коли адаптивне функціонування часто вимагає поєднання здібностей до вирішення проблем (традиційно маскуліnnих) з емоційною стійкістю та соціальними зв'язками (традиційно фемінних). Особи з жорсткими гендерними схемами можуть мати труднощі з інтеграцією, що призводить до неадаптивних або обмежених реакцій на подолання труднощів [10, с. 97].

Сучасні дослідження підтверджують цю ідею, вказуючи на те, що гендерно гнучкі люди, як правило, демонструють більш різноманітні та ефективні стилі подолання, виявляючи більшу стійкість у тривалих стресових ситуаціях [6, с. 1061]. Як відзначають І.В. Ващенко та Б.Б. Іваненко, в Україні, де і чоловіки, і жінки зазнали травматичного досвіду воєнного часу та рольових реконфігурацій, жорсткість чи гнучкість гендерних схем стає ключовою змінною у психологічній адаптації та відновленні [2, с. 42].

Теорія соціальних ролей Е. Іглі, яку згодом розвинула В. Вуд, дає соціально-структурне пояснення гендерної поведінки, підкреслюючи зв'язок між очікуваннями суспільства, розподілом праці та індивідуальною поведінкою. На відміну від біологічного детермінізму, який приписує гендерні відмінності вродженим характеристикам, теорія соціальних ролей стверджує, що спостережувані поведінкові варіації, такі як стратегії подолання, є результатом диференційованої соціалізації у гендерні ролі [7, с. 418].

Згідно з теорією соціальних ролей, суспільство організовує ролі та обов'язки на основі сприйнятих фізичних та психологічних характеристик кожної статі. Із часом ці ролі інституціоналізуються та інтерналізуються як поведінкові норми. Очікується, що жінки, які традиційно відповідальні за догляд та ведення домашнього господарства, повинні бути емоційно виразними, турботливими та орієнтованими на стосунки. Образ чоловіка пов'язаний із лідерством, захистом і працею, соціальним зобов'язанням бути агресивним, самодостатнім та емоційно пригніченим. Гендерні ролі стають інтерналізованими ідентичностями, впливаючи не лише на соціальну поведінку, а й на внутрішні методи подолання труднощів. Наприклад, у кризових ситуаціях чоловіки, виховані в ролях, що наголошують на автономії та контролі, більш схильні до проблемно-орієнтованого подолання, яке часто передбачає прямі дії, планування або придушення емоцій. Жінки, з іншого боку, більш схильні застосовувати стратегії подолання, орієнтовані на емоції, такі як пошук підтримки, вербалізація емоцій або створення сенсу [8, с. 468].

Теорія соціальних ролей особливо корисна для аналізу контекстуальної гетерогенності копінг-стратегій. Вона пояснює, чому гендерні відмінності в копінгу не є універсальними в різних

культурах або часових періодах, а скоріше відображають соціальну структуру та розподіл ролей. У суспільствах, що переживають швидкі соціальні трансформації, як, наприклад, Україна під час війни чи кризи, гендерні ролі також змінюються, що призводить до дестабілізації раніше засвоєних копінг-норм. Наприклад, жінки, які беруть участь у військових операціях або беруть на себе лідерські ролі у реагуванні на кризову ситуацію, можуть переходити до більш інструментальних стилів подолання, тоді як чоловіки, які стикаються з безробіттям або переміщенням, можуть зіткнутися з напругою між інтерналізованими ролями та ситуативними обмеженнями [1, с. 92].

Теорія соціальних ролей також підкреслює взаємодію гендеру та контексту: на поведінку подолання стресу впливають не лише внутрішні рольові очікування, а й те, як інші члени суспільства реагують на цю поведінку. Жінка, яка наполегливо вирішує проблеми, може зіткнутися із соціальними наслідками відходу від очікуваних норм, що призведе до психологічного напруження, до самого стресового чинника. Аналогічно, чоловік, який виявляє уразливість, може зіткнутися із соціальною стигматизацією, що більше обмежує його доступ до варіантів емоційної підтримки. Ця теорія узгоджується з фактичними даними, які вказують на те, що чим більша гендерна нерівність у громаді, тим більш вираженою є гендерна нерівність у поведінці подолання стресу. Коли гендерні ролі стають більш універсальними, чоловіки і жінки демонструють схожі копінг-стратегії, що підтверджує основний аргумент теорії про те, що поведінкові відмінності є соціальними і регульованими, а не фіксованими [9, с. 84].

Ця теоретична перспектива допомагає пояснити еволюцію гендерної динаміки в Україні протягом тривалої війни, вимушеної міграції та економічних перетворень. Жінки взяли на себе більше суспільних, економічних та захисних ролей, тоді як чоловіки були вимушені переосмислити себе як опікунів, внутрішньо переміщених осіб або емоційно залучених партнерів. Ці зміни створюють як можливості для реформування гендерних ролей, так і психологічні труднощі, що спричинені невідповідністю ролей, впливаючи на те, як люди справляються з особистими та суспільними кризами. Проте сучасні дослідження ставлять під сумнів спрощену бінарність, демонструючи ситуативну варіативність і посередницьку роль індивідуальних психологічних ресурсів [5, с. 83].

Українська психологічна наука також робить свій внесок у культурно відмінний погляд на цю тему. І.В. Ващенко підкреслює значення внутрішніх психологічних ресурсів, таких як життєстійкість, самоефективність та емоційна саморегуляція, як важливих предикторів успішної адаптації у кризових ситуаціях [2, с. 41].

У сучасному українському контексті, який характеризується тривалою соціально-політичною нестабільністю, пов'язаною з війною та ситуа-

цією невизначеності, наявність та мобілізація цих ресурсів набуває гендерної залежності під впливом традиційних гендерних ролей, структурної нерівності та нерівності у доступі до систем психологічної підтримки [1, с. 92].

Своєю чергою, О.О. Байєр уводить поняття кризової компетентності особистості, яка формується через взаємодію між індивідуальними якостями та соціокультурними елементами, такими як гендер. Він зазначає, що під час екзистенційних криз або криз, що загрожують життю, жінки виявляють більшу емоційну гнучкість завдяки вищому рівню рефлексивності відносин і соціальної емпатії, тоді як чоловіки часто покладаються на придушення, дистанціювання або інструментальні дії, які можуть бути менш адаптивними в умовах тривалого стресу [1, с. 93].

Ці висновки узгоджуються з даними крос-культурних досліджень, які ставлять під сумнів універсальність психологічних моделей і наголошують на необхідності контекстуальної чутливості в теоретичних побудовах [6, с. 101].

Окрім того, сучасні дослідження українських науковців підкреслюють гендерну природу доступу до соціальної підтримки та її психологічні наслідки. Традиційні очікування часто покладають на жінок відповідальність за емоційну працю та сімейну згуртованість, що, захоплюючи соціальні зв'язки, може також підвищувати уразливість до емоційної втоми. На противагу цьому чоловіки можуть не звертатися по допомогу, що відповідає стоїчним маскулінним нормам, але обмежує їхній спектр відповідних механізмів подолання стресу [1, с. 43; 14, с. 746].

Поєднання цих теоретичних моделей – теорії транзакційного стресу, теорії гендерних схем та теорії соціальних ролей – із дослідженнями українських учених сприяє кращому розумінню копінг-поведінки як соціально-когнітивного та культурно опосередкованого процесу. Це дає змогу розглядати гендер не як біологічну детермінанту копіngu, а як набір набутих диспозицій, що формують те, як люди переживають, розуміють і реагують на кризові ситуації. Як наслідок, копінг-поведінка відображає внутрішні психологічні механізми, а також ширшу соціальну динаміку, таку як конфлікти, переміщення, економічний стрес та еволюцію гендерних ролей в українському суспільстві.

В емпіричних дослідженнях, що вивчають гендерні відмінності в копінг-поведінці, гендерна соціалізація регулярно висвітлюється як предиктор механізмів реагування на стрес. Численні метааналізи та перехресні дослідження показують, що люди схильні використовувати копінг-стратегії, які відповідають гендерним очікуванням, засвоєним у дитинстві та підкріпленим у дорослому віці.

Л. Тампрес із колегами провели базове метааналітичне дослідження, яке актуальне для розуміння гендерно зумовлених стратегій подолання труднощів. На основі метааналізу понад 200 досліджень автори дійшли висновку, що «жінки значно

частіше, ніж чоловіки, використовують різноманітні копінг-стратегії, особливо ті, що включають соціальну підтримку та техніки, орієнтовані на емоції» [15, с. 25]. Ця тенденція тісно пов'язана з гендерно-рольовими стереотипами, які сприяють експресивності, поведінці в громаді та емоційному налаштуванню жінок, що відображає як теорія гендерних схем, так і теорія соціальних ролей.

Окрім того, Л. Тампрес, Д. Яніцький, В. Гельгесон виявили, що, незважаючи на гендерні відмінності в стилі подолання, «було мало доказів того, що одна стаття постійно перевершувала іншу в плані ефективності подолання» [15, с. 30]. Ці дані свідчать про те, що хоча гендерна соціалізація впливає на тип копіngu, вона не завжди визначає його адаптивну цінність у різних ситуаціях.

Дж. Птачек, Р. Сміт, Дж. Занас також зробили важливе доповнення, провівши гендерну оцінку копіngu та стресу в академічному контексті. Вони виявили, що «чоловіки більш схильні до проблемно-орієнтованого копіngu, коли стикаються з контрольованими стресовими факторами, тоді як жінки схильні до емоційного копіngu навіть у подібних контекстах» [14, с. 768].

Ці висновки підкреслюють взаємозв'язок між сприйняттям контрольованості та гендерними моделями реагування. У більш пізніх дослідженнях М. Матуд проаналізувала іспанську вибірку і виявила, що «жінки набрали значно більше балів за емоційно-орієнтоване подолання і повідомили про вищий рівень щоденного стресу» [13, с. 149]. Дослідниця зауважує, що ця різниця в копінг-поведінці модерується соціалізованими очікуваннями щодо емоційної праці та міжособистісної відповідальності.

О.О. Байєр зазначає, що «гендерна диференціація в копінг-стратегіях відображає глибоко вкорінену систему нормативних очікувань, які регулюють емоційну експресивність і поведінкову конформність» [1, с. 137]. Результати емпіричних досліджень підтверджують тезу про те, що навіть в умовах кризових ситуацій, таких як війна або переміщення, українські жінки демонструють сильніші тенденції до реляційного копіngu, тоді як чоловіки віддають перевагу поведінковому відходу або інструментальному контролю.

І.В. Ващенко надає подальше розуміння того, як розгортаються ресурси подолання під час тривалого стресу. У дослідженні, присвяченому вивченню психологічної стійкості під час посткризового відновлення, вона виявила, що жінки більш схильні до спілкування та пошуку психологічної підтримки, тоді як чоловіки покладаються на усамітнення та інструментальні методи [2, с. 45].

Дані результати збігаються з міжнародними висновками і свідчать про культурну наслідуваність у гендерних стратегіях подолання стресу. Як зазначають А. Іглі та В. Вуд, соціальні ролі не лише визначають очікування, а й обмежують доступ до соціальної підтримки та емоційних виходів, тим самим обмежуючи варіанти подолання, «доступні»

та інколи «допустимі» для людей за гендерною ознакою [8, с. 462].

Отже, у сукупності емпіричні дані свідчать про те, що гендерно зумовлені стилі подолання стресу є не просто особистими вподобаннями, а результатом тривалої соціалізації у межах культурно та історично сформованих гендерних режимів. Як під час повсякденного стресу, так і під час масштабних криз індивіди застосовують поведінку, що відповідає засвоєним гендерним ролям, і цей процес добре задокументований як у західноєвропейському, так і в східноєвропейському контекстах. Ці висновки мають велике значення для служб психологічної підтримки, особливо в умовах надання допомоги, орієнтованої на травму.

Висновки. Підсумовуючи вищенаведене, можна зазначити, що гендерна соціалізація є ключовим чинником у формуванні того, як люди справляються зі стресовими та кризовими ситуаціями. Гендерні очікування та стандарти поведінки інтерналізуються і проявляються у моделях емоційної регуляції, когнітивної оцінки та вибору стратегій подолання стресу. Ці поведінкові патерни не притаманні біологічній статі, а є результатом соціального очікування. Теорія гендерних схем і соціальних ролей доводить, що суспільні конструкти і приписані ролі впливають на психологічні реакції, особливо в емоційно напружених ситуаціях.

Результати емпіричних досліджень демонструють гендерні відмінності у копінг-поведінці, а саме: жінки більш схильні використовувати емоційно-експресивні, міжособистісні, орієнтовані на підтримку тактики подолання стресу, чоловіки частіше застосовують стратегії, спрямовані на вирішення проблем, а іноді уникаючи стратегії. Ці тенденції простежуються в різних культурах, зокрема в Україні, і посилюються під час кризових ситуацій, таких як війна, економічна нестабільність або вимушене переміщення. Вибір копінг-поведінки значною мірою визначається ситуативними змінними, характером стресу, індивідуальними рисами особистості та наявністю соціальної підтримки. Гендерні очікування можуть як заохочувати, так і перешкоджати доступу до більш адаптивних і ситуативно релевантних відповідей.

Системи психологічної підтримки, такі як кризове втручання, психотерапія та програми громадського здоров'я, повинні включати гендерно-чутливі практики з урахуванням чинників впливу гендерних ролей на стресову ситуацію. Важливою частиною є впровадження освітніх та інформаційних ініціатив, спрямованих на поліпшення гнучкості подолання стресу та мінімізацію стигми, пов'язаної з «нетрадиційними» механізмами подолання стресу як для чоловіків, так і для жінок.

Майбутні дослідження у цій сфері мають бути зосереджені на лонгітюдних і культурно релевантних дослідженнях, які враховують довгостроковий вплив гендерної соціалізації на психологічну стійкість та копінг-поведінку. Окрім того, для розуміння складних взаємозв'язків між особистісним розвитком,

соціальним контекстом і копінг-поведінкою необхідний міждисциплінарний підхід, що поєднує психологію, соціологію та гендерні дослідження.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Байер О.О. Життєві кризи особистості: навчальний посібник. Дніпропетровськ : ДНУ, 2010. 244 с.
2. Ващенко І.В., Іваненко Б.Б. Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології*. 2018. № 40. С. 33–49. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-40.33-49>
3. Addis M.E., Mahalik J.R. Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *American Psychologist*. 2003. Т. 58. № 1. Р. 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.58.1.5>
4. Bem S.L. Gender Schematic Theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*. 1981. Т. 88. № 4. Р. 354–364. <https://doi.org/10.1037/0033-295x.88.4.354>
5. Connell R.W. Masculinities. Routledge, 2020. <https://doi.org/10.4324/9781003116479>
6. Doyal L. Sex, gender, and health: the need for a new approach. *BMJ*. 2001. Т. 323, № 7320. Р. 1061–1063. <https://doi.org/10.1136/bmj.323.7320.1061>
7. Eagly A.H., Wood W. Social Role Theory. *Handbook of Theories of Social Psychology*. 1 Oliver's Yard, 55 City Road, London EC1Y 1SP United Kingdom. Р. 458–476. <https://doi.org/10.4135/9781446249222.n49>
8. Eagly A.H., Wood W. The origins of sex differences in human behavior: Evolved dispositions versus social roles. *American Psychologist*. 1999. Т. 54. № 6. Р. 408–423. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.54.6.408>
9. Hofstede G., Hofstede G.J., Minkov M. Cultures and Organizations: Software of the Mind: *Intercultural Cooperation and Its Importance for Survival*. 3rd ed. New York : McGraw-Hill, 2010. 561 p.
10. Lamke L., Bem S.L. The Lenses of Gender: Transforming the Debate on Sexual Inequality. *Journal of Marriage and the Family*. 1993. Т. 55. № 4. Р. 1052. <https://doi.org/10.2307/352790>
11. Lazarus R.S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. Springer Publishing Company, Incorporated, 2010. 456 p.
12. Mahalik J.R., Burns S.M., Syzdek M. Masculinity and perceived normative health behaviors as predictors of men's health behaviors. *Social Science & Medicine*. 2007. Т. 64. № 11. Р. 2201–2209. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2007.02.035>
13. Matud M.P. Gender differences in stress and coping styles. *Personality and Individual Differences*. 2004. Т. 37. № 7. Р. 1401–1415. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.01.010>
14. Ptacek J.T., Smith R.E., Zanas J. Gender, Appraisal, and Coping: A Longitudinal Analysis. *Journal of Personality*. 1992. Т. 60. № 4. Р. 747–770. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00272.x>
15. Tamres L.K., Janicki D., Helgeson V.S. Sex Differences in Coping Behavior: A Meta-Analytic Review and an Examination of Relative Coping. *Personality and Social Psychology Review*. 2002. Т. 6. № 1. Р. 2–30.
16. Thoits P.A. On Merging Identity Theory and Stress Research. *Social Psychology Quarterly*. 1991. Т. 54. № 2. Р. 101. <https://doi.org/10.2307/2786929>