

УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ
КАФЕДРА ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ З ПЕДАГОГІКИ, ПСИХОЛОГІЇ ТА
СОЦІАЛЬН
ОЇ РОБОТИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

*“Психологічні особливості гендерних
відмінностей в переживанні кризи середини
життя у українців”*

Виконав: здобувач 2 курсу
групи ПС-22-2вм
Спеціальності 053 «Психологія»
Бруштець Т.О.
Керівник: Юдіна А.В.
канд. психол. наук

м. Дніпро
2024

АНОТАЦІЯ
кваліфікаційної роботи здобувача
Бруштець Тетяни Олександрівни
 на тему: «**Психологічні особливості гендерних відмінностей в переживанні**
кризи сер
єдини життя у українців»

Кваліфікаційна робота здобувача 2-го курсу, спеціальності 053 «Психологія» (у форматі магістр) (Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро, кафедри інноваційних технологій з педагогіки, психології та соціальної роботи) присвячена проблемі психологічних особливостей гендерних відмінностей в переживанні кризи середини життя у українців.

У кваліфікаційній роботі теоретично зазначено, що у віці 35-45 років відбувається перехід до рефлексивного типу ставлення до життя, тобто людина стає здатною виступати з позиції «над» життям, сприймати та оцінювати життя як ціле. Разом з цим змінюється структура суб'єктних якостей дорослого, вона стає більш інтегрованою, цілісною, що свідчить про зростаючу роль певної життєвої позиції, формування постійної та осмисленої лінії поведінки. В цей період життя особистості притаманним є переоцінка того, що було зроблено, чого було досягнуто, що можна було б зробити краще. Багато вчених характеризують цей період як кризу середини життя. Від того яких висновків людина дійде при цьому може залежати його настрої на подальше життя.

Отже, криза середини життя як центральна криза життєвого циклу проявляється у всіх основних життєвих сферах дорослого: в індивідуальному розвитку, у професійній та сімейній сферах, і включає зміни на всіх структурних рівнях людини (індивідуальному, особистісному, суб'єктному, індивідуальному). Проведені нами дослідження дозволяють говорити про існування особистісно-психологічних факторів, що зумовлюють перебіг кризи середини життя, серед яких чітко вирізняються особливості системи захисних механізмів та особистісних цінностей.

В роботі представлено змістовний аналіз факторів сучасного світу які впливають на проживання періоду кризи середини життя. Обґрунтовано основні положення дослідження деяких вчених що показують які зовнішні та внутрішні фактори можуть мати серйозний вплив на кризу середини життя. Серед розглянутих – це стреси, з якими будь-яка людина стикається кожного дня, фрустрація, внутрішні конфлікти, які можуть бути викликані страхом, невпевненістю у собі або навіть характером та темпераментом людини.

Нами було проведено опитування 60 респондентів у віці від 30 до 55 років. Усі респонденти за їх словами перебували у стані який вони характеризували як кризу середини життя. Проведене нами дослідження дає нам змогу стверджувати, що у опитуваних виявлені психологічні показники які можуть свідчити про кризу. Також ми довели, що існують гендерні відмінності переживання кризи середини життя. Нами було доведено, що респонденти з вираженою маскуліністю більш важче переживають кризу середини життя, а саме більш гостро відчують когнітивні симптоми кризи середини життя.

Перспективою подальшого дослідження може бути аналіз корекційних програм для підвищення внутрішніх ресурсів та механізмів подолання кризового стану.

Результати можна використати у роботі практикуючих психологів, консультантів, психотерапевтів адже розуміння гендерних відмінностей в процесі переживання кризи середини життя може допомогти при розробці психотерапевтичних заходів задля розвитку стійкості для переживання кризового стану.

Перелік ключових слів: гендер, гендерні відмінності, криза середини життя, чоловіки, жінки.

SUMMARY

Peculiarities of Gender Differences in Experiencing Mid-Life Crisis among Ukrainians

Master's Degree Project of the 2-th year student, speciality «Psychology» (Alfred Nobel University, Dnipro, Ukraine, Department of Innovative Technologies in Pedagogy, Psychology and Social Work) is devoted to the problem of psychological features of gender differences in experiencing a mid-life crisis among Ukrainians.

In the qualification paper, it is theoretically stated that at the age of 35-45 there is a transition to a reflective type of attitude to life, that is, a person becomes able to speak from a position "above" life, perceive and evaluate life as a whole. At the same time, the structure of the subject qualities of an adult changes, it becomes more integrated, holistic, which indicates the growing role of a certain life position, the formation of a permanent and meaningful line of behavior. In this period of a person's life, it is inherent to reevaluate what has been done, what has been achieved, what could be done better. Many scientists characterize this period as a mid-life crisis. His mood for further life may depend on what conclusions a person reaches.

Therefore, the mid-life crisis as the central crisis of the life cycle manifests itself in all the main life spheres of an adult: in individual development, in the professional and family spheres, and includes changes at all structural levels of a person (individual, personal, subject, individual). Our research allows us to talk about the existence of personal and psychological factors that determine the course of the mid-life crisis, among which the features of the system of protective mechanisms and personal values are clearly distinguished.

The work presents a meaningful analysis of the factors of the modern world that affect living in the midlife crisis period. The main provisions of the research of some scientists are substantiated, which show which external and internal factors can have a serious impact on the mid-life crisis. Among those considered are the stresses that any person faces every day, frustration, internal conflicts that can be caused by fear, self-doubt, or even a person's character and temperament.

We conducted a survey of 60 respondents aged 30 to 55. According to them, all respondents were in a state that they characterized as a mid-life crisis. The research conducted by us allows us to assert that the interviewees have psychological indicators that may indicate a crisis. We also proved that there are gender differences in experiencing the midlife crisis. We have proven that respondents with pronounced masculinity experience the mid-life crisis harder, namely, they experience the cognitive symptoms of the mid-life crisis more acutely.

The perspective of further research may be the analysis of corrective programs to increase internal resources and mechanisms for overcoming the crisis situation.

The results can be used in the work of practicing psychologists, consultants, psychotherapists, because understanding gender differences in the process of experiencing a mid-life crisis can help in the development of psychotherapeutic measures to develop resilience for experiencing a crisis state.

Keywords: gender, gender differences, mid-life crisis, men, women.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
Розділ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ В ПЕРЕЖИВАННІ КРИЗИ СЕРЕДИНИ ЖИТТЯ.....	9
1.1. Теоретичний аналіз наукової літератури щодо підходів до вивчення феномену кризи середини життя.....	9
1.2. Аналіз поняття гендеру у сучасній науковій парадигмі.....	16
1.3. Психологічні особливості протікання кризи середини життя у жінок...	18
1.4. Психологічні особливості протікання кризи середини життя у чоловіків.....	22
1.5. Змістовний аналіз факторів сучасного світу які впливають на проживання періоду кризи середини життя.....	26
Висновки до розділу 1.....	32
Розділ 2. МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ ПРОЖИВАННЯ СЕРЕДИНИ ЖИТТЯ.....	34
2.1. Методичні підходи до організації емпіричних досліджень гендерних ідентичностей особистості за методикою С. Бем.....	34
2.2. Методичні підходи до організації емпіричних досліджень рівня соціальної фрустрації за методикою Л. І. Вассермана, модифікація В.В. Бойко....	36
2.3. Методичні підходи до організації емпіричних досліджень рівня депресії за шкалою депресії Бека.....	41
Висновки до розділу 2.....	45
Розділ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ В ПЕРЕЖИВАННІ КРИЗИ СЕРЕДИНИ ЖИТТЯ.....	48
3.1. Результати вимірювання за показниками психодіагностичних методик.....	48
3.2. Аналіз гендерних відмінностей проживання кризи середини життя.....	56
Висновки до розділу 3.....	59
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	60

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	63
ДОДАТКИ.....	68