МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ТРАНСФОРМАЦІЯ ЖІНОЧОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ**

Виконала: студентка ІІ курсу,
групи 8.0534
спеціальності 053 Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Риженко Ганна Василівна
Керівник: к. психол. н., доцент
кафедри психології Мосол Н.О.
Рецензент: к. психол.н., доцент
кафедри психології Железнякова Ю.В.

Запоріжжя – 2025

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма 053 Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри
_____
к.психол.н., доцент. Н.О. Губа
«____»_____2025 р.

З А В Д А Н Н Я
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТУ
Риженко Ганні Васильєвні

1. Тема роботи Трансформація жіночої ідентичності в умовах війни
керівник роботи Мосол Н.О. к. психол. н., доцент кафедри психології затверджені наказом ЗНУ від «02» 10 2025 року № 1394-с
2. Строк подання студентом роботи _____
3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: здійснити теоретичний аналіз основних теоретико-методологічних підходів до жіночої ідентичності, а також концепції жіночності в психологічній науці; експериментально дослідити особливості самосприйняття, трансформацію ціннісних орієнтацій та домінуючі типи гендерних рис (маскулінних, фемінінних, андрогінних) у цивільних жінок; виявити особливості взаємозв'язку між типом психологічної статі (андрогінністю) та адаптивними характеристиками жінок в умовах війни.
Перелік графічного матеріалу: 4 таблиці, 7 рисунків.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Мосол Н.О., доцент		
Розділ 1	Мосол Н.О., доцент		
Розділ 2	Мосол Н.О., доцент		
Висновки	Мосол Н.О., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень-лютий 2025 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2025 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2025 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2025 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень-серпень 2025 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2025 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2025 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2025 р.	Виконано

Студент _____ Г. В. Риженко

Керівник роботи _____ Н. О. Мосол

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ Г. В. Коваль

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 67 сторінок, 7 рисунків, 4 таблиці, 44 джерело, 1 додаток.

Об'єкт дослідження: трансформаційні процеси гендерної ідентичності жінок в умовах війни**.**

Предмет дослідження: психологічні особливості змін жіночої ідентичності в умовах війни (що відображаються у самосприйнятті, уявленнях про жіночність, домінуванні гендерних рис та системі життєвих цінностей)

Мета дослідження: дослідити психологічні особливості трансформації жіночої ідентичності в умовах війни в Україні, зокрема зміни у самоконцепції, структурі гендерних рис і ціннісних орієнтаціях цивільних жінок.

Гіпотеза дослідження: передбачається, що в умовах війни у жінок відбувається трансформація уявлень про власну жіночність, зокрема підсилення андрогінності як індикатора психологічної адаптивності, що сприяє формуванню нових моделей жіночої ідентичності.

Методи дослідження: теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, класифікація й систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних досліджень; емпіричні: спостереження, тестування.

Наукова новизна: вперше на українській вибірці цивільних жінок емпірично підтверджено домінування андрогінного типу психологічної статі. Розроблена та апробована авторська анкета «Яка Я як жінка?»

Галузь використання: ГО психологічної підтримки для жінок, освітні програми з психічного здоров'я жінок, психологічне консультування

АНДРОГІННІСТЬ, ЖІНОЧНІСТЬ, МУСКУЛІННІСТЬ, ІДЕНТИЧНІСТЬ, ТРАНСФОРМАЦІЯ, ЦІННОСТІ, ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ’Я.

SUMMARY

Ryzhenko A. V. Transformation of Female Identity in the Context of War

The qualifying work consists of Introduction, 2 Chapters, Conclusion, References (44 items, 9 of foreign origin), 1 appendix on 3 pages. The qualifying work volume is 74 pages long, 52 of them – main text. There are 4 tables and 7 illustrations.

The qualifying work gives a theoretical survey and describes the experimental research of the transformation of female identity among civilian women in Ukraine during the full-scale war.

The research object: Transformational processes of gender identity in women in the context of war.

The research subject: Psychological features of changes in female identity in the context of war (reflected in self-perception, concepts of femininity, dominance of gender traits, and the system of life values)

The research goal: To investigate the psychological features of the transformation of female identity in the context of the war in Ukraine, particularly changes in self-concept, the structure of gender traits, and value orientations of civilian women.

The research tasks are:

1. Analyze theoretical approaches to gender and female identity and the concept of femininity.
2. Determine changes in women's self-perception and understanding of femininity in wartime.
3. Investigate the transformation of value orientations in wartime.Identify dominant gender traits (androgyny, masculinity, femininity).
4. Analyze the relationship between the type of psychological sex and women's adaptive characteristics during military threats.

Chapter 1 "Theoretical and methodological principles of studying female identity" provides a theoretical analysis of gender identity, the concept of femininity, and psychological flexibility as a resource for identity transformation in wartime.

In the Chapter 2 "Empirical study of the transformation of female identity in the context of war" the organization and methods of the research are explained, and the interpretation of the results is provided.

Key words: androgyny, values, war, femininity, psychological state, gender identity, adaptability, self-perception.

ЗМІСТ

ВСТУП 8

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ЖІНОЧОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ 13

1.1 Гендерна ідентичність як психологічне явище 13

1.2 Поняття жіночності в психологічній науці: сучасні підходи 22

1.3 Психологічна гнучкість як ресурс трансформації ідентичності в умовах війни 25

РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ТРАНСФОРМАЦІЯ ЖІНОЧОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ 30

2.1 Організація та методи дослідження 30

2.2 Інтерпретація результатів дослідження 34

2.3 Практичні рекомендації та напрями психологічної підтримки жінок в умовах війни 62

ВИСНОВКИ 64

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ 68

ДОДАТКИ 72

ВСТУП

Війна в сучасній Україні стала щоденною реальністю, що докорінно змінює життя людей, порушуючи їхні базові потреби – безпеку, стабільність та соціальні зв'язки. Особливо вразливими у воєнний час є жінки, які стикаються з новими викликами: захист родини, вимушене переміщення, невизначеністю майбутнього, загострення проблем гендерної нерівності та насильства. Водночас війна не лише загострює проблеми, але й відкриває простір для переосмислення жіночої ідентичності. У нових реаліях українські жінки дедалі частіше беруть на себе нетрадиційні ролі – стають військовослужбовицями, волонтерками, лідерками громадських ініціатив та підприємницями. Це сприяє глибоким змінам жінки у сфері гендерних ролей, особистісному розвитку, уявлень про жіночність, які поєднують силу, стійкість та здатність до турботи. І у цих умовах жінки змушені швидко адаптуватися, переглядати свої життєві орієнтири, копінг-стратегії, цінності, відкривати нові ресурси самореалізації.

Таким чином дослідження трансформації жіночої ідентичності в умовах війни в Україні є надзвичайно актуальним, адже повномасштабне вторгнення на територію України призвело до тотальних змін у житті жінок. Війна- це глибока особистісна криза кожної жінки в різній мірі, яка кардинально змінює індивідуальну ідентичність. Традиційна соціокультурна парадигма українського суспільства формувала певні стереотипи щодо ролі жінки, що часто обмежувалися сферою сім'ї та догляду. Однак сучасні реалії показали, що ці уявлення вже не відповідають дійсності. Незважаючи на значний інтерес до цієї теми, багато її аспектів залишаються недостатньо дослідженими. Трансформація жіночої ідентичності в умовах війни є складним і багатовимірним процесом, що потребує наукового осмислення і вивчення її складових. Зокрема, бракує комплексного аналізу глибинних психологічних змін у жіночій ідентичності, в тому числі це стосується жіночності та статево-рольових якостей. Жінка- це «організм», який

змінюється постійно. І феномен «нової жіночої ідентичності», що формується на перетині традиційних цінностей та екстремальних умов війни, потребує постійного вивчення. Вивчення цього процесу важливе для того, щоб краще зрозуміти, як змінюється жінка під час війни, які цінності для неї важливі, а також для подальшої розробки дієвих програм підтримки.

Різні аспекти цієї теми вивчали вітчизняні науковці останніх років: О. Кісь, Т. Марценюк, І. Стріонової, Москаленко В. В., Пугач А. Є, Н. Глєбової, Л. Глинської, О. Демчик, І. Грабовської, О. Столярик, Т. Семигіної, С. Сененко, К. С. Ващенко, С. О. Ренке, І. В. Кукуленко-Лук'янець, Т.М. Мельник, Л. Кобилянська, Б.О. Дегтярьова.

Окремо треба відзначити дослідження з гендерної історії та соціології, які закладають теоретичне підґрунтя для цієї теми. Вони належать таким науковицям, як Оксані Кісь та Тамарі Марценюк. Їхні роботи, зокрема матеріали Оксани Кісь на сайті "Гендер в деталях" чи дослідження Тамари Марценюк про жіноче волонтерство до 2022 року, стали основою для розуміння соціально-історичних передумов. Ці праці показують, що активна участь жінок у суспільних процесах і їхня здатність до трансформації ідентичності не є новим явищем, а війна лише прискорила та поглибила ці процеси. Повномасштабне вторгнення стало каталізатором для нового покоління досліджень, які фокусуються на конкретних моментах. Так, у праці Наталії Глєбової, Людмили Глинської та Олександра Демчика «Особливості самореалізації української жінки в умовах воєнного стану» розглядаються зміни в професійній та соціальній активності жінок. Це дослідження показує, як українки адаптуються до нових умов, опановуючи нетрадиційні для них ролі та сфери діяльності. Також Веніамін Вінков досліджував вплив бойових дій на емоційну сферу особистості, розглядав внутрішні зміни, що відбуваються в тому числі і з жінками: від переживання стресу та травм до формування нових рис характеру, таких як психологічна стійкість і рішучість. Водночас, дослідження Ірини Грабовської про кризу маскулінності та вирівнювання можливостей між чоловіками та жінками

підкреслює, підкреслюють, що ці зміни стосуються не лише жінок, а є частиною масштабної трансформації всього суспільства. Зарубіжне наукове видання, як "Women's Studies International Forum", розглядає у своїх публікаціях матеріали, що показують міжнародний інтерес до цієї проблеми. Це підтверджує глобальну значущість досвіду українських жінок. Та незважаючи на наявність досліджень, треба підкреслити, що більшість із них розглядається, як окремі одиниці великої проблеми. Наприклад, дослідження зосереджуються на ролі жінок в армії, волонтерстві або психологічним наслідкам. При цьому дослідження, спрямованих на цілісне осмислення змін у самосприйнятті цивільних жінок, їхньої жіночності та системи цінностей у воєнний час все ще бракує.

Об’єкт дослідження: трансформаційні процеси гендерної ідентичності жінок в умовах війни

Предмет дослідження: психологічні особливості змін жіночої ідентичності в умовах війни (що відображаються у самосприйнятті, уявленнях про жіночність, домінуванні гендерних рис та системі життєвих цінностей)

Мета дослідження: дослідити психологічні особливості трансформації жіночої ідентичності в умовах війни в Україні, зокрема зміни у самоконцепції, структурі гендерних рис і ціннісних орієнтаціях цивільних жінок.

Гіпотеза дослідження: передбачається, що в умовах війни у жінок відбувається трансформація уявлень про власну жіночність, зокрема підсилення андрогінності як індикатора психологічної адаптивності, що сприяє формуванню нових моделей жіночої ідентичності, які поєднують силу, стійкість, відповідальність із емпатією, турботою про себе та гнучкістю поведінки.

Завдання дослідження:

- Проаналізувати сучасні теоретичні підходи до вивчення гендерної та жіночої ідентичності, а також концепцію жіночності в психологічній науці.

- Визначити особливості самовизначення жінок в умовах війни на основі емпіричного дослідження їхнього самосприйняття та уявлень про жіночність.
- Дослідити специфіку трансформації ціннісних орієнтацій жінок у воєнних умовах та її вплив на структуру жіночої ідентичності.
- Виявити домінуючі типи гендерних рис (маскулінних, фемінінних, андрогенних) і особливості їхнього прояву в умовах війни.
- Проаналізувати взаємозв’язок між типом психологічної статі та адаптивними характеристиками жінок у період воєнних загроз.

Методи дослідження: Теоретичний аналіз наукових джерел та інших публікацій в мережі інтернет. Емпіричне дослідження через авторську анкету «Яка Я як жінка?» Г.Риженко та опитувальник Сандри Бем (BSRI) для визначення гендерних ролей (адаптація українською: А. Ярошенко, Т. Семигіна, 2023)

Наукова новизна дослідження полягає в проведенні комплексного емпіричного дослідження трансформації ідентичності цивільних жінок в умовах повномасштабної війни, що охоплює аналіз їхньої жіночності, зсуву життєвих цінностей та гендерно – рольових якостей. Також ми використали відомий опитувальник С. Бем (BSRI) не для загальної діагностики жінок, а саме для дослідження змін в умовах війни. Це дозволило зрозуміти, які гендерні риси (маскулінні чи фемінні) активуються як інструмент виживання та адаптації в кризовій ситуації. Була розроблена та апробована авторська анкета «Яка Я як жінка?». Цей інструмент дозволив вперше зафіксувати суб'єктивне розуміння жіночності та ієрархію цінностей до і під час війни, а також ввести новий архетип «Хранителька себе» для аналізу самосприйняття. Вперше на українській вибірці цивільних жінок емпірично підтверджено домінування андрогенного типу психологічної статі (у 94,3% опитаних). Це дозволило зробити припущення, що андрогінність виступає ключовим механізмом психологічної гнучкості та адаптивності. Встановлено, що розуміння жіночності змістилося від зовнішнього вигляду (одяг,

доглянутість) до внутрішньої сили, стійкості та здатності брати відповідальність.

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання його результатів для розробки програм психологічної та соціальної підтримки для цивільних жінок, а також отримання даних для подальшого вивчення феномену жіночності.

Структура роботи: магістерська робота складається з вступу, першого розділу, що містить 3 підрозділи, другого розділу з трьома підрозділами, висновків, бібліографії та додатку.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЖІНОЧОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

1.1 Гендерна ідентичність як психологічне явище

У психологічній та соціологічній науці відсутнє окреме поняття «жіноча ідентичність». Натомість використовується термін «гендерна ідентичність», що описує усвідомлення себе як представника певної статі. Вона «формується в результаті психологічної інтеріоризації гендерних рис та соціальних ролей у процесі взаємодії особистості з оточенням» [30]. Тобто це усвідомлення людиною своєї належності до певної гендерної категорії (жіночої, чоловічої) та прийняття або не прийняття відповідних соціальних ролей, норм і очікувань. Вона є важливою складовою особистісної ідентичності.

Гендерна ідентичність розглядається як випадок особистісної самоідентичності, що забезпечує відчуття цілісності й тотожності «Я» у часі та просторі. Вона передбачає автентичність самосприйняття, інтеграцію різноманітних, динамічних і навіть суперечливих образів себе в узгоджену систему. Завдяки цьому формується стійке індивідуально-особистісне самовизначення жінки чи чоловіка, яке підтримується і поділяється соціальним оточенням та спільнотою значущих інших. Гендерна ідентичність, подібно до етнічної, професійної чи морально-ціннісної, виконує специфічні функції у життєдіяльності особистості, проте саме вона визначає переживання власної жіночності чи мужності, а також ступінь узгодженості цих уявлень із культурними та соціальними нормами [16]. За визначенням Департаменту економічних і соціальних питань ООН, Відділу народонаселення (World Population Prospects, 2022), ґендерна ідентичність- це глибоке внутрішнє та індивідуальне усвідомлення кожною людиною своєї гендерної приналежності, яке може відповідати або не відповідати статі,

визначеній при народженні. Вона охоплює особисте сприйняття власного тіла (що, за умови вільного вибору, може включати зміну зовнішності чи функцій тіла за допомогою медичних, хірургічних або інших засобів), а також інші форми гендерного самовираження, зокрема стиль одягу, мовлення та манери поведінки [44].

У наукових джерелах термін «ґендерна ідентичність» зазвичай розглядається в контексті ширшого поняття – гендеру. Вважається, що автором поняття є американський психоаналітик Роберт Столлер, який у 1968 році використав цей термін у назві своєї праці «Стать і гендер: про розвиток маскулінності та фемінності». Ендокринолог Джон Мані- дослідник з США відомий заснуванням «Gender Identity Clinic («Клініка ґендерної ідентичності»)» на початку своєї кар'єри ввів такі поняття як «ґендерна ідентичність», « гендерні ролі», «сексуальна орієнтація» [36].

Згідно словника Європейського інституту гендерної рівності: «ґендер (gender) – це соціальні характеристики та можливості, пов'язані з буттям жінкою або чоловіком, зі стосунками між жінками та чоловіками, дівчатами та хлопцями, а також з відносинами між жінками, та поміж чоловіками.» Також в примітках до терміну є більш ширше його тлумачення, яке говорить що це характеристики, можливості та соціальні ролі жінок і чоловіків, які формуються не лише біологічно, а значною мірою через соціальні процеси. Вони змінюються залежно від історичного періоду, культурного середовища та конкретного контексту, в якому люди живуть. Гендер – це не просто набір ознак, а сукупність очікувань і норм, яка визначає, що вважається прийнятним, бажаним або цінним для жінок і чоловіків у певному суспільстві. У більшості культур існує нерівномірний розподіл обов'язків, прав і можливостей між статями-це проявляється у доступі до ресурсів, участі в ухваленні рішень, а також у сфері праці, освіти чи політики. Гендер – це частина ширшої соціокультурної картини, де важливу роль відіграють також такі чинники, як класова належність, етнічне походження, рівень добробуту, вік тощо. Часто саме ґендерні стереотипи обмежують жінок у

реалізації їхніх прав- зокрема, права діяти самостійно, бути визнаними як повноцінні дорослі особистості, брати участь у суспільному житті на рівних умовах. Варто також розуміти, що поняття гендеру включає не лише соціальні ролі, а й особисту ідентичність-тобто те, як людина сама себе визначає у цьому спектрі. В цьому ж словнику трактується поняття «гендерна ідентичність». «Гендерна ідентичність (gender inequality)» описується як «необхідна частина освітніх програм на всіх рівнях системи освіти, що дає можливість дівчатам і хлопцям, жінкам і чоловікам зрозуміти, як конструкції маскулінностей та фемінностей, та моделі розподілу соціальних ролей (формовані нашими суспільствами), впливають на їхні життя, стосунки, життєвий вибір, розвиток їхніх кар'єр тощо». Цей чинник суттєво впливає на становище жінок і чоловіків у всіх сферах суспільного життя як у приватному просторі, так і в публічному. Йдеться про сім'ю, роботу, економіку, політику, участь у владі та процесах ухвалення рішень, а також про соціальні взаємини, пов'язані з гендером. У більшості суспільств спостерігається тенденція, коли жінки опиняються в менш привілейованому становищі порівняно з чоловіками. Це проявляється у доступі до ресурсів, можливості впливати на важливі рішення, а також у розподілі ролей, який часто закріплює нерівність [1].

Мельник Т.М. та Кобилянська Л.С. у словнику «50/50: Сучасне гендерне мислення» визначають поняття гендер, як «змодельована суспільством та підтримувальна соціальним інститутами система цінностей, норм і характеристик чоловічої і жіночої поведінки, стилю життя та способу мислення, ролей та відносин між жінками і чоловіками, набутими ними як особистостями в процесі соціалізації, що насамперед визначаються соціальним політичним економічним і культурним контекстами буття». І додають в яких значеннях використовується це поняття. По-перше гендер розглядається як соціальна та культурна конструкція, що визначає особливості особистості та поведінкові моделі чоловіків і жінок, на відміну від їх біологічної статі. По-друге, це процес соціалізації, у межах якого люди,

народжені з певною біологічною статтю, набувають відповідних соціальних ролей. Та по-третє гендер також включає політику забезпечення рівних прав і можливостей для жінок і чоловіків, а також заходи, спрямовані на створення механізмів для її реалізації [19].

Щодо сучасних психологічних підходів, ґендер трактується як соціальна стать – тобто те, як суспільство визначає чоловіче й жіноче. Це включає уявлення про ролі, поведінку, риси характеру та функції, які вважаються типовими для чоловіків і жінок у певному культурному середовищі. Гендерна ідентичність, у свою чергу, є внутрішнім уявленням людини про себе як представника певної статі, що формується під впливом особистого досвіду, виховання, соціальних норм і культурних очікувань [1; 22; 30].

Горностай П.П. в навчальному посібнику «Основи теорії гендеру» вказує на те, що необхідно розрізняти такі поняття як “статева ідентичність” та «гендерна ідентичність». Статева ідентичність зазвичай визначається як усвідомлення індивідом своєї належності до певної біологічної статі. Натомість ґендерна ідентичність пов’язана з внутрішнім переживанням відповідності або невідповідності сконструйованим гендерним ролям, які формуються під впливом історичних, культурних і соціальних чинників. Ці ролі, як правило, відображають очікування суспільства щодо поведінки, зовнішності та функцій, які приписуються чоловікам і жінкам [8].

Можлива ситуація, коли особа має чітке усвідомлення своєї статевої належності, але водночас відчуває дискомфорт або розбіжність із гендерними нормами, що домінують у її соціальному середовищі. Це може проявлятися у відчутті невідповідності якостей маскулінності чи фемінності, або у переживанні внутрішньої нереалізованості в межах традиційних гендерних очікувань. Оскільки гендерні ролі формуються під впливом суспільних уявлень і традицій, вони не завжди мають прямий зв’язок із біологічною статтю. У процесі виховання та соціального розвитку людина поступово починає орієнтуватися не лише на свою фізичну стать, а й на ті очікування,

які суспільство пов’язує з роллю чоловіка або жінки. Тому поведінка, яку ми вважаємо "природною" для певної статі, часто є результатом того, як суспільство формує ці уявлення. І вони змінюються з часом, залежать від культури, місця проживання та впливу різних подій. Для дорослої людини біологічна стать стає другорядною ніж гендер, який виходить на перший план. Важливим стає соціальний образ, тобто то, як вона поводиться в суспільстві як чоловік або жінка: її ролі, поведінка, стиль спілкування, очікування від неї.

З позицій транзакційного аналізу Е. Берна, гендерна ідентичність особистості визначається її життєвим сценарієм. Згідно з теорією життєвих сценаріїв, протягом життя індивіда відбувається статево-рольове програмування, тобто формування статевих і гендерних ролей, які визначають поведінкові моделі особистості. Одними з ключових елементів цього сценарію є директиви та заборони, що регулюють допустимі форми діяльності, часто не усвідомлено відтворюючи гендерні стереотипи. У процесі виховання та соціалізації дитина поступово засвоює певні моделі поведінки, які відповідають уявленням суспільства про те, якими мають бути чоловіки та жінки. Ті риси, які збігаються з цими уявленнями, заохочуються, а ті, що не вписуються стають стереотипами та пригнічуються або залишаються нерозвиненими. З раннього віку дівчаток і хлопчиків спрямовують на певні сценарії: як поводитися, що обирати, як одягатися та ким бути. Через це багато людей у дорослому житті роблять вибір, який більше відповідає очікуванням суспільства, ніж їхнім власним бажанням, здібностям чи покликанню.

1.2 Поняття жіночності в психологічній науці: сучасні підходи

В словниках складно знайти трактування терміну «жіноча ідентичність». Це пов’язано з тим, що це поняття сформовано суспільством. Воно формується під впливом культури, історичного наслідя, прийнятних

норм поведінки, стереотипами та з урахуванням ціннісних орієнтирів у суспільстві. На відміну від гендерної ідентичності, яка говорить про прийняття та усвідомлення особистістю своєї біологічної статі, жіноча ідентичність це більше про усвідомлення себе як жінки, своїх ролей, які формуються під впливом соціальних норм, від думки оточуючих та від нав'язування цінностей та рис характеру.

То ж, щоб краще зрозуміти це поняття можна звернутися до історії та культури соціальних ролей української жінки. Соціальна роль жінки-це очікувана поведінка від жінки, виконання нею певних функцій у суспільстві, родині, спільноті. Соціальні ролі української жінки це динамічне поняття, яке змінилося під впливом часу. Окольнича Т. В. та Шабала І.В. зазначають, що в українській культурі ролі жінки не дуже залежали від віку. Основними традиційними ролями були: роль дружини, матері, господині, невістки, доньки, куми та багато інших. Але роль дружини- це основна роль, в якій поєднувалися вже інші ролі. Треба сказати, що історія говорить про те, що в кінці XIX- на початку XX сторіччя реалізованою жінкою вважалась жінка, яка саме вийшла заміж. Тоді її визнавало суспільство і так би мовити «були відкриті двері» у суспільство. Все це відбувалося на фоні насильницького одруження та присвоєння ролі дружини та матері жінці. Одруження наосліп для українського суспільства того часу було нормальним явищем. Головною ціллю якого було народження дітей для продовження роду. Суспільство вважає, що роль матері, дружини, господині це найвища цінність для жінки. Звісно в такому випадку розлучення та можливість працювати за гроші були скоріше виключенням з правил ніж звичайною справою [21]. З приходом Радянського союзу жіночі ролі зазнають змін. Ці зміни прийшли разом з новим режимом влади- тоталітарним. Він вплинув на всі сфери життя людини: моделі поведінки, стратегії особистості, моделі сім'ї та родинних стосунків, на ролі жінки та чоловіка. Основною зміною була офіційна відмова від патріархального законодавства. Досліджуючи становище жінок у перші роки радянської влади на Україні (зокрема, на Донбасі), І. Стріонова

звернула увагу на значні зміни у статусі жінок у сім'ї та суспільстві. Зокрема, вона зазначає, що: «Радянська влада формально позбавила чоловіка повноважень голови родини, що визначалися імперськими Законами, наприклад: “ст. 107. Дружина зобов’язана коритися чоловікові своєму як голові сім’ї, кохати його, шанувати й слухатися...”» [29, 161]. Новий режим не підтримував думку про те, що жінка це тільки хранителька домашнього вогнища. Вона повинна була стати товаришем чоловіку та працювати на рівних з ним. Якщо жінка ставала домогосподаркою, то це засуджувалося суспільством. Не працювати більше ніж 4 місяці в рік могла тільки жінка яка має дітей. Всі інші притягувалися до кримінальної відповідальності згідно указу Президії Верховної Ради СРСР 1961 року «Про посилення боротьби з особами, які ухиляються від суспільно корисної праці і ведуть антигромадський паразитичний спосіб життя» [33]. Це стало фундаментом для трансформації жіночої ідентичності. На зміну традиційній ідентичності, заснованій на покорі та прив'язаності, прийшла нова заснована на ідеології нового режиму. З’являється роль «Жінка-товаришка». Режим активно просував здобуття жінками освіти, працю на виробництві, заводах, участь у суспільному житті, представництво в органах влади, участь у роботі профспілок та комсомольських організаціях "на рівних" із чоловіками. Конституція СРСР гарантувала рівність в правах з чоловіками. Але у житті це виглядало все по іншому. Жінки крім залученості до професійної діяльності, ще і вели домашнє господарство, виховували дітей та піклувались про членів сім’ї. Тобто традиційно історичні ролі залишилися. За словами Кісь О., відомої української дослідниці з жіночої історії: «професійна діяльність була не стільки правом, як обов’язком». Так з’являється роль «Працівниця». Суть цієї ролі- жінка повинна працювати повний робочий день, на рівні чоловіка і це за для суспільного благополуччя країни та своєї сім’ї, а за це вона отримає гарантії на соціальну допомогу у вихованні дітей, створення пільг, гідну оплату своєї праці [13, 15]. Використання жіночої праці на чоловічих спеціальностях вважалося за норму. Американський

журналіст та дослідник Вільям Мандель досліджував у своїх роботах становище радянських жінок (зокрема, у 1970–1980-х роках), яке стало визначальною для формування жіночої ідентичності у Радянському союзі, у складі якого була Україна. Він звернув увагу на суперечність ролей радянської жінки. З однієї сторони це жінка як робоча сила (працівниця), а з іншої сторони це жінка-мати. Але в той же час зазначив про відсутність будь яких умов для гармонійного існування цих двох ролей [37]. Радянська пропаганда роками формувала подвійний образ: «берегиня домашнього вогнища» і водночас «працівниця», «товаришка». Плакати, карикатури, журнали «Робітниця», «Радянська жінка» показували ідеальну жінку – працьовиту, витривалу, цілеспрямовану, яка встигає і працювати, і дбати про дім та піклуватися про дітей, сім'ю. На сторінках журналів публікувалися поради щодо побуту, кулінарії, одягу, ремонту техніки, а поруч – матеріали про виробничі досягнення, про працю на виробництві заради країни та народу, про участь жінок у суспільному житті. Таким чином можна було контролювати образ жінки, не дозволяючи їй вийти за рамки дозволенного. Але про жіночу природу майже не згадувалося. Аналіз наукових матеріалів пов'язаний з жінкою СРСР, свідчить про складність знайти згадування про поняття «жіночність». Таким чином, з урахуванням вище сказаного, можна зробити висновок про подвійну зайнятість української жінки у СРСР та про внутрішній конфлікт у сприйнятті своїх ролей «товаришка», «робітниця», «мати» та «домогосподарка». Цей конфлікт перш за все був спричинений зовнішніми соціальними вимогами до жінки. З однієї сторони жінка повинна демонструвати маскулінні (чоловічі) риси: терпляча, сильна, витривала, професійна, активна у політичній та громадській сфері, незалежна економічно, але вдома, щоб ці риси «вимикалися». З іншої сторони фемінні (жіночі) риси: турботлива, відповідальна за домашній затишок і народження та виховання дітей, які б «вмикалися» вдома. Жінка мала повну зайнятість на роботі, але повертаючись додому її очікували хатні справи. Брак дитячих садків і ясел поблизу дому, черги за продуктами та дефіцит, відсутність

побутової техніки й не розвинена культура розподілу домашніх обов’язків між подружжям призводили до хронічного перевантаження жінок. Режим та пропаганда нав’язували суперечливі образи жінці, які впливали на жіночу ідентичність: бездоганна працівниця з однієї сторони, а з іншої образ турботливої матері та господині.

Ця модель була успадкована і Незалежною Україною на початку 90-х років ХХ століття. Слід наголосити, що і досі значна частина українських жінок, які народились та виросли у Радянському Союзі, продовжує свідомо чи несвідомо слідувати цій моделі подвійної зайнятості. Не всі змогли або захотіли повністю вийти з цієї моделі, яка диктує першість обов'язків, а особисті бажання потім. Але здебільшого модель все ж таки зазнала змін, бо разом з розпадом Радянського союзу, стався “розпад моделей” поведінки, цінностей та сприйняття себе.

Водночас українським жінкам було запропоновано дві моделі фемінності. Як зазначає дослідниця та громадська діячка О. Кісь у статті «Моделі конструювання ґендерної ідентичності жінки в сучасній Україні», перша це західна модель «Барбі»: жінка, яка досягає успіху у всіх сферах життя через зовнішність. Вона молода, вродлива, з ідеальною фігурою, гарно вбрана та в пошуках чоловіка [14]. І друга модель – «Берегиня». О. Кісь звертає увагу, що «образ Берегині був сконструйований цілком штучно на самому початку незалежності, і його появою та стрімким поширенням завдячуємо насамперед творчості українських письменників-народників» [14]. Модель «Берегиня» подається як жінка, основним завданням, якої є займання домашнім господарством, виховання дітей, опікуватися всією родиною, в тому числі чоловіком, берегти домашнє вогнища. Далі цей образ був успішно розповсюджений в засобах масових інформації та друкованих виданнях тому швидко закріпився у суспільстві. В той же час жодна модель не включала в себе приділення уваги особистим бажанням жінки, її потребам, можливому потенціалу та творчим здібностям [2]. Не дивно, що з часом, а особливо в умовах війни, це

спричинило у жінок внутрішній конфлікт ідентичності, оскільки жодна з цих суперечливих ролей не відповідала їхнім справжнім потребам і прагненням та бажанням. А це привело до глибокого переосмислення самого поняття жіночності.

1.3 Психологічна гнучкість як ресурс трансформації ідентичності в умовах війни

Чіткого зазначення, що жіночність є частиною жіночої ідентичності у наукових джерелах немає. Але можемо припустити, що жіночність все ж таки є частиною жіночої ідентичності та саме через неї жінка найбільш усвідомлює себе, переживає й виражає свою належність до жіночої статі. Що стосується самого терміну «жіночність», то наразі його визначення у сучасному світі залишається відкритим питанням. Це поняття є багатогранним та не існує точних, універсальних критеріїв, які б його однозначно окреслювали. Багато уявлень про жіночність формуються на основі культурних інтерпретацій та особистих переконань. А розбіжності між застарілими та актуальними уявленнями породжують значні суперечності та виклики. Існує думка, що жіночність- це такий певний природний ресурс, який жінка отримує разом із своїм народженням. Йдеться не лише про зовнішні ознаки, а радше про потенціал, який може проявлятися через чутливість, інтуїцію, здатність до емпатії чи турботи. Проте навіть, якщо ці якості мають біологічні передумови, то самі по собі вони не визначають, якою саме буде жінка у дорослому житті. Вирішальне значення має те, у якому середовищі вона зростає. На становлення жіночності можуть впливати моделі стосунків у родині, поведінка матері та батька, очікування суспільства від «жіночої ролі». Усе це формує уявлення про те, що вважається прийнятним або бажаним для жінки. Значний вплив мають і сучасні соціальні умови. Через фільми, рекламу, блогерів та медіа ресурси жінки постійно стикаються з образами, які нав’язують певні стандарти зовнішності,

поведінки чи навіть емоційності. В результаті жіночність може сприйматися не як природний стан, а як те, що дуже рекомендоване соціумом, потрібне до виконання, щоб в кінцевому підсумку отримати схвалення та любов оточуючих. Тому можна припустити, що під впливом досвіду, середовища та особистих виборів жіночність змінюється.

Згідно статті у Вікіпедії, поняття «Жіночність» і «Жіночність» описано як «особистісні та соціальні якості, поведінка й інші характеристики, що традиційно асоціюються з жіночим гендером. Жіночність можна розглядати як соціальне поняття, проте, принаймні деякі «жіночі» якості, як прийнято вважати, зумовлені в тому числі біологічними факторами» [11]. Словник української мови говорить, що це сукупність рис, які притаманні жінки та відрізняються від чоловічих [26]. Закордонне інтернет виданні «PubAdmin.Institute» у своїй статті «The Cultural Construction of Femininity» дають схоже формулювання і зазначають, що риси характеру та моделі поведінки залежать від культури, періоду часу, соціального контексту та традиційно до них відносили турботу, емоційність, пасивність та усвідомлення краси. Однак наголошують, що сучасні дослідження говорять, «що ці асоціації не є природними чи вродженими , а соціально конструюються через повторювані моделі поведінки, підкріплення та соціалізацію.» [41]. Також де які інтернет ресурси зазначають, що жіночність окрім моделей поведінки характерних для дівчат і жінок, це ще і характеристики пов’язані з жіночими тілами. А до основних загальноприйнятих рис додають такі, як відсутність влади, відсутність відповідальності за прийняття рішень [42]. Треба зазначити жіночність зазвичай сприймається, як позитивна характеристика, що стосується жінок, поряд із такими рисами, як врода та гідність. Водночас, поняття "жіночність" охоплює цілий спектр жіночих рис: лагідність, м'якість, податливість. Ці якості контрастують з традиційно чоловічими характеристиками, як міць, рішучість та енергійність [20].

В інтернет журналі «НЕЙРОNEWS» є інтерв'ю з Христиною Турецькою, кандидатом психологічних наук, викладачем кафедри психології та психотерапії Українського католицького університету, яке чудово розкриває багатогранність жіночності, відходячи від застарілих стереотипів і пропонуючи сучасне бачення цього поняття. Авторка статті разом із психологинею звертають увагу на те, що історичні та культурні погляди на жінок, які часто ґрунтувалися на патріархальних ідеях, поступово відходять у минуле. Наприклад, класичні уявлення, як фройдівська концепція «заздрість до пеніса» – теорія, за якою дівчата нібито відчувають себе «неповноцінними» через відсутність цього органу, що визначає їхню подальшу психологію та жіночій мазохістичності – концепція, що жінка нібито схильна до страждань і підпорядкування [31]. Всі ці ідеї не є актуальними в сучасних умовах і замінюються новими, більш гнучкими концепціями. Також в статті зазначається, що важливим став внесок психоаналітика Карен Хорні, яка переносить фокус уваги на соціальні підстави гендерних характеристик, стверджуючи, що пасивність чи підпорядкованість не є вродженими, а заохочуються соціумом. Особливо цінним є теза про те, що жіночність не є шаблонною, що підтверджують дослідження антропологині Маргарет Мід та сучасні реалії демократичних суспільств, де межі між суто фемінними та маскулінними рисами стираються, а жінки вільно обирають кар'єру чи лідерські позиції. Психологиня наголошує, що самореалізація жінки не залежить виключно від стосунків з чоловіком. Обговорюючи вибір партнера, Х.Турецька відходить від класичної теорії Фройда, підкреслюючи, що на цей вибір значно впливають стосунки не лише з батьком, а й із матір'ю, особливо травми, пережиті у дитинстві, які потім несвідомо «програються» в дорослих взаєминах. Зрештою жіночність-це не стільки те, що потрібно виховувати, скільки те, що варто дозволити собі проявляти, приймаючи себе з усіма недоліками, любити життя та шукати того, хто цю любов розділить [31].

Серед всіх поглядів на жіночність, які були розглянуті, є ще один цікавий погляд. Це ідея письменниці та професорки Стенфордського університету – Мішель Міллер. Вона пропонує дуже нетиповий погляд на жіночність. У своєму виступі на TEDx вона запропонувала подивитися на жіночність з іншого ракурсу: «Жіночність – це про те, щоб щось робити без мети, без очікування результату, просто для самого досвіду». На її думку, оскільки жіночність неможливо кількісно виміряти (наприклад, оцінити балами чи досягненнями), вона часто сприймається суспільством як позбавлена справжньої цінності. Однак, Міллер наголошує, що «бути жіночною- це не про вимірний результат, це про досвід». Саме ця ідея про цінність процесу та досвіду, без прив'язки до очікуваних досягнень чи конкретної мети, є ключовою у її визначенні сучасної жіночності. Вона пропонує цінувати сам процес життя (наприклад, заняття малюванням, танцями, мати хобі) без мети. Робити це для себе без результату для зовнішнього світу. Такий підхід суттєво відрізняється від традиційних академічних концепцій, де домінує орієнтація на жіночі ролі або кінцевий результат, який фокусується на видимих успіхах для суспільства й оточення, але ігноруються внутрішні потреби [38].

Аналізуючи різноманіття думок, які існують в українському сегменті інтернету та соціальних мереж, стає очевидно: єдиного, універсального визначення «жіночності» більше не існує. Думки коливаються між двома протилежними полюсами: традиційною ніжністю та сучасною самодостатністю. Де які описують жіночність, як комплекс вроджених якостей. До них відносять: делікатність, поступливість, терпимість, ніжність і вірність, які формують жіночу особистість, протиставляючи їх чоловічій мужності. Проте значно помітнішим є сучасний погляд, де жіночність перетворюється на синонім внутрішнього «кайфу» та розслаблення. Тобто жіночна та, яка кайфує від себе, задоволена і розслаблена. Ця думка приводить до того, що активно просувається ідеї про необхідність фізичного розслаблення (масажі, йога, ванни та медитації), як ключового засобу

боротьби з напругою та невпевненістю, бо затиснуте тіло стає ознакою не жіночності. Цікаво, що у цих різних поглядах простежується розмежування на «справжню» та «продажну» жіночність. Про останню говорять, що вона є лише вигідним комерційним продуктом, який підтримує цілу індустрію послуг (від перукарів до журналів і соціальних мереж), нав'язуючи вимоги бездоганного манікюру, носіння суконь і постійних спа – процедур, як єдиного шляху до жіночності. Водночас, говорять, що справжня жіночність- це самодостатність і внутрішній стан, в якому вона буде добре почуватися, отримуючи задоволення від життя та від себе самої. Вона не залежить від довгого волосся, спідниць, макіяжу чи стереотипів, що прийшли ще з радянських часів (скромна, тиха, слухняна, терпляча, хазяйновита, працьовита). Сучасний погляд у соціальних мережах- це впевнена в собі, самодостатня жінка, яка не обговорює інших, не переймається плітками, працює зі своїм мисленням, усвідомлює свою індивідуальну красу та внутрішню силу, залишаючись незалежною від суспільних очікувань і нав'язаних уявлень про те, як їй слід виглядати чи жити. Зрештою, більшість джерел сходяться на тому, що сила жінки у її сміливості бути собою та відчутті себе, як сильної особистості.

Таким чином, аналіз наукових джерел та інтернет ресурсів демонструє, що жіночність, хоча і немає універсального визначення, є ключовою, усвідомленою частиною жіночої ідентичності. Визначення цього поняття виявилося різноманітним і суперечливим, адже воно формувалося на перетині застарілих патріархальних ідей і сучасних тенденцій соціальних реалій.

1.3 Психологічна гнучкість як ресурс трансформації ідентичності в умовах війни

У наукових джерелах поняття «жіночність» часто асоціюють з поняттям «фемінністю», розглядаючи їх дуже часто як взаємозамінні. В

наукових джерелах фемінність описується як набір рис та моделей поведінки, які характерні для жінок. Їй протиставляють маскулінність – набір характеристик, які притаманні для чоловіків. Ці два поняття залежать від погляду суспільства, що означає бути жінкою або чоловіком та не залежать від біологічної статі. Тобто прояв фемінності не тільки характерний для жінки, але допускається і у чоловіків і навпаки [40].

Аналіз показав, що ці поняття мають свою історію спроб класифікувати та виміряти ці поняття. Першопроходьцями з вимірювання фемінності та маскулінності були американські психологи Льюїс Терман і Кетрін Кокс-Майлз. У 1936 році вони створили один з найперших опитувальників для кількісного вимірювання цих понять. Цікаво, що в назві опитувальника були відсутні поняття фемінність та маскулінність. Бо на думку дослідників це могло дати неправдиві результати. Тому вони скрили мету дослідження. Дослідники назвали його «Аналіз відносин та інтересів» (Attitude-Interest Analysis Survey). Сам тест включав широкий спектр запитань: від особистісних рис, інтересів та уподобань до асоціацій, які викликали різні слова. Характеристики, які вони віднесли до маскулінних, були досить специфічними: це, наприклад, гучний голос, любов до полювання, витривалість до фізичного болю і навіть неслухняність у дитинстві. Фемінінність же описувалася, як протилежність цим якостям, а також позитивними асоціаціями зі словами «немовля», «виховання» та «шаради». Цікаво, що відповіді опитаних чоловіків та жінок загалом підтвердили гіпотези авторів: усереднені показники респондентів справді вкладались в їхні моделі маскулінності та фемінності, що існували на той час [40]. Крім того Льюїс Терман і Кетрін Кокс-Майлз вперше надали маскулінності й фемінності чітких, вимірних характеристик, вони поляризували ці поняття. Дослідники стверджували, що маскулінність і фемінність – це дві взаємовиключні крайнощі на одній і тій самій осі. Тобто, якщо людина мала високий рівень одних якостей (наприклад, маскулінних), то рівень інших (фемінних) автоматично мав бути низьким. На їхню думку, неможливо було

поєднувати високі показники за двома шкалами. Ця поляризація не лише вплинула на те, як інтерпретувалися результати їхнього тесту, але і надала наукового та психологічного обґрунтування вже сформований у суспільстві традиції. Вона фактично підтвердила: існує лише два, абсолютно окремі, сценарії чоловічої та жіночої поведінки. Таким чином, їхнє дослідження зміцнило тверде культурне переконання, що людина має бути або виключно чоловічої, або виключно жіночої статі, і що жодна суміш цих двох ролей є неможливою [3]. З часом ця теорія перестала бути актуальною та потерпала від критики. Протягом 1960-х та початку 1970-х років дослідники все частіше стикались з результатами досліджень, які суперечили ідеї про те, що маскулінність і фемінність є взаємовиключними крайнощами. Багато опитаних людей демонстрували помітну суміш якостей, які традиційно вважалися притаманними обом статям. Ці факти змусили психологів кардинально переглянути старий підхід. Маскулінність і фемінність почали розглядати як дві абсолютно незалежні осі (або шкали) психологічних Рисунок

Американська психологіня та дослідниця Сандра Бем була однією з тих, хто піддав критиці ідею біполярність гендеру. Вона зробила гіпотезу, що існує ще один тип рис – андрогенний. У зв’язку з цим у 1971 році Сандра Бем почала дослідження пов’язаних з ідеєю андрогінності. Андрогенною дослідниця назвала ту особистість, яка успішно поєднує високу вираженість як маскулінних так і фемінних якостей. Вона припустила, що саме андрогінність сприяє психічній гнучкості, поведінковій адаптивності. Вважала, що саме андрогінні особистості є найбільш адаптивними та гнучкими , більш схильні до творчості, оскільки можуть поєднувати в собі одночасно фемінні та маскулінні якості і використовувати їх в залежності від ситуацій. Що стосується маскулінного типу та фемінного типу, то вона розглядала їх, як недостатньо гнучкі та обмежені у своїй поведінці у зв’язку з впливом на них стереотипів, які існують у суспільстві стосовно жінки та чоловіка [24].

Результатом досліджень стала презентація Сандрою Бем статево-рольового опитувальника (BSRI), який дозволив чітко розмежувати чотири гендерні типи: андрогенний, маскулінний, фемінний та недиференційований (з низькими показниками за двома шкалами). Вона зазначала, що модель поведінки, що ґрунтується на андрогінності (тобто поєднанні маскулінних і фемінних рис), виявилася найбільш результативною для функціонування сімей, заснованих на рівноправності (егалітарних). Оскільки андрогінність дає змогу поєднувати традиційно чоловічі та жіночі якості, вона ідеально підходить для справжніх партнерських стосунків, закладаючи основи рівноправної взаємодії між подружжям [3, 35].

В той же час, концепція андрогінності Сандри Бем зазнала критики так, як виявилося, що вона є утопічною і відірваною від реального життя. Критики дорікали, що андрогінність функціонує на занадто особистому, приватному рівні, що обмежує її цінність для суспільства. Оскільки для викорінення статевої нерівності потрібні зміни у суспільстві, а не лише внутрішнє самовдосконалення особистості [3].

Попри окремі зауваження й критику, опитувальник Сандри Бем (BSRI) і сьогодні залишається одним із найвідоміших і часто вживаним інструментом для дослідження гендерних ролей у сучасній психології. Аналіз вітчизняних наукових джерел засвідчує, що опитувальник Сандри Бем (BSRI) не просто використовується українськими дослідниками, а й підтверджує свою високу спроможність для отримання достовірних і надійних результатів у нашому соціокультурному середовищі. Водночас, вчені зазначають, що з плином часу та зміною суспільних реалій, оскільки змінюються і самі люди, наростає потреба переглянути оригінальний набір рис, які використовуються в опитувальнику. Йдеться про необхідність адаптувати перелік маскулінних і фемінних характеристик, щоб він більш адекватно відображав сучасні гендерні ролі та уявлення, уникнувши застарілих або нерелевантних у нашому контексті стереотипів.

РОЗДІЛ 2
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ТРАНСФОРМАЦІЯ ЖІНОЧОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

2.1 Організація та методи дослідження

Вибір інструментів для проведення дослідження був зумовлений гіпотезою дослідження: що в умовах війни у жінок посилюється андрогінність, як показник психологічної адаптивності, а також відбуваються суттєві зрушення у ціннісній ідентичності та самосприйнятті. А також поставленими задачами: визначити, які гендерні риси переважають у жінок в умовах війни та дослідити самовизначення та самосприйняття жінок у воєнних умовах.

Проаналізувавши інструменти, першим був обраний статево-рольовий опитувальник С.Бем (Bem Sex-Role Inventory). С.Бем у статті «Вимірювання психологічної андрогінності» зазначила, що цей опитувальник був розроблений, як відповідь на традиційну модель, де маскулінність і фемінність розглядалися як ті, що існують самі по собі та не перетинаються. Тобто особа мала бути або маскулінною, або фемінінною, але не обома [35]. Ключова методологічна ідея С.Бем полягала в тому, що ці характеристики є двома незалежними вимірами. Тому мета була розробити інструмент, який дозволив би ідентифікувати андрогенну особу як ту, що може бути одночасно маскулінною та фемінінною. Мета розробки полягала у створенні інструменту, який дозволив би ідентифікувати андрогенну особу як ту, що може бути одночасно маскулінною та фемінінною. BSRI складається з 60 особистісних характеристик (рис), поділених на три шкали по 20 пунктів у кожній: шкала маскулінності, шкала фемінінності, шкала соціальної бажаності або нейтральні риси, які не мають статевої приналежності. Опитувальник пропонує особі самостійно оцінити, наскільки добре кожна з

60 рис її описує. Далі обчислюються середні значення самооцінок за 20 маскулінними пунктами (M), 20 пунктами фемінності (F). Цікаво, що нейтральні риси приймають участь в опитуванні але в підрахунку- ні. Далі обчислюється коефіцієнт андрогінності за формулою в основу якої лягло t-відношення Стьюдента: A(Андрогінність)=t-відношення=(Xm-Xf)/SD, де A або t – це показник Андрогінності (Androgyny Score) або t-відношення Стьюдента, Xm-середній бал самооцінок за шкалою маскулінності, Xf – середній бал самооцінок за шкалою фемінності, SD – стандартне відхилення різниці між балами маскулінності та фемінності, розраховане для індивідуального респондента.[30]. Як зазначала в своїй статті С. Бем, ручним розрахунком складно розрахувати коефіцієнт, то ж для цього використовувалася спеціальна комп'ютерна програма. Для ручного ж підрахунку дослідниця запропонувала спрощену формулу з додаванням емпірично виведеного конверсійного коефіцієнта (2.322), яка повністю релевантна з більш складнішою: A=t=(Xm-Xf)*2.322. На основі підрахунків і аналізу робиться висновок до якого типу відноситься індивідуум. До андрогенного типу відноситься, якщо показник близький до нуля, тобто межі від -1 до +1. Фемінний тип- показник t> +2.025, маскулінний t<-2.025. Такі показник показують високу проявленість фемінних чи маскулінних Рисунок Якщо ж показник попадав в проміжні діапазони, то це демонструвало лише помірну перевагу однієї статі над іншою, але ця перевага не є статистично значущою за критеріями за словами Бем. І зазначала, що ці межі є довільними та можуть бути адаптовані дослідником [35].

Треба сказати, що важливим моментом у виборі опитувальника для нашого дослідження є той факт, що статево-рольовий опитувальник С.Бем має українську апробацію і адаптацію. Ця важлива робота була зроблена у 2023 році вітчизняними дослідницями А. Ярошенко та Т. Семігіною [34]. Вони зробили переклад разом з англомовними фахівцями соціальної роботи та психології, проживаючими на території США. Така міжнародна співпраця дала можливість зробити точний переклад та зберегти основний сенс. В

українській адаптації стандартна 7-бальна шкала була замінена на бінарну шкалу «так»/ «ні» або «+»/«–». Апробація української версії опитувальника проводилась на базі Київського міського центру соціальних служб у місті Київ. В опитуванні були задіяні фахівчині соціальної роботи та психологи віком від 35 до 44 років. Респондентам пропонувалося ознайомитися з низкою характеристик і оцінити наявність чи відсутність цих якостей у більшості. Вибір здійснювався за принципом «так» або позначити знаком «плюс», якщо якість притаманна більшості, або «ні» або позначити знаком «мінус», якщо якість переважно відсутня у більшості. Далі шляхом зіставлення з ключем розподілу по шкалам робились нарахування по 1 балу за кожне співпадіння. На основі цього рахувалися показники фемінності та маскулінності, обчислювався статево-рольовий індекс [34, 198]. Методом зіставлення частоти згадування фемінних і маскулінних характеристик в описі узагальнених образів чоловіка та жінки можна оцінити, наскільки сильно гендерні стереотипи впливають на судження учасників дослідження. Наприклад, якщо в сприйнятті образу чоловіка переважають суто маскулінні риси чи в образі жінки, відповідно, фемінінні, це свідчить про стереотипне бачення. І навпаки: якщо жінки та чоловіки описуються через рівномірне представлення обох типів якостей (як маскулінних, так і фемінних), це дає підстави припускати андрогенне сприйняття гендерних ролей респондентами [34, 199].

Треба звернути увагу на те, що хоча розрахунок типу ідентичності проводився на основі адаптованого опитувальника, для цілей нашого основного дослідження, спрямованого на виявлення трансформації самосприйняття цивільних жінок в умовах війни, інструкція до опитувальника була модифікована. Ми сфокусувалися на актуальному стані ґендерних якостей в сучасних умовах в Україні. Зокрема, респондентам було запропоновано оцінити наявність чи відсутність цих характеристик у жінках в даний час, а не в узагальненому образі «більшості жінок». Таке формулювання дозволяє фіксувати сучасну гендерну динаміку та зрозуміти,

що відбувається з якостями образу сучасної жінки. Всі наступні розрахунки та класифікація типів ідентичності (Андрогенний, Маскулінний, Фемінний) проводилися відповідно до ключових формул адаптованого опитувальника, який базується на концепції психологічної андрогінності С. Бем [3, 35].

Другим методом для дослідження стала авторська анкета та метод якісно-кількісного аналізу для вивчення суб'єктивного досвіду респонденток. Використання анкети дало можливість охопити значну кількості респонденток, які знаходяться в різних частинах України. Також анкета дозволяє зібрати кількісні дані (наприклад, цінності до та під час війни, асоціація з образами) та якісні дані (наприклад, вільні описи розуміння жіночності та змін). Завдяки використанню форматів відкритих та закритих питань одночасно, анкета надає можливість отримати зворотну рефлексію від респонденток. Розробка авторської анкети «Яка Я як жінка?» була спровокована відсутністю таких анкет, які б вимірювали потрібні частини жіночої ідентичності в умовах війни. Існуючі методи зазвичай вимірюють аспекти, пов'язані в основному з психологічними станами (наприклад стрес, тривогу) та окремими образами (військовослужбовицями, волонтерками). Авторська анкета дозволила створити комплексний інструмент, який охоплює розуміння жіночності до початку повномасштабної війни (до 2022 року) та під час війни (2025 рік), зміни цінностей до війни та під час війни, трансформацію образу себе (через архетипи). Вона складається з декількох ключових блоків: блок перший – це блок з загальними відомостями, такі, як вік та місце знаходження на території України. Другий блок питання пов'язані з уявленням жіночності, в якому використовуються відкриті питання. Вони направлені на фіксацію суб'єктивного розуміння жіночності до та під час війни з метою виявлення трансформацій. Третій блок – це цінності жінки до та під час війни, які є основою для кількісного аналізу зсуву пріоритетів шляхом вимірювання значущості цінностей у двох часових зрізах. Треба підкреслити, що до переліку цінностей були додані такі, як «Безпека» та «Психологічне здоров'я», які в умовах війни стали більш

значущими та актуальними. Четвертий блок – питання, які пов’язані саме з трансформаціями. Використані відкриті питання про нові цінності, які з’явилися під час війни та закриті питання про асоціацію образу себе з відповідним архетипами. У процесі створення складових анкети був включений самостійно придуманий образ: «Хранителька себе». Це архетип, який піклується про власний стан, береже власні кордони, цінності та внутрішній спокій.

В нашому досліджені використовувалися залежні змінні- це відповіді респонденток на опитувальник і анкету. А також незалежні змінні- запитання анкети, опитувальника та вступне слово до них.

Для аналізу зібраного матеріалу використовувалися такі методи, як контент-аналіз (якісний) та кількісний. Якісний складався з аналізу текстових відповідей про зміну жіночності та нових цінностей для виявлення загальних тенденцій у змінах. Кількісний аналіз був застосований для виявлення частоти згадок та кількісного зсуву у вибірці.

2.2 Інтерпретація результатів дослідження

Короткий зміст: дослідження було проведено через інтернет-опитування на базі Google – форм для визначення які гендерні риси (маскулінні чи фемінінні або андрогінні) переважають у жінок в умовах війни. А також для визначення самосприйняття цивільної жінки в умовах війни. Також ці дані були використані для підтвердження гіпотези про зміну розуміння власної жіночності, про посилення андрогінності у жінок, як показника психологічної адаптивності. До кожного методу в Google – формі був зроблений текстовий вступ (інструкція) з описом потреби проведення, анонімності результатів та використання тільки в наукових цілях.

Інструкція для респондентів, а також запитання Google-форми прикріплені в додатку А.

Цільова аудиторія: цивільні жінки віком від 21 до 55+ з різних регіонів України

Вибірка: 35 осіб від 21 до 55+

Матеріал: інтернет-опитування на базі Google-форм

Обладнення: телефони або комп'ютери з доступом в інтернет

Особливості: учасниці опитування жінки, які з початку повномасштабного вторгнення (з лютого 2022 року) піклувалися про своє психологічне благополуччя.

Хід дослідження: Під час проведення дослідження, протягом серпень-вересня 2025 року, респондентам було запропоновано пройти один опитувальник на 60 питань та анкету з чотирьох блоків з використанням форм Google Docs. Анкета «Яка Я як жінка?» та статево – рольовий опитувальник С.Бем пропонувалися респонденткам пройти одночасно. Тим самим отримати більш правдиві результати без можливості відкласти і обдумати питання для «правильної відповіді». В процесі виконання анкети чи опитувальника зі сторони респонденток питань не надходило.

Загалом опитування пройшли 35 жінок віком від 21 до 55+. Серед них жінок після 40 років-20 осіб. А з 21 року до 39-15 осіб.

Вікові категорії та інфографіка місцезнаходження учасниць наведені нижче:

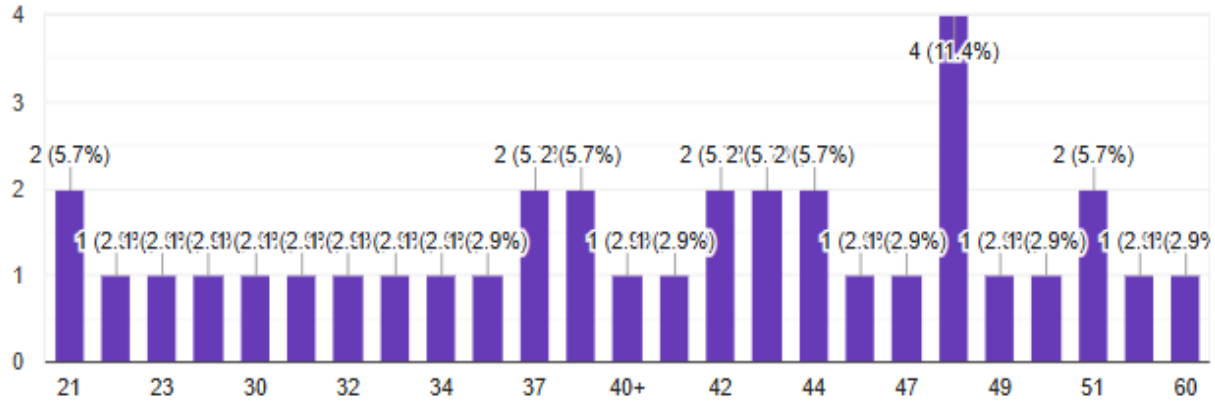


Рисунок 2.1 – Вікові категорії учасниць

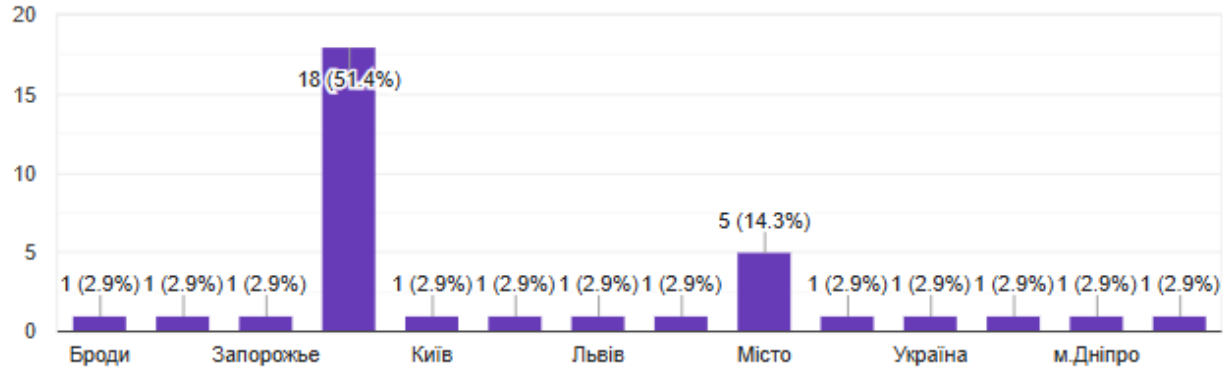


Рисунок 2.2 – Місцезнаходження учасниць дослідження

Цікавий факт, що 5 жінок побажали не висвітлювати місця свого знаходження, вказавши в анкеті тільки, що це «Місто».

Аналіз результатів опитування складався з декількох етапів. По перше ми присвятили час вивченню частоти вираженості окремих статево-рольових якостей. Для цього було проаналізовано, спираючись на таблицю – ключ, відповіді 35 респонденток за всіма 60 якостями, представлених в опитувальнику. В результаті чого, для аналізу якості були розділені на високі, середні, низькі показники відповіді «Так» на основі особистого бачення. До високих показників відповіді «Так» були віднесені ті якості, де кількість складала від 30 відповідей і вище. До середніх була віднесена кількість від 29 до 14 і низьких показників – від 13 та нижче відповідей.

Аналізуючи високі показники відповіді «Так», теоретично ми можемо припустити, що це ті якості, які найбільш бажані для жінок, приймаються і допускаються в жіночій ідентичності в умовах війни.

Таблиця 2.3 – Пріоритетні якості, схвалювані жінками в умовах війни

Якість	**Шкала**	**Загальна Кількість респонденток**	**Кількість «Так»**	**% відповідей «Так»**
Надійна	N	35	35	100.00%
Віддана	F	35	35	100.00%
Готова допомогти	N	35	34	97.10%

Продовження таблиці 2.3

Захищає власні переконання	M	35	34	97.10%
Доброзичлива	N	35	34	97.10%
Щира	N	35	34	97.10%
Приваблива	N	35	34	97.10%
Співчутлива	F	35	33	94.30%
Отстоює свою позицію	M	35	33	94.30%
Чуйна	F	35	33	94.30%
Тактовна	N	35	33	94.30%
Життєрадісна	F	35	32	91.40%
Жіночна	F	35	32	91.40%
Правдива	N	35	31	88.60%
Уважна до потреб інших	F	35	31	88.60%
Чемна	F	35	31	88.60%
Спирається на особисті інтереси	M	35	30	85.70%
Сумлінна	N	35	30	85.70%
Сильна як особистість	M	35	30	85.70%
Сердечна	F	35	30	85.70%
Самодостатня	M	35	30	85.70%

Як ми бачимо з таблиці, високі показники відповіді «Так» дають можливість припустити, що для трансформація жіночої ідентичності в умовах війни характерне об'єднання різних якостей: фемінних (F), мускулінних (M) та нейтральних (андрогенних) (N). Кількість відповідей по якостям розділилися таким чином: 8 фемінних, 5 маскулінних, 8 андрогенних. Це дозволяє припустити, що в умовах війни жіноча ідентичність не обмежується традиційно фемінними рисами. Нейтральні (андрогінні) риси займають таку ж частку, як і фемінні, що свідчить про можливе зміщення від уявлення «жіночність = м’якість» до більш гнучкого розуміння своїх ролей. Слід зауважити, переважання таких якостей, як

«Віддана» (фемінна якість) і «Надійна» (нейтральна якість), які є абсолютними лідерами в таблиці, з якими асоціюють себе 100% респонденток. Звісно, це суб'єктивна думка кожної жінки, бо кожна могла вкладати в це поняття своє розуміння якості. І для більш точних результатів все ж потрібне проведення інтерв'ю з кожної з них. Але ті результати, які є, можуть свідчити про те, що для цивільних жінок в умовах війни важливими елементами ідентичності та виживання є вірність та надійність. У першій десятці, крім вище зазначених, домінують: «Готова допомогти» (97,1%), «Співчутлива» (94,3%) та «Чуйна» (94,3%), що, ймовірно, відображає наявність внутрішнього ресурсу, який жінка може спрямувати на створення емоційної близькості та на проявлення людяності в середовищі, в якому знаходиться.

Водночас, наявність в таблиці Маскулінних (М) якостей є ключовим моментом, який пояснює феномен Андрогінності: 97,1% жінок асоціюють себе та інших з якістю «Захищає власні переконання», а 94,3%- з якістю «Відстоює свою позицію». Входження цих якостей до цього рейтингу дає підставу припустити, що жінка в умовах війни бере відповідальність за своє життя та безпеку в свої руки, не відмовляючись при цьому від м'якості та емпатії. Вона точно знає чого хоче та не дозволяє переходити межу у стосунках з людьми в своєму оточенні. Треба звернути увагу, що показник у 91.4% за рисами «Життєрадісна» (F) та «Жіночна» (F) є вкрай важливим. Це може говорить про те, що, незважаючи на травматичний досвід та необхідність брати на себе нові ролі, жінки не відкидають свою фемінну частину. А показники трохи більше 88% за якостями «Уважна до потреб інших» та 85% «Сердечна» говорять про те, що жінки не втратили емпатійність та турботливу природу. Водночас жінки масово відмітили якості (понад 85%): «Сильна особистість» (М) та «Спирається на особисті інтереси» (М). Ці якості можуть свідчити про перехід від жертовності до самодостатності. А також, може свідчити, що жінки почали приділяти увагу власним потребам та ресурсам, що є необхідною умовою для запобігання

вигоранню та підтриманню довгострокової стійкості в у мовах війни. Та нарешті, аналіз засвідчує, що в основі поведінки цивільних жінок лежать моральні та етнічні цінності. Про це свідчить показники по таким якостям: «Правдива» (N, 88.6%), «Сумлінна» (N, 85.7%) та «Чемна» (F, 88.6%). Можна припустити, що жінки все ж таки уникають деструктивних моделей поведінки, а зберігають свою соціальну відповідальність та відкритість. На діаграмі нижчі, можна побачити тенденції найбільш підтримуваних якостей респонденткаами.

Наступний етап пов'язаний з аналізом якостей, які мають середній ступінь вираженості у жінок. Показники відображають відсоток 35 респонденток, які відповіли «Так» щодо наявності у себе цих якостей (тобто, якості з середньою вираженістю менше 30 жінок, або менше 85,7%, але більше 40%).

Дослідження цих якостей дозволяє нам зрозуміти, які якості хоча і з менш вираженим проявленням, але потрібні жінкам в умовах війни. Той факт, що ці якості притаманні більшості, але не всім респонденткам, може свідчить про активацію їх в залежності від ситуацій (адаптивні якості). Наприклад, жінка може «вмикати» амбітність, готовність ризикувати або ніжність залежно від того, в якому середовищі вона перебуває (дружнє коло, незнайоме коло, родина, професійне коло). Це свідчить про обирання жінкою стратегій для життя в умовах війни: одні жінки адаптуються через посилення маскулінних якостей, а інші через збереження фемінних якостей. Набір цих якостей відображено нижче у таблиці 2.4, де позначення M – маскулінність, F – фемінність, N – нейтральність або андрогінність.

Таблиця 2.4 – Якості, що проявляються залежно від обставин та індивідуальних стратегій

Якість	**Шкала**	**Загальна Кількість респонденток**	**Кількість «Так»**	**% відповідей «Так»**
Слідує прийнятим нормам поведінки	N	35	29	82.90%

Продовження таблиці 2.4

Якість	Шкала	Загальна Кількість респонденток	Кількість «Так»	% відповідей «Так»
Амбітна	M	35	29	82.90%
Ніжна	F	35	28	80.00%
Щаслива	N	35	28	80.00%
Наполеглива	M	35	28	80.00%
Любить дітей	F	35	28	80.00%
Ласкава	F	35	28	80.00%
Серьйозна	N	35	28	80.00%
Здібна до лідерства	M	35	27	77.10%
Легко пристосовується	N	35	27	77.10%
Готова ризикувати	M	35	26	74.30%
Має мінливий настрій	N	35	26	74.30%
Впевнена у собі	M	35	25	71.40%
Аналітична за складом розуму	M	35	25	71.40%
Жаліслива до інших	F	35	25	71.40%
Виступає лідеркою	M	35	24	68.60%
Вольова	M	35	24	68.60%
Артистична	N	35	24	68.60%
Незалежна	M	35	24	68.60%
Прагне утішити	F	35	23	65.70%
Непередбачувана	N	35	22	62.90%
Довірлива	F	35	21	60.00%
По-дитячому безпосередня	F	35	21	60.00%
Розмовляє м’яким голосом	F	35	19	54.30%
Легко приймає рішення	M	35	19	54.30%

Продовження таблиці 2.4

Якість	Шкала	Загальна Кількість респонденток	Кількість «Так»	% відповідей «Так»
Ревнива	N	35	18	51.40%
Владна	M	35	18	51.40%
Сором’язлива	F	35	17	48.60%
Спортивна	M	35	17	48.60%
Непослідовна	N	35	15	42.90%
Неорганізована	N	35	14	40.00%

Спираючись на таблицю 2.4, отримані результати демонструють цікаву тенденцію трансформації жіночої ідентичності в умовах війни. В середніх показних присутні і фемінні (10), і маскулінні (12), і нейтральні(11). Як ми бачимо їх кількість приблизно однакова. Ми припускаємо, що таке поєднання фемінних, маскулінних і нейтральних рис у середніх показниках свідчить про більш гнучку, збалансовану й адаптивну модель жіночої ідентичності. Так маскулінні якості відображені з доволі високими показниками. Лідерами є такі якості, як: «Амбітна» (82,9%), «Наполеглива» (80%), «Здібна до лідерства» (77,1%), «Готова ризикувати» (74,3%), «Впевнена у собі» та «Аналітична за складом розуму» (обидві по 71,4%). Це може свідчити не про зміщення жіночої ідентичності у бік традиційної маскулінності, а скоріш про інтеграцію маскулінних якостей в ідентичність та формування андрогенної моделі. У цій моделі жінка зберігає емоційну чуйність, здатність до турботи, але водночас проявляє силу, рішучість в своїх діях, лідерство та мати активність у суспільному житті. Це в свою чергу допомагає швидше реагувати на події в житті, приймати рішення й справлятися з труднощами в умовах війни. Що стосовно фемінних якостей, таких як: Ніжна (80,0%), Любить дітей (80,0%), Ласкава (80,0%), Поступлива (80,0%), то збереження високого рівня цих якостей вказує на те, що все ж жінки намагаються зберегти теплоту, турботливість і м’якість у стосунках.

Це означає, що навіть у складних таких умовах вони залишаються чуйними, здатними підтримувати інших і створювати простір, де емоційно комфортно. Що стосується таких нейтральних якостей, як: Слідує нормам (82,9%), Щаслива (80,0%), Серйозна (80,0%), то на перший погляд ці риси можуть здаватися протилежними, однак у контексті трансформації жіночої ідентичності в умовах війни їх одночасне співіснування є можливим і показовим. «Серйозність» відображає усвідомлення загроз і підвищену відповідальність, а «Щастя» можна інтерпретувати не як безтурботність чи ідеальне благополуччя, а як прояв глибокого адаптивного механізму та психологічної резиль'єнтности в умовах війни. Припускаємо що йдеться річ про можливість балансу в жіночій ідентичності: бути серйозною, але в той же час, знаходити можливість підтримувати свій внутрішній ресурс, обирати модель поведінки, щоб жити, а не виживати. Звісно, це може бути не абсолютне щастя, а здатність цінувати невеликі позитивні моменти, відчувати вдячність за безпеку рідних, або знаходити задоволення у щоденних рутинних діях.

Також цікавим є факт, що якість «Впевнена у собі» (М) отримала 71.4%, а «Легко приймає рішення» (М) – 54.3%, тобто ми бачимо де який розрив. Це може свідчити про те, що хоча жінки і готові до рішучих дій, але все ж таки, може бути присутнє внутрішнє відчуття невпевненості, спровоковано якимось зовнішніми причинами. Жінки змушені діяти рішуче так, як треба захищати родину чи себе, навіть, якщо всередині вони не почуваються повністю впевненими і сумніваються в своїх силах. Це підкреслює, що жіноча ідентичність в умовах війни є психологічно складним процесом і може супроводжуватися внутрішньою напругою та сумнівами, незважаючи на зовнішню ефективність.

Показники таких фемінних якостей як «Довірливість», «По-дитячому Безпосередня», «Розмовляє м'яким голосом» (54-60%) зустрічаються значно рідше, ніж якості, пов'язані з дієвістю та самостійністю («Незалежна»- 68,6%, «Вольова»- 68,6%). Це може свідчити про зменшення орієнтації на

традиційну модель жіночності, яка історично асоціювалася з м’якістю, пасивністю, залежністю від інших та потребою в опіці. У відповідях жінок ці якості не є основними, тому припускаємо, що це вказує на перегляд соціальних очікувань, стереотипів і внутрішньої самоідентифікації. Домінування якостей «Незалежна» та «Вольова» демонструє зростання у жінок відчуття власної дієздатності, відповідальності за рішення та здатності впливати на події. У воєнних умовах жінки часто беруть на себе нові ролі (організаторські, лідерські, ресурсні), що сприяє переосмисленню жіночої ідентичності не як м’якості чи покірності, а як сили, здатності діяти й підтримувати інших. Що стосується якості «Владна» (51,4%), то такий показник свідчить про помірне вираження її в складі жіночої ідентичності. Тобто це про достатню присутність схильності до впливу, контролю ситуацій, уміння відстоювати позицію та брати на себе лідерську роль, але не надмірно**.** Помірна якість «Владна» разом із високими фемінними рисами може свідчити про андрогенну модель жіночої ідентичності.

Майже половина жінок у вибірці обрали якість «Сором'язлива» (F, 48,60%) та майже половина обрала якість «Спортивна» (M, 48,60%). Показники не дуже високі (менше половини), тому це не домінантні риси, а скоріше частини жіночої ідентичності, які жінки використовують в залежно від ситуації та не вважають першою необхідними. «Спортивність» у контексті жіночої ідентичності, може використовуватися по різному, наприклад, коли ситуації в умовах війни потребують, через певні фізичні навантаження, справлятися зі стресом та тривожністю, вимагають продуктивності, дисципліни, швидкості реакції та витривалості.

Треба звернути увагу на такі якості, як «Непослідовна» (15 відповідей з 35) та «Неорганізована» (14 відповідей з 35). Той факт, що лише менше половини респонденток обрали ці твердження, то це може свідчити, що такі якості не входять в їх бажану або прийнятну для них модель жіночої ідентичності. У сучасних умовах війни жіноча ідентичність трансформується таким чином, що до традиційних фемінних якостей (емпатія, турбота,

м’якість) додаються якості, що забезпечують ефективність, відповідальність і здатність діяти в складних ситуаціях. В умовах війни жінки вимушені одночасно виконувати багато ролей: піклуватися про сім’ю, працювати, організовувати побут та при цьому не забувати про свої особисті потреби. Це формує високу самодисципліну, а також відчуття необхідності діяти чітко і продумано. Тому так часто можна почути від жінок про тайм-менеджмент. Багато з них активно вивчають техніки та застосовують в своєму житті.

Наступним кроком в нашому аналізі були найменш виражені якості. Це може бути приводом вважати, що ці якості найбільше відкидаються жінками у сприйнятті своєї ідентичності. В умовах війни, де головною цінністю стає безпека, життя та взаємопідтримка, де які патерни поведінки стають непотрібними та можуть вважатися шкідливими для свого відчуття себе. Ми склали рейтинг якостей з низькими показниками вибору відповіді «Так». (Антирейтинг). Загальна кількість 7 якостей. Найбільше відповідей в цій категорії 13. Найменше 3 відповіді.

Таблиця 2.5 – Якості, які відкидаються жінками в умовах війни

Якість	**Шкала**	**Загальна Кількість респонденток**	**Кількість «Так»**	**% відповідей «Так»**
Уникає лайливих виразів	F	35	13	37.10%
Чоловічна	M	35	12	34.30%
Конкурує з іншими	M	35	10	28.60%
Агресивна	M	35	10	28.60%
Замкнута	N	35	9	25.70%
Схильна льстити	N	35	5	14.30%
Марнославна	N	35	3	8.60%

Як ми бачимо з таблиці, низький відсоток вибору якості «чоловічна» (M, 34,3%), що, хоча у жінок і є маскулінні риси, які ми аналізували в інших таблицях показників якостей, але вони не сприймаються як такі, що роблять жінку більш чоловічною. Тобто ми припускаємо, що респондентки не ототожнюють силу й самостійність із відмовою від жіночності. А чоловічість може бути частиною нової ідентичності в умовах війни.

Слід зазначити, що в результаті опитування жінки показали низькі результати за «поганими» або негативними якостями: «Марнославна», «Агресивна», «Схильна льстити». Можемо припустити, що жінки не бажають себе та інших асоціювати з образами, що передбачають маніпуляцію, конфліктність або надмірну увагу до власного статусу та зовнішнього визнання. У контексті війни та жіночої ідентичності, коли ресурси (емоційні, психологічні, соціальні) і так обмежені, припускаємо, що жінки схиляються до поведінкових стратегій, що сприяють співпраці, підтримці та довірі, а не суперництву чи боротьбі за увагу та статус. Окремої уваги потребує найнижчий показник якості серед усіх – «Марнославна». Це може означати зниження значущості зовнішніх атрибутів у створенні нової жіночої ідентичності. У ситуації війни пріоритетами стають внутрішні стан та ресурси особистості, а не демонстрація статусності. Тобто це означає, що жінки вибудовують образ себе не через зовнішні очікування, а через внутрішні цінності.

Цікавий факт – тільки 13 з 35 жінок уникають лайливих виразів. Ця якість є однією з традиційних фемінних рис в опитувальнику С. Бем та входить в топ суспільних стереотипів про жінок: «жінка не жіночна, якщо лається» або «жінка, яка лається- погана жінка». Низький рівень підтримки цієї якості (37.1%), може вказувати на відмову жінок від соціально обумовлених стереотипів, пов'язаних із «жіночністю» у сучасному українському суспільстві та точно про допускання цієї якості в своїй жіночій ідентичності в умовах війни. Можна припустити, що це спосіб вивільнити внутрішню напругу, яка виникає через постійне напруження та тривогу в умовах війни. Ненормативна лексика є швидким і потужним інструментом для виплескування гніву, страху та болю, пов'язаних із втратою, небезпекою та несправедливістю. Це ефективний спосіб пережити емоційний шок, коли слова нормальної лексики здаються недостатніми для опису жаху чи обурення.

Наступним нашим завданням стало підтвердити або спростувати гіпотезу про андрогінність жінки в умовах війни. Аналіз емпіричних даних, отриманих за результатами статево-рольового опитувальника С. Бем (за українською адаптацією і нашою модифікацією інструкції), був проведений шляхом послідовного ручного розрахунку показника Індексу статевої ролі (IS) за формулою IS = (F-M)*2,322 для кожного з 35 респондентів окремо.

На основі отриманих даних ми створили діаграму «Належність опитаних жінок до певного гендерного типу» з загальними результатами опитування (рисунок 2.6)

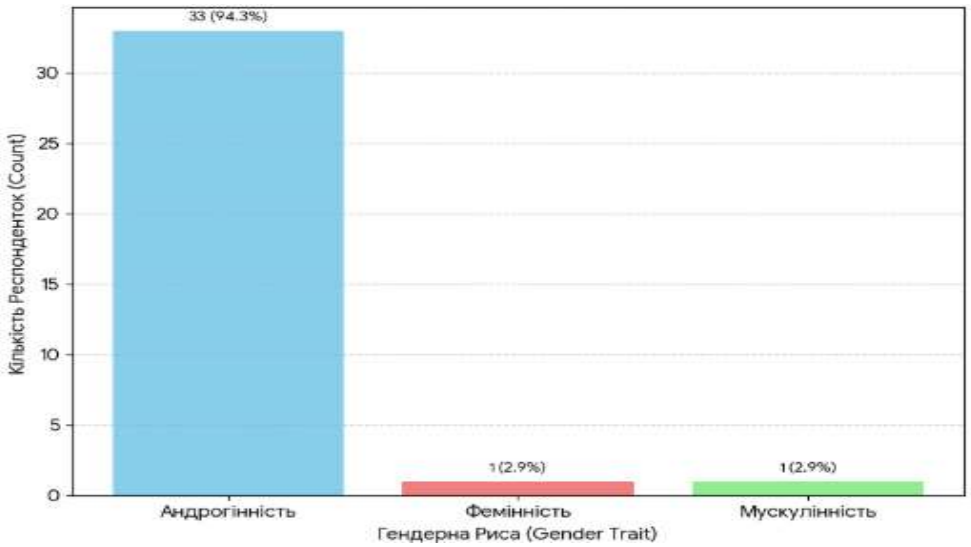


Рисунок 2.6 Належність опитаних жінок до певного гендерного типу

Як ми бачимо на діаграмі (Рисунок2.6) у 94,3% або у 33 опитаних жінок, які свідомо піклуються про своє психологічне благополуччя в умовах війни, домінує андрогенний тип психологічної статі. Тобто показник індексу статевої ролі (IS) знаходиться в межах -1<=IS<=1. (стовпець підсвічений синім кольором). Це означає, що вони в рівній мірі володіють якостями, які традиційно вважаються фемінними (наприклад, чуйність, ніжність, піклування, поступливість, співчутливість, сердечність), так і якостями, які традиційно вважаються маскулінними (наприклад, рішучість, наполегливість, незалежність, стійкість, здатність до лідерства). Це може говорити про психологічну гнучкість і адаптивність в поведінці в залежності від ситуації у житті цивільних жінок в умовах війни. В цих умовах жінкам доводиться

брати на себе часто нетрадиційні ролі: наприклад, приймати складні рішення, проявляти ініціативу та одночасно проявляти співчуття, емоційно підтримувати себе та своїх близьких.

Цікаво, що є одна респондентка, яка зберегла фемінність (стовпець червоного кольору), але цей показник знаходиться недалеко від показника андрогінності. Він виглядає наступним чином: IS=1,045>1. Різниця індексу складає всього 0,045. Це може бути пов’язано з її функціонуванням в умовах війни. Наприклад, вона може бути зосереджено на традиційних жіночих ролях через догляд за дітьми, підтримка емоційного клімату в родині, волонтерство у сфері допомоги, співчуття та підтримки інших. Можливо, її життєва ситуація дозволяє їй уникати прямого зіткнення з небезпекою та необхідності брати на себе чоловічі функції. Наразі складно сказати чому саме. Це потребує уточнень через спілкування з самою жінкою.

Також є одна респондентка у якої була виявлена маскулінність, тобто індекс виглядає таким чином (IS)=-1.045<-1. Але індекс (IS) на межі з показником андрогінності. Різниця складає у 0,045. В цьому випадку можна припустити, що обставини жінки вимагають від неї максимальної рішучості, наполегливості, лідерства. Можливо, вона пережила втрату чоловіка (партнера) або розлучення і змушена повністю взяти на себе функції захисту та забезпечення. А також це може бути свідома психологічна адаптація, коли жінка відчуває, що для виживання в нових реаліях їй потрібно діяти максимально раціонально та жорстко. Цей факт те ж потребує вивчення та додаткового дослідження.

Продовжуючи підводити результати, під час аналізу 35 відповідей респонденток на запитання анкети «Яка Я як жінка?» про їх розуміння жіночності до 2022 року, були виявлені такі загальні моменти у більшої частини опитаних жінок як те, що жіночність часто асоціюється як зовнішня краса, доглянутість, носіння юбок чи платтів, взуття на підборах. Та жінки зазначають такі якості, як м'якість, ніжність, доброта, не використання лайливих слів, чуттєвість. Можемо припустити, що це вказує слідуванню

еталону, нав’язаний соціумом, в якому треба було слідувати цим вимогам, щоб вважатися жіночною. Жінки використовують такі фрази, відповідаючи на питання «Як би Ви описали власне розуміння жіночності до початку війни?»: «про зовнішню красу», «красива зачіска», «підбори», «макіяж, сукні, плаття», «гарний вигляд, сукня, мейкап, туфлі», «макіяж, сукня, зачіска, квіточки», «це доглянутість», «без вульгарних манер, мова без лайки, без крику, погляд спокійний, чуттєвість» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. Вище сказане може свідчить про домінування моделі жіночності, де її цінність визначається через здатність прикрашати себе та оточення. А сама жіночність розглядається як продукт, що вимагає вкладень часу та ресурсів. Одночасно жінка ще мала бути джерелом гармонії та м'якості у сімейному та соціальному колі. Тобто її емоційний простір був обмежений дозволеним спектром (ніжність, чуттєвість), що виключало прояви гніву, агресії чи сильної рішучості (тобто, "лайки" та "крику").

Частина жінок вважають, що жіночність до війни була заснована на слабкості жінки, потребі захисту зі сторони чоловіка, підтримки ззовні та відмові брати на себе роль лідера чи відповідальність за прийняття рішень. Це підтверджують слова: «Відчувати себе дівчинкою», «Бути за сильною спиною чоловіка», «Жіночність це слабкість. Все вирішує чоловік», «Я відчувала себе щасливою дівчинкою, гарною, яку потрібно оберігати, допомагати і любити» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. . Ця модель жіночності спирається на патріархальне уявлення про те, що жінка повинна бути ніжною, спокійною та поступливою. Вона не бере на себе відповідальність за важливі рішення, а передає її чоловікові.

Слід звернути увагу на відповідь «Гарна у всьому» та «Боротьба». Це такі доволі дві контрастні і не типові відповіді, але це тільки говорить про те, що кожна жінка індивідуальність та розуміє по-своєму жіночність. Відповідь «Гарна у всьому» дала респондентка вікової категорії 50 років. Ми можемо припустити, що її бачення жіночності пов’язано з тим, що більшу частину свого свідомого життя жила у радянський та пострадянський період. Це про

концепцію справжньої жінки, яка направлена на ідеальність у всьому: успішною у професії, бути бездоганною господаркою, ідеальною матір'ю та привабливою дружиною. Особливо збентежила відповідь однієї респондентки про те, що жіночність – це боротьба. Ця відповідь належить жінці 44 років. Проаналізувавши її відповідь на наступне питання анкети «Як змінилося Ваше розуміння жіночності в умовах війни?» ми прийшли до висновку, що ця відповідь була пов'язана зі складними стосунками з чоловіком, складними ситуаціями у житті або фінансовою нестабільністю. Її відповідь це підтвердила: «Під час війни я пішла від чоловіка. І почала наново вивчати себе як жінку». А на питання: «Як ви думаєте, чи змінився Ваш образ себе як жінки в умовах війни? Якщо так- у чому саме полягають ці зміни?» жінка відповіла, що стала сильнішою і в той же час спокійнішою, виваженою. Як ми бачимо для цієї жінки війна стала особистою трансформацією її жіночої ідентичності.

Ще один формат відповіді про розуміння жіночності до 2022 року те ж потребує особливої уваги. Респондентка своє розуміння описує так: «Заміжня жінка, яка ставила свої бажання на перше місце: професійну реалізацію, стосунки з оточуючими людьми. Було викривлення в бік власного егоїзму, я хочу і все інше мене не стосується. Я жінка і я маю право і мені чоловік повинен забезпечити» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. Як ми бачимо акцент був зроблений скоріше за всього саме на своїй жіночності. Акцент зроблено на тому, що жінка заміжня, у якої схоже на те, був внутрішній конфлікт у сприйнятті своєї довоєнній жіночої ідентичності. В цій же відповіді жінка зазначила, що це було «викривленням в бік власного егоїзму» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. Припускаємо, що її світогляд будувався на тому, що чоловік повинен повністю забезпечувати, а жінка займається тільки самореалізацією і нікому нічого не винна. Однак, ця модель виявилася нежиттєздатною під тиском війни. Війна фактично зруйнували ілюзію повної забезпеченості, змусивши жінку відмовитися від егоїстичної позиції й перейти до

партнерської, де першочерговою цінністю стало не власне бажання, а сім’я і відносини, де вона може разом з партнером рухатися далі разом. Це демонструють її слова про те, як змінилося розуміння жіночності в умовах війни: «Я українська жінка! Ми з чоловіком партнери. Я бачу свої переваги і також бачу ограниченія. Я не всесильна, я жива і чутлива жінка. Важливою стала сім'я, і я поряд теж розвиваюсь і реалізують (вчусь, шукаю роботу, зустрічаюсь з подругами)» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. . Як ми бачимо, змінився фокус з «я хочу» на «важливою стала сім’я». На цьому фоні вона не відмовляється від саморозвитку. Тепер самореалізація не є самоціллю, а відбувається поруч і в інтересах збереження сімейної системи. А слова «Я не всесильна, я жива і чутлива жінка» демонструють прийняття своєї природи бути різною, дозвіл на помилки, на те, що щось може не вдатися. Спираючись на такі слова, можна припустити про можливе психологічне дорослішання в умовах війни.

Ще одна відповідь «Ніяк. Просто жила в побуті» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. досить лаконічна та свідчить про втрату себе серед побуту. Це жінка 49 років, яка проживає у Запоріжжі. Фраза «Ніяк» може означати, що до війни жінка не проводила рефлексії стосовно своєї жіночності. Вона скоріш за все ніколи не ставила собі питання: "Яка я жінка?" або «Що для мене означає жіночність?». А фраза «Просто жила в побуті» вказує на те, що її жіноча ідентичність повністю грунтувалась на ролі дружини, матері, господині, але не на особистісних бажаннях та чіткому внутрішньому визначенні про себе. Однак саме цікаве те, що в умовах війни все ж таки відбулися трансформації. Про це говорить її відповідь: «Так пережило. Я стала більше любити себе і прибрала з себе чоловічу грубу поведінку, більше часу собі приділяти і саморозвиток, турбота про себе, бережу від негатива» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. Ґрунтуючись на її слова можна припустити, що повномасштабна війна привела до особистої кризи і переосмислень стосовно себе.

Цікавими є і інші відповіді про зміни в розумінні жіночності в умовах війни. На основі детального контент-аналізу 35 відповідей на це питання виділили основні моменти. Переважна більшість респонденток, відчули зміни, які сфокусовані на внутрішній сили, самодостатності та глибинному самопізнанні. За підсумками у 31 респонденток зафіксовано зміни у розумінні жіночності. Ці зміни треба розділити на 2 категорії. Перша – це 22 респондентки, які описують їх, як позитивний та бажаний момент у житті, або, як вимушену трансформації, але не негативні, які призвели до набуття нових сильних якостей, стійкості (адаптації до нових умов) або до глибинного самопізнання. І друга категорія – це зміни, які жінки описують як негативні. Дуже часто їх відповіді мають емоційне забарвлення та слова відчаю.

Аналізуючи більш докладно відповіді жінок, які асоціюються з позитивними змінами, хочеться відмітити таку тенденцію: традиційні уявлення про жіночність, як з усім погоджується, турботливу, ставить інтереси та потреби інших на перший план втратили актуальність. Виживання сім'ї, громади й навіть держави почало залежати від здатності жінки приймати рішення, діяти, брати на себе відповідальність. Жінки дедалі частіше виявляють активну життєву позицію**:** організовують волонтерські рухи, жіночі кола, відкривають нові бізнеси, координують допомогу військовим і переселенцям, ведуть громадську діяльність, займаються психологічною підтримкою інших. Тому можна припустити, що цей досвід формує новий тип жіночності, не протилежний мужності, а такий, що поєднує в собі емпатію, внутрішню силу й здатність до дії. Крім того, війна різко підсвітила цінність самодостатності з сильним внутрішнім стержнем**.** Підтвердженням цього є відповіді респонденток: «Стала сильнішою, більше відповідальності», «Жіночність – це здатність бути самодостатньою», «Так, я думаю що особисто для мене жіночність стало в першу чергу про силу. Силу залишатися сильною, коли треба виглядати маленькою та беззахисною», «Зараз жіночність – це здатність бути самодостатньою і реалізованою. Не

залежність, а приваблива самостійність.», «Так, бо тепер жіночність це навпаки про поєднання сили, витримки та спокою, бо жінки в війні стали більш загартовані» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

Інша категорія жінок це ті для кого жіночність в умовах війни змістила фокус на турботу про себе та свій внутрішній стан. Респондентки це описують такими словами: «Почала любити себе (характер, недосконалі сторони)», «Я відчуваю себе гарною, впевненою жінкою, яка любить себе і знає чого хоче.», «Я стала більше любити себе і прибрала з себе чоловічу грубу поведінку, більше часу собі приділяти і саморозвиток, турбота про себе, бережу від негатива», «Зміни відбулись. Ніжність перетворилась на вміння долати перешкоди з посмішкою» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

Уваги заслуговують відповіді, де головною думкою була екзистенційна актуалізація жіночності. Вона пов’язана з переоцінкою життя та цінністю моментів у зв’язку з війною. Ось деякі відповіді: «Розуміння, що життя одне і варто його жити саме так, як хочеться», «Додалось розуміння що життя одне і варто його жити саме так як хочеться, робити те що не дозволяла собі, лишити страхи в минулому», «Більше цінувати час та спілкування з рідними» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

Для 9 жінок в розумінні жіночності нічого не змінилося. Відповіді короткі зазвичай. Але серед них є і розвернуті. Якщо взяти одну з розгорнутих відповідь: «На мій погляд, це не має змінюватися. Люди через війну можуть стати жорсткішими, цинічними тощо. Але поняття жіночності для мене залишається константою», то можемо припустити, що до війни там вже був сформований образ жіночності, який пройшов перевірку в умовах війни [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. Тобто до війни ця жінка вже мала глибоке, ресурсно – орієнтоване розуміння жіночності. І її слова є тому підтвердження: «Жіночність – це м'яка сила. Сила керувати та направляти лише при необхідності через спокійне

донесення, через приклад, через дозвіл зробити помилку, через м'якість та підтримку» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. . Що стосовно інших 8 жінок, то ситуація аналогічна. Слід зауважити, що де які жінки відповідають просто «Ні», а інші більш детально описують своє розуміння незмінності розуміння жіночності. Основні моменти- це «приділяє собі увагу», «внутрішня сила та енергія», «контролює свої емоції та поведінку, внутрішній стан», «ніжність та вміння насолоджуватися», але зазначають, що наразі через виснаження від війни та недостатність внутрішнього ресурсу, їх жіночність не може стати більш проявленою.

Слід звернути увагу на відповіді жінок, які відзначають, що їх трансформації жіночності в умовах війни мають негативне забарвлення. Таких відповідей 4 з 35. Основні думки такі: «Так, зазнало, бо немає поруч сильного плеча, і зараз все на мої жіночих плечах», «У зв’язку з обов’язками доводиться більше часу проводити на роботі. Ресурсів і часу не вистачає на побут, сім’ю та себе. Відчуття жіночності знизилося.», «Витримати втрату чоловіка, батька , сина для жінки це руйнування життя. В умовах війни жінка чимось жертвує. Або кар’єрою або дитиною, або відпускає чоловіка на смерть і тим самим жертвує своєю родиною тощо», «Так, жінки за відсутності чоловіків або їх втратою займають їх ролі в стають більш жорсткішими» [Орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

На питання: «Чи впливають соціальні мережі або інші інформаційні ресурси на Вашу жіночність?» результати розподілилися таким чином:

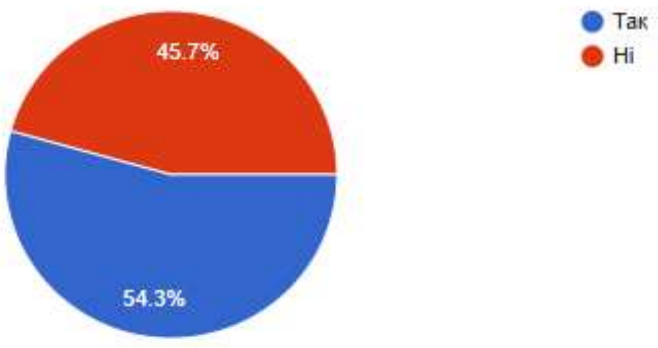


Рисунок 2.7 – Вплив соціальних мереж на жіночність респонденток

Як ми бачимо з діаграми (Рисунок2.7), більша частина жінок (54,3%) все ж таки залежать від думки про уявлення жіночності в соціальних мережах та інтернет ресурсів. Така тенденція може нести в собі як користь так і загрозу. Можемо припустити, що цей факт впливає на формування, як жіночності так і жіночої ідентичності взагалі. На іншу частину жінок (45,7%) цей факт не впливає. Скоріш за все це ті жінки, чиї внутрішні механізми захисту виявилися сильнішими ніж вплив потоку інформації та ті, хто свідомо обирають не орієнтуватися на погляди, які можуть нав'язуватися соціальними мережами, а на своє уявлення та суб'єктивну думку. А також це можуть бути жінки більш дорослого віку, які проводять у соціальних мережах досить малий час.

Ми провели зіставлення цінностей жінок до війни (до 2022 року) та під час повномасштабної війни. Для цього були використані такі питання як: «Які цінності були для Вас найбільш значущими?» і «Які цінності стали для Вас найбільш значущими?» та запропоновано 16 варіантів відповідей. В обох варіантах було відмічена можливість обирати не одну відповідь.

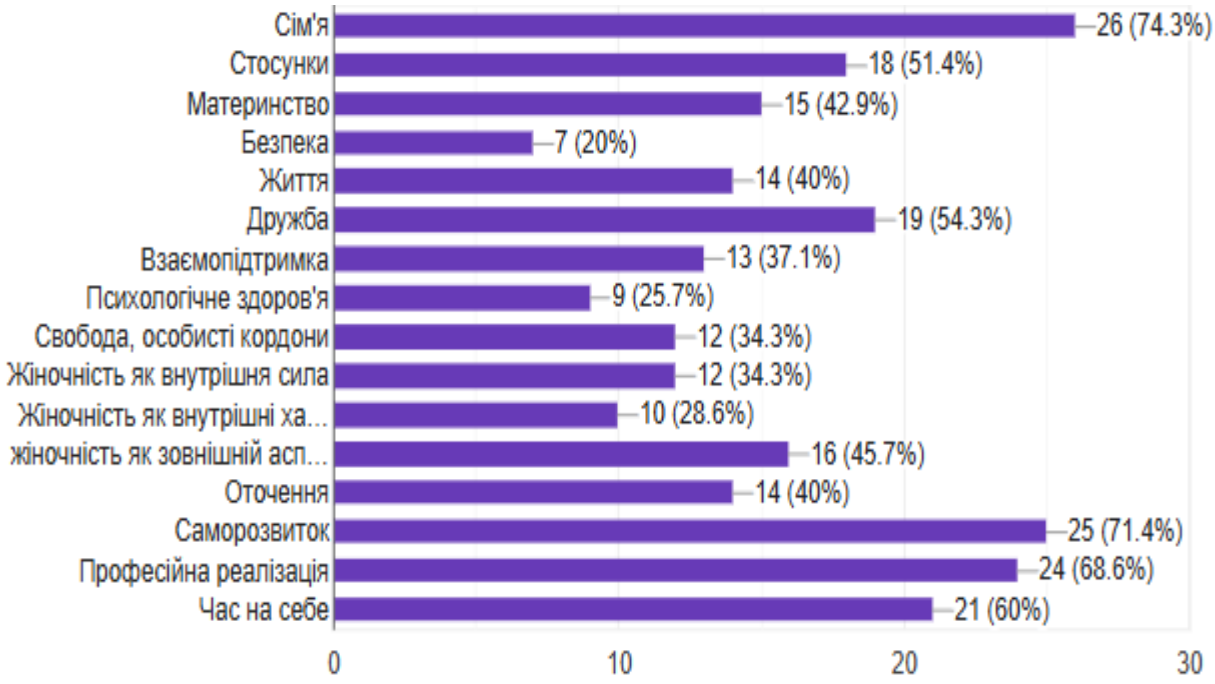


Рисунок 2.8 – Життєві цінності жінок до лютого 2022 року

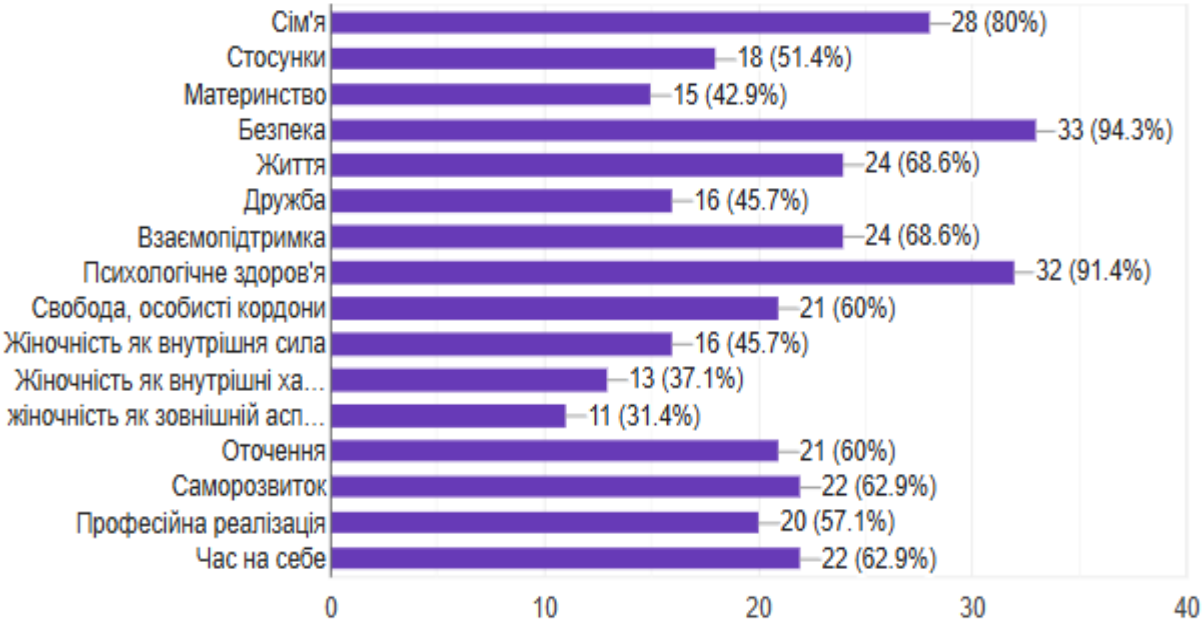


Рисунок 2.9 – Життєві цінності жінок в умовах війни

Зіставлення даних з цих обох малюнків, показало зсув у системі життєвих цінностей українських жінок, який спричинений травматичним досвідом та тим, що війна триває і досі. Найбільше зростання продемонстрували цінності, безпосередньо пов'язані з виживанням та самозбереженням. Неймовірне зростання показала цінність «Безпека». Її показники зросли з 20% до 94,3%. Одночасно зросла цінність «Психологічного здоров’я». Її показники виросли з 25,7% до 91,4%. В умовах хронічного стресу турбота про ментальне благополуччя перестала бути вторинною та набула необхідності для виживання в умовах війни. Слідом йде цінність «Життя» з показниками зростання з 40% до 68.6% та «Взаємопідтримка» зі зростанням 37.1% до 68.6%. Паралельно зі зростаннями спостерігається інша тенденція знецінення де яких цінностей до військового періоду. Це стосується «Професійної реалізації» та «Саморозвитку». Їх показники помітно знизилася: «Саморозвиток» з 71,4% до 62,9%, «Професійна реалізація» з 68,6% до 51,7%. Припускаємо, що це може бути наслідком перерозподілу ресурсів. Раніше вони були спрямовані на досягнення та реалізацію, а тепер витрачаються на нові потреби, які до

війни були не зовсім актуальні. Цінність сім'ї те ж зросла, хоча і не на великий відсоток. (з 74,3% до 80,0%). Зросли показники цінності: «Жіночність як внутрішня сила» (34,3% до 45,7%), «Жіночність як внутрішні характеристики (емоційність, чуттєвість, мудрість, турбота, м'якість)» (з 28,6% до 37,1%). Одночасно стався зсув цінності «Жіночність як зовнішній аспект (доглянутість, поведінка, одяг, прикраси)» (з 45,7% до 31,4%). Це підкреслює зміну фокусу жінок з зовнішнього розуміння жіночності на внутрішній стан. Зросла цінність таких характеристик, як «Свобода, особисті кордони» (з 34,3% до 60%). Тобто це практично в два рази вони стали актуальними в житті жінок. Це і не дивно, бо були порушені кордони не тільки країни, а і особисті. В цій ситуації стається швидше переосмислення цих цінностей та усвідомлення свої кордонів. Важливість «Дружби» де що втратила позиції. Стався зовсім не великий зсув з 54,3% до 45,7% або 19 респонденток на противагу 16 в умовах війни. Але незважаючи на це все ж таки дружба і в умовах війни є досить актуальною. Такий показник як «Час на себе» де що зріс але не суттєво. (з 60% до 62,9). Фактично тільки одна респондентка додалась до групи жінок які цінувати час який виділяли на себе.

Незмінними показники залишилися до війни та в умовах війни для «Материнство» (15 респонденток), «Стосунки» цінні для 18 респонденток. Скоріше за все їх цінність не мала простору для значного зростання, оскільки вони і так вже були важливими аспектами для цієї групи жінок, а війна лише підтверджує їх важливість у їхньому житті.

Для кращого розуміння, ми склали список пріоритетів життєвих цінностей українських жінок в умовах війни, який відображається у таблиці 2.10.

Таблиця 2.10 – Список життєвих пріоритетів (цінностей) жінок: від найбільш до менш важливих

№	Цінність	До війни	Під час війни	Зміна (%)
1	Безпека	7 (20.0%)	33 (94.3%)	+74.3%
2	Психологічне здоров'я	9 (25.7%)	32 (91.4%)	+65.7%
3	Сім'я	26 (74.3%)	28 (80.0%)	+5.7%
4	Життя	14 (40.0%)	24 (68.6%)	+28.6%
5	Взаємопідтримка	13 (37.1%)	24 (68.6%)	+31.5%
6	Саморозвиток	25 (71.4%)	22 (62.9%)	-8.50%
7	Час на себе	21 (60.0%)	22 (62.9%)	+2.9%
8	Свобода, особисті кордони	12 (34.3%)	21 (60.0%)	+25.7%
9	Оточення	14 (40.0%)	21 (60.0%)	+20.0%
10	Професійна реалізація	24 (68.6%)	20 (57.1%)	-11.50%
11	Стосунки	18 (51.4%)	18 (51.4%)	0.00%
12	Жіночість як внутрішня сила	12 (34.3%)	16 (45.7%)	+11.4%
13	Дружба	19 (54.3%)	16 (45.7%)	-8.60%
14	Материнство	15 (42.9%)	15 (42.9%)	0.00%
15	Жіночність як внутрішній гармонія	10 (28.6%)	13 (37.1%)	+8.5%
16	Жіночність як зовнішній аспект	16 (45.7%)	11 (31.4%)	-14.30%

Слід звернути увагу, що ціннісна картина 35 респонденток. Тобто відображають ціннісні установки цієї конкретної групи українських жінок. Ми не можемо однозначно сказати і використовувати це як аксіому, що такі відсотки будуть і у інших жінок України, але можемо це припускати. То ж виявлені результати не претендують на загальнонаціональну репрезентативність, але відображають тенденції ціннісних трансформацій у цільовій групі 35 українських жінок.

У четвертому блоці були питання пов’язані з трансформаціями. Одне з них: «Як ви думаєте, чи змінився Ваш образ себе як жінки в умовах війни? Якщо так- у чому саме полягають ці зміни?». Як ми побачили по відповідях, одним із моментів змін образу жінки, стало зміна фокусу з таких розумінь, як «тендітна», «емоційна» або «красива» на «сильна», «незламна» та «здатна керувати кризою». Про це говорять такі відкриті відповіді: «Я стала сильнішою і в той же час спокійнішою, виваженою», «Я виросла та стала сильнішою. Тепер я бачу та розумію, в чому сильна», «В розумінні себе, своєї сили, мудрості. Терпінні. Емпатії». Крім цього жінки відмічають в собі дорослішання. Воно проявляється у кожної жінки по-своєму. Респондентки цей стан описують як: «Я стала дорослою» або «Із дівчинки я стала жінкою», «Момент дорослішання, я зрозуміла що сильно не самостійна, але це починається із почуття дорослості в середині» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

Цікаво бачити, як змінилося ставлення жінок до свого внутрішнього стану та зміну фокусу на необхідність уваги до себе. З'явилось бажання більше приділяти часу собі, своєму здоров'ю, психологічному стану, саморозвитку, спорту, відвідуванню психолога: «Стала приділяти собі більше часу», «Зараз мені важливо те як я почуваюсь», «Я стала більш приділяти уваги своїм почуттям», «Зовнішність турбує менше, здоров'я – більше», «почала більше витрачати час на себе(зачіска, брови, манікюр, походи до психолога)», «Я відчувала, що маю приділяти більше уваги собі, своєму здоров’ю, саморозвитку. Я це стала робити, і світ не рухнув!», «Більше часу стала приділяти на себе» та інші [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

Крім того спостерігається тенденція де образ себе пов’язують з усвідомленням цінності сім’ї у своєму житті. «Намагаюсь дати більше тепла родині», «Дуже явно стала виражатись цінність сім’ї», «Небагато змін, але я стараюся більш поважно відноситися у почуттям своїх рідних»- так жінки описують це явище [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

Деякі відзначають зниження емпатії, щоб «вивозити» новини, ставши «більш реалісткою». З'явився ще один аспект змін в образі себе жінки, який впливає на такі моменти, як психологічна втома та її вплив на прояв жіночності. Це не загальний фон таких змін а декілька відповідей. Жінки констатують, що «Зникла жіночність. З'явилося більше обов'язків, я сама, мені потрібна, більше фінансовий аспект коштує, який самостійно потрібно закривати. Бракує часу на сім'ю, будинок» [текст був переведений з російської мови]. та «Я стала менш жіночною в сенсі проявленості себе як жінки, як зовнішньо, так і внутрішньо, бо треба було піклуватися про своє здоров'я, безпеку, сім'ю» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. Спираючись на це основною причиною такого бачення образу себе стало фінансове навантаження та обов’язки, які, припускаємо, викликали у цих жінок супутні відчуття такі як постійна втома, тривожність та страх.

Цікавий факт що серед 35 відповідей 5 жінок відповіли, що їхній образ себе як жінки не змінився під впливом війни (буквальні відповіді «Ні», «Не змінився», «Ні, не змінилися» та «Залишилась такою самою...» та «Не змінився під впливом війни»).[орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

Аналіз 35 відповідей на запитання про прояв нових цінностей у зв’язку з війною можуть свідчити про переоцінку життєвих пріоритетів у переважної більшості респонденток. Серед них дві респондентки відповіли, що не змінились. Одна буквально «Ні», а у іншої складається враження, що закрався сумнів стосовно своєї відповіді: «Мабуть ні» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

Нові цінності можна поділити умовно на 3 категорії: цінність життя, цінність стосунків і цінність внутрішнього ресурсу та самоцінність. Треба зазначити, що в деяких відповідях було зазначено не одну нову цінність. Тому вони попали в декілька категорій. Найчастіше згадується категорія відповідей про життя та безпеку. Таких 18 відповідей. Ось цитати, які

підпадають під цю категорію: «Життя та безпека», «Життя тут і зараз», «Життя, та безпека», «намагаюсь визнати свою самоцінність, бо зараз життя дуже непередбачуване», «Цінність моменту тепер», «Цінувати час з рідними та насолоджуватись життям», «Цінність безпеки та психологічної стабільності», «Життя», «Турбота про безпеку», «Безпека, цінність життя», «почала любити себе більше та своє життя.», «Цінувати кожен день», «Безпека…», «Життя…», «Цінність сім'ї, безпеки, життя», «почала більше цінувати кожен прожитий день», «Життя, свобода, захист безпека», «Цінність життя, безпека» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом].

Цінність стосунків та сім'ї згадувалися 13 жінками з 35. З них 7 респонденток однозначно зауважили цінність сім'ї та стосунків в ній. Інші 6 жінок згадали загальні моменти не концентруючись конкретно на сім'ї: підтримка один одного, мати оточення, з яким можливо бути на одній хвилі, бачити тих, хто поряд та більше їх цінувати, а також прийшло розуміння того, що люди це головна цінність.

В категорії про внутрішній ресурс та самоцінність було 7 згадок. Найбільша кількість згадок стосується саме теми самоцінності та любові до себе. Ось деякі цитати: «ставлю себе на перше місце частіше ніж раніше», «намагаюсь визнати свою самоцінність», «Здоровий егоїзм» [орфографія та пунктуація збережені згідно з оригіналом]. Також згадується така нова цінність- бажання саморозвитку. Окремо маємо сказати за 2 відповіді жінок. Одна зазначає, що війна спонукала «йти у новий досвід», а інша констатувала факт, що гроші для неї тепер це спосіб для самореалізації.

Важливо також зазначити, що 2 респондентки відмітили серед нових цінностей- психологічну стабільність і психологічне здоров'я. Тобто для інших 33 ця цінність була з ними ще до війни. І ми можемо припустити, що в умовах війни вона у них тільки підсилилась.

Ми запропонували жінкам проасоціювати себе з певними образами і додали список. (Рисунок2.11)

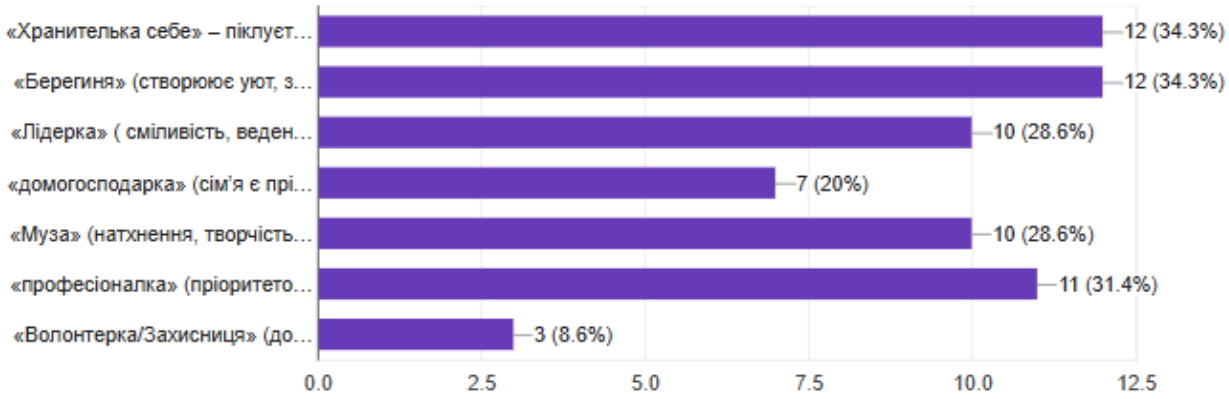


Рисунок 2.11 – Як жінки бачать себе в умовах війни

Отримані результати ми поділили на категорії. Перша категорія – це трійка найпопулярніших образів, які обрали жінки під час анкетування. Слід вказати, що жінкам дозволялись множинні відповіді. До цієї категорії ми віднесли: «Хранителька себе» (12 відповідей), «Берегиня» (12 відповідей) та «професіоналка» (11 відповідей). Це свідчить про те, що жінки себе асоціюють з зовсім різними за своєю суттю образами: «Хранителька себе»-фокусується на своєму внутрішньому наповнені та підтримує власні ресурси, «Берегиня» фокусується на проявлені у просторі навколо себе та «професіоналка» ставить на високе місце у своєму житті розвиток за межами дому, досягнення, кар'єру. З 35 опитаних жінок лише одна жінка обрала всі три варіанти відповіді.

Друга категорія це відповіді, які набрали від 3 до 10 відповідей. Так «Лідерка» та «Муза» отримали по 10 голосів, що вказує на поділ четвертого місця в загальному рейтингу. Ми провели аналіз про комбінації виборів, та можемо сказати, що були все ж таки перехресні відповіді у жінок у цих двох позиціях. Тільки 4 жінки обрали обидва варіанти. Таким чином 6 жінок обрали «Лідерку», але без «Музи». Припускаємо, що це жінки, які асоціюють себе зі сміливістю починати щось нове та вмінням вести за собою людей, але творчість чи натхнення для них не є основними складовими їх лідерства. Ще 6 жінок навпаки обрали «Музу» без «Лідерки». Припускаємо, що для цих жінок натхнення та творчість це саме те, що веде їх до лідерства.

До третьої категорії віднесли образ домогосподарки (7 відповідей) та образ волонтерки (3 відповіді), які набрали найменшу кількість голосів. Особливо цікаво, що волонтерська діяльність хоча і стала масовим явищем, але ідентифікація з нею, як основною життєвою роллю є значно найнижчою. Також згідно з даними анкети, немає жодної жінки, яка обрала б усі сім запропонованих образів.

2.3 Практичні рекомендації та стратегії психологічної підтримки жінок на основі отриманих даних.

Отримані результати емпіричного дослідження, яке виявило домінування андрогенного типу психологічної статі (94,3%) та суттєвий зсув ціннісних орієнтацій в бік безпеки, життя, сім'я, відносин та цінності психологічного благополуччя, мають високу практичну значущість і можуть бути використані в декількох направленнях для практичного застосування. По- перше для продовження дослідження та порівняльного аналізу нашої вибірки (невеликої) та більш ширшої. Актуальність даного дослідження спровокована необхідністю вивчення змін психологічної статі та ціннісних орієнтирів у жінок, які не займалися своїм психологічним здоров'ям з початку повномасштабного вторгнення, також в інших вікових категоріях та в окремих регіонах України. Окрім того, ми вважаємо, що є необхідність додати до наступних досліджень глибинне інтерв'ю після проходження основних методик. Інтерв'ю надасть можливість зрозуміти життєві обставини жінок та отримати більш повну картину стосовно поглядів жінок на свою жіночу ідентичність та життєві цінності.

Рекомендовано окремо продовжувати дослідження стосовно впливу соціальних мереж на жіночу ідентичність та на проявлення андрогінності. Зосередитися, наприклад на досліджені, як впливає на жінок використання ними конкретного виду контенту в соціальних мережах (наприклад ютуб, інстаграмні рілзи, сторіси, телеграм-канали) та, як це перегукується з

андрогінністю, фемінністю та маскулінністю. Визначити – чи може бути зсув в бік фемінності чи маскулінності з андрогінності під впливом соціальних мереж і обираємого контенту.

Також результати можуть бути використані для застосування написання програм з психоедукаційних заходів. На їх основі можна створювати тренінги, які допоможуть жінкам усвідомити та прийняти свою жіночність навіть, якщо вона відрізняється від їх традиційних уявлень чи власних очікувань. Такі програми можуть працювати над подоланням застарілих стереотипів і над формуванням більш гнучкого, сучасного бачення жіночої ідентичності. Наприклад, тренінг може мати назву «Як я «ношу» свою жіночність в умовах війни?». Проводити міні – лекції з роз'ясненнями, що стереотипні уявлення про жіночність змінюються, і це природний процес соціальної адаптації в сучасних умовах. Так як серед опитаних жінок ми побачили цінність психологічного здоров'я та асоціацію себе з образом «Хранителька себе», то є необхідність розробки ресурсних занять, тренінгів для подальшої підтримки психологічного благополуччя, підтримки внутрішнього стану в умовах війни і у післявоєнний час. На нашу думку важливо доносити до жінок, що посилення фемінних або маскулінних якостей у різних життєвих ситуаціях, наприклад таких, як війна є нормальним та сприяє адаптації до ситуації та можливість справлятися з викликами. Говорити з жінками про те, що домінування певних якостей, можуть нести не тільки негативний вплив, а і позитивний, сприяючи відкриттю нових горизонтів для самосприйняття та самореалізації.

ВИСНОВКИ

За результатами проведеного кваліфікаційного дослідження на тему «Трансформація жіночої ідентичності в умовах війни», мету досягнуто, а поставлені завдання повністю виконані. У роботі було вирішено наукову проблему, яка полягала у браку комплексного аналізу психологічних змін у жіночій ідентичності цивільних жінок, зокрема у сприйнятті жіночності, змін у структурі гендерних рис і ціннісних орієнтаціях цивільних жінок в умовах повномасштабного вторгнення.

На першому етапі дослідження аналіз літератури та наукових видань показав, що у сучасних дослідженнях жіноча ідентичність розглядається не як константа, а як змінна, на яку впливають кризисні життєві обставини.

Емпіричне дослідження особливостей самовизначення цивільних жінок в умовах повномасштабної війни виявило трансформацію їхнього самосприйняття та уявлень про жіночність. Контент-аналіз відповідей виявив, що жінки мають високий рівень саморефлексії та усвідомлюють внутрішні трансформації, які відбуваються з їхнім образом в умовах війни. Так до повномасштабного вторгнення у 2022 року жіночність часто асоціювалася із зовнішнім виглядом (доглянутість, одяг, макіяж, обув з підборами), м'якістю, чуттєвістю та відповідністю соціальним нормам (наприклад, стриманість, мова без лайливих слів, без поганих манер, спокійна). Частина жінок також пов'язувала її зі слабкістю та коли жінка «за сильною спиною чоловіка». В умовах війни стався зсув з зовнішнього сприйняття на внутрішнє. Жінки почали більше приділяти часу собі, своєму психологічному благополуччю та саморозвитку. Вони асоціюють жіночність з внутрішнім станом та своїми внутрішніми силами такими, як стійкість, витривалість, наполегливість, рішучість та здатністю до дії. Жінки зазначали, що стали більш рішучими, сміливими, відповідальними, стійкими до стресу та самодостатніми.

Наше дослідження виявило трансформації ціннісних орієнтацій жінок у воєнних умовах. Ця трансформація характеризується зростанням цінностей, пов'язаних із безпекою (20% до 94,3%), психологічного здоров'я (25,7% до 91,4%), життям (з 40% до 68,6%), сім'я (з 74,3% до 80%). Водночас, цінності, які до війни були домінуючими, помітно знизили свою значущість. Це стосується професійної реалізації, яка знизилася з 68,6% до 57,1% та саморозвитку з 71,4% до 62,9%. Але на нашу думку це зниження не означає їх знецінення, а скоріше відображає перерозподіл ресурсів: час та енергія, раніше спрямовані були на зовнішні досягнення, а тепер витрачаються на забезпечення базових потреб і підтримку внутрішнього стану. Це говорить про адаптивність і гнучкість жіночої ідентичності в умовах війни. Тобто, діє така невидима формула в житті у жінок в умовах війни: що потребує більшої уваги- на те і витрачаються накопичені ресурси.

За результатами емпіричного дослідження з використанням опитувальника статево-рольових рис С.Бем (адаптація українською: А. Ярошенко, Т.Семигіна, 2023) в межах досліджуваної вибірки, які свідомо дбають про своє психологічне благополуччя, підтвердилася гіпотеза про домінування андрогінного типу психологічної статі у жінок. Саме у 94,3% (у 33 з 35) опитаних жінок домінує андрогенний тип. Ці результати можуть бути індикатором психологічної адаптивності та гнучкості жіночої ідентичності в умовах війни.

Проаналізувавши, взаємозв'язок між типом психологічної статі та адаптивними характеристиками жінок у період воєнних загроз, ми прийшли до висновку, що домінування андрогенного типу психологічної статі (94,3% респонденток) виступає ключовим механізмом високої психологічної адаптивності та гнучкості в умовах хронічного стресу та загроз в умовах війни. Ми припустили, що саме ці результати вказують на посилення психологічної адаптивності, гнучкості поведінки та здатності жінок інтегрувати традиційно фемінні риси (чуйність, сердечність, ніжність, співчуття, відданість) показники яких від 100,00%-85,7% з маскулинними

(рішучість, самодостатність, наполегливість, здатність до лідерства та захищати переконання), у яких показники те ж більше 85,0%. Припускаємо, що таке поєднання дозволяє дозволяє жінкам брати на себе нетрадиційні ролі, швидко приймати відповідальні рішення та забезпечувати безпеку собі та своїм рідним та близьким. Така інтеграція не є відмовою від жіночності, а скоріше є адаптивною стратегією, яка лежить в основі трансформації цінностей, де «Психологічне здоров'я» (91,4%) та «Безпека» (94,3%) стають абсолютними пріоритетами у житті, що може підтверджувати перехід до більш стійкої, направленої на плекання своєї психологічної ресурсності та новою моделі жіночої ідентичності.

Аналіз відповідей авторської анкети засвідчив високий рівень рефлексії серед учасниць – жінки чітко усвідомлюють внутрішні трансформації або навпаки констант у своєму житті, розуміння жіночності, життєвих цінностей та переосмислення власних ролей. Жінки не просто констатують зміни, а детально їх описують. Аналіз відкритих відповідей респонденток показав суттєву зміну у сприйнятті себе як жінки. Перш за все це стосується жіночності. До повномасштабного вторгнення у 2022 року жіночність здебільшого асоціювалася з зовнішнім виглядом, жіночим одягом, доглянутістю, м’якістю, обережністю та відповідністю соціальним нормам. В умовах війни фокус змістився на внутрішній стан та силу, стійкість, здатність діяти у кризових обставинах і брати відповідальність на себе. Жінки зазначали, що стали більш рішучими, сміливі, відповідальні, стійкі до стресу, здатні підтримувати інших та самодостатніми. Ці риси стали невід’ємливою частиною їх жіночності та не заперечуються. Це узгоджується з результатами, що свідчать про зростання андрогінності. Але частини жінок зазначають, що самодостатність стала вимушеною необхідністю у зв’язку з втратою чи фізичною відсутністю партнера.

Треба відмітити, що відбулися трансформації й життєвих цінностей у респонденток. Зросла важливість таких цінностей, як безпека, життя, свобода, особисті кордони та любов до себе, психологічне благополуччя,

внутрішня сила, сім’я, підтримка, оточення. Припускаємо, що війна активувала потребу мати стійке, турботливе соціальне оточення. Одночасно, слід зазначити, що традиційні цінності – сім’я чи професійна реалізація, продовжують зберігати своє значення, але поступаються місцем тим, що пов’язані з базовою безпекою, свободою та психологічною стійкістю. У зв’язку з вищесказаним, можна зробити висновок, що дуже символічно найчастіше жінки ідентифікують себе через запропоновані образи *«Хранительки себе», «Берегині», «Лідерки», «Професіоналки» та «Музи»,* що відображає інтеграцію традиційних і нових ролей. А парадокс заключається в тому, що хоча волонтерська діяльність стала масовим явищем і багато жінок цим займаються щодня, але вони не ідентифікують себе з нею, як основною життєвою роллю.

Таким чином, в результаті дослідження ми припускаємо, що відбувається трансформація жіночої ідентичності та формування нової моделі жіночності, яка є одночасно гнучкою, сильною та адаптивною. А це дозволяє жінкам брати на себе нетрадиційні ролі, зберігаючи при цьому свою жіночу природу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабак М., Давліканова О., Дмитрієва М., Козир М., Компанцева Л., Левченко К., Скорик М., Суслова О. Словник Європейського інституту з ґендерної рівності. Київ : Вістка, 2021. 170 с.

2. Баранова Ц. С. Історичні передумови протидії та запобігання домашньому насильству. *Правові горизони = Legal Horizons*. 2019. С. 10.

3. Бем С. Л. Маскулінність – фемінність. Про статеву диференціацію. *Ї.* URL : https://www.ji.lviv.ua/n27texts/bem.htm (дата звернення: 17.11.2025).

4. Ващенко К. С. Фемінність та маскулінність як чинник тендерної поляризації. С. 34–35. URL : https://tinyurl.com/y2r9n2ak (дата звернення: 17.11.2025).

5. Вінков В. Українці в умовах війни: особливості переживання загроз та наслідків для ідентичності. *Психологічні перспективи*. 2024. Вип. 43. С. 25–47. URL : https://tinyurl.com/2zkddz2v (дата звернення: 17.11.2025).

6. Гендерна ідеологія. La biblioteca di pro vita & famiglia (2021). *Біоетика*. Український Католицький Університет. URL : https://tinyurl.com/mr2dwr9n (дата звернення: 17.11.2025).

7. Глебова Н., Глинська Л., Демчук О. Особливості самореалізації української жінки в умовах воєнного стану. *Український альманах*. URL : https://tinyurl.com/3xxvdru2 (дата звернення: 17.11.2025).

8. Горностай П. П. Основи теорії ґендеру. *Основи теорії ґендеру* : навч. посіб. / П. П. Горностай та ін. Київ : К.І.С., 2004. С. 132–156.

9. Грабовська І. Вирівнювання можливостей для жінок та чоловіків versus криза маскулінності (українська специфіка). *Соціальні студії*. URL : https://tinyurl.com/2ew5pps6 (дата звернення: 17.11.2025).

10. Дегтярьова І. О. Особливості формування ґендерної ідентичності. *Вісник Одеського національного університету. Психологія*. 2022. URL : https://tinyurl.com/mzcc4m8z (дата звернення: 17.11.2025).

11. Жіночність. *Вікіпедія*. URL : https://tinyurl.com/yfdzsmav (дата звернення: 17.11.2025).

12. Кісь О. Жіночі досвіди війни: літо 2022. *Гендер в деталях*. URL : https://tinyurl.com/yxhvtk72 (дата звернення: 17.11.2025).

13. Кісь О. Кого оберігає берегиня, або матріархат як чоловічий винахід. *Я*. 2006. № 4(16). С. 11–16. URL : https://tinyurl.com/4pfd2dzb (дата звернення: 17.11.2025).

14. Кісь О. Моделі конструювання ґендерної ідентичності жінки в сучасній Україні. *Ї*. 2003. № 27. URL : http://www.ji.lviv.ua/n27texts/kis.htm (дата звернення: 17.11.2025).

15. Кісь О. Про ролі жінок у Радянському Союзі й незалежній Україні. *Гендер в деталях*. URL : https://tinyurl.com/6cz9aec6 (дата звернення: 17.11.2025).

16. Кубриченко Т. В. Ідентичність особистості у гендерному вимірі. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2012. Вип. 2(2). С. 323–331.

17. Кукуленко-Лук'янець І. В. Психологічні особливості прояву фемінності/маскулінності у жінок-педагогів. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 27. С. 265–279.

18. Марценюк Т. Гендерні дослідження в Україні. *Електронний архів НаУКМА*. URL : https://tinyurl.com/mwckha88 (дата звернення: 17.11.2025).

19. Мельник Т. М., Кобелянська Л. С. 50/50 Сучасне гендерне мислення: Словник. Київ : К.І.С., 2005. 280 с.

20. Москаленко В. В., Пугач А. Є. Жіночність у психології: основні критерії та підходи. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.* Серія "Психологія". 2020. Вип. 69. С. 43–47.

21. Окольнича Т. В., Шабала І. В. Жіночий ґендер в традиційній українській культурі. *Наукові записки*. Серія : Педагогічні науки. 2024. Вип. 1(215). С. 75–79. DOI : 10.36550/2415-7988-2024-1-215-75-79 (дата звернення: 17.11.2025)

22. Основи теорії гендеру : навч. посіб. / В. В. Москаленко та ін. Київ: К.І.С., 2004. 536 с.

23. Петранюк А. І., Гоян І. М. Формування ґендерної ідентичності в умовах інформаційно-мережевого простору. *Культурологічний альманах*. 2024. Вип. 2(10). С. 232–238.

24. Ренке С. О. Гендерний аспект становлення професійного образу «Я» особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2017. Вип. 36. С. 299–300.

25. Сененко С. Маскулінність і фемінінність: від бінарної опозиції до цілісної людяності. *Дзеркало тижня*. URL : https://tinyurl.com/усу2am5h (дата звернення: 17.11.2025).

26. Словник української мови. URL : https://tinyurl.com/3dx99nkt (дата звернення: 17.11.2025).

27. Степико М. Трансформації ідентичностей громадян України в умовах російської агресії. *Національна безпека*. URL : https://niss-anorama.com/index.php/journal/article/view/146?utm_source (дата звернення: 17.11.2025).

28. Столярик А., Семигіна Т. Війна та роль жінок: соціальні виміри і лідерство. URL : https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4802654 (дата звернення: 17.11.2025).

29. Стріонова І. Практика подружніх взаємовідносин у період формування радянського гендерного ладу у 1920–1930-х рр. *Нові сторінки історії Донбасу*. 2013. Кн. 22. С. 161–180.

30. Ткалич М. Г. Гендерна психологія : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2011. 248 с.

31. Турецька Х. «Важливо не стільки виховувати в собі жіночність…». *НЕЙРОNEWS*. 2017. Вип. 4(88). С. 6–8. URL : https://tinyurl.com/46fv4sjc (дата звернення: 17.11.2025).

32. Фемінність/Маскулінність. *Психологія ЗНУ*. С. 3–4. URL : https://epkmoodle.znu.edu.ua/mod/resource/view.php?id=24391 (дата звернення: 17.11.2025).

33. Якою мала бути ідеальна жінка в СРСР і чому ці стереотипи нам досі нав'язують. *РБК-Україна*. 2023. URL : https://tinyurl.com/mrxuuua6 (дата звернення: 17.11.2025).

34. Ярошенко А., Семигіна Т. Апробація україномовних версій опитувальників для вивчення ґендерних упереджень. *Social Work and Education*. 2023. С. 195–210.

35. Bem S. L. The measurement of psychological androgyny. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1974. Vol. 42, No. 2. P. 155–162. URL : https://surl.li/xknzlk (дата звернення: 17.11.2025).

36. Benedict Carey. John William Money, 84, Sexual Identity Researcher, Dies. *The New York Times*. 2006. July 11. URL : https://tinyurl.com/mwduatat (дата звернення: 18.11.2025).

37. Mandel W. Soviet Women and Their Self-Image. *Science & Society*. 1971. Vol. 35, No. 3. P. 286–310.

38. Miller M. We need to restore femininity. *TEDxAmsterdamWomen*. 2016. URL : https://www.youtube.com/watch?v=-PFYthpdEIU (дата звернення: 19.11.2025)

39. Sandra Bem: Revolutionizing Our Understanding of Gender. *ReachLink*. 2025. URL : https://tinyurl.com/2nx26d94 (дата звернення: 17.11.2025).

40. Stets J. E., Burke P. J. Femininity/Masculinity. *Encyclopedia of Sociology, Revised Edition*. New York : Macmillan. P. 997–1005. URL : https://tinyurl.com/4vr45u68 (дата звернення: 17.11.2025).

41. The cultural construction of femininity. *Pubadmin institute*. URL : https://tinyurl.com/4s7drups (дата звернення: 17.11.2025).

42. UNGEI. Gender Transformative Education Glossary. Femininity. *UNGEI*. URL : https://tinyurl.com/35wru2mj (дата звернення: 17.11.2025).

43. Women’s Studies International Forum. 2023. Vol. 98. UR L: https://tinyurl.com/5ymaxevr (дата звернення: 17.11.2025).

44. World Population Prospects 2022. *Department of Economic and Social Affairs Population Division*. URL : https://esa.un.org/unpd/wpp/Download/ (дата звернення: 17.11.2025).

ДОДАТКИ

Додаток А
Анкета «Яка Я як жінка?»

Ця анкета створена з метою дослідження того, як війна вплинула на жіночність, цінності та образ себе як жінки. Ваші відповіді допоможуть краще зрозуміти трансформації жіночої ідентичності в сучасних умовах. Анкета є анонімною, всі результати будуть використані лише в узагальненому вигляді для наукової роботи.

Час заповнення: близько 20–40 хвилин.

Дякую за щирість та Ваш внесок у дослідження!

Блок 1. Загальні відомості

Ваш вік:

_____

Місце проживання (назва міста/села/селища):

_____

Блок 2. Уявлення про жіночність. Досліджує Ваше бачення жіночності та його зміни.

Як би Ви описали власне розуміння жіночності до початку війни? _____

Як Ви вважаєте, чи зазнало змін Ваше розуміння жіночності в умовах війни? Якщо так – у чому саме полягають ці зміни? _____

_____

Чи впливають соціальні мережі або інші інформаційні ресурси на Вашу жіночність? _____

Блок 3. Цінності до та під час війни (Допоможе виявити зміни у системі життєвих цінностей)

До війни: Які цінності були для Вас найбільш значущими? (можна обрати декілька варіанті)

[ ]. Безпека
[ ]. Взаємопідтримка

[ ]. Дружба
[ ]. Життя
[ ]. Жіночність як внутрішня сила
[ ]. Жіночність як внутрішні характеристики (емоційність, чуттєвість, мудрість, турбота, м’якість)
[ ]. Жіночність як зовнішній аспект (доглянутість, поведінка, одяг, прикраси)
[ ]. Материнство
[ ]. Оточення
[ ]. Професійна реалізація
[ ]. Психологічне здоров'я
[ ]. Саморозвиток
[ ]. Свобода, особисті кордони
[ ]. Сім'я
[ ]. Стосунки
[ ]. Час на себе

Під час війни: Які цінності стали для Вас найбільш значущими? (можна обрати кілька варіантів)

[ ]. Безпека
[ ]. Взаємопідтримка
[ ]. Дружба
[ ]. Життя
[ ]. Жіночність як внутрішня сила
[ ]. Жіночність як внутрішні характеристики (емоційність, чуттєвість, мудрість, турбота, м’якість)
[ ]. Жіночність як зовнішній аспект (доглянутість, поведінка, одяг, прикраси)
[ ]. Материнство
[ ]. Оточення
[ ]. Професійна реалізація
[ ]. Психологічне здоров'я
[ ]. Саморозвиток
[ ]. Свобода, особисті кордони
[ ]. Сім'я
[ ]. Стосунки
[ ]. Час на себе

Блок 4. Трансформації. Досліджує зміни у Вашому образі жінки та нові цінності

Як ви думаєте, чи змінився Ваш образ себе як жінки в умовах війни? Якщо так- у чому саме полягають ці зміни? _____

Чи з'явилися у Вас нові цінності у зв'язку з воєнними подіями? Якщо так- які саме? _____

З яким образом жінки Ви найбільше себе асоціюєте?

[ ]. «Хранителька себе» – піклується про власний стан, береже власні кордони, цінності та внутрішній спокій.

[ ]. «Берегиня» (створює затишок у домі, хранительниця сімейних цінностей та традицій, материнство)

[ ]. «Лідерка» (сміливість, ведення за собою людей, наставництво, рішучість, сила, готовність до боротьби)

[ ]. «домогосподарка» (сім'я є пріоритетом у житті: облаштовує побут, підтримує порядок і чистоту в будинку, створює комфортну атмосферу для всієї родини але одночасно поєднує це з улюбленою справою чи захопленням)

[ ]. «Муза» (натхнення, творчість, духовність, чуттєвість)

«професіоналка» (пріоритетом є кар'єра, самореалізація, досягнення, професійний успіх)

[ ]. «Волонтерка/Захисниця» (допомога іншим, донати, волонтерська активність, захист, емпатія, піклування, витривалість, адаптивність і незламність духу, стійкість)

[ ]. Інше