

*Перепада Ксенія,
здобувачка вищої освіти спеціальності 053 Психологія,
Миколаївський національний аграрний університет
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-5334-1672>*

*Науковий керівник:
Доній Вікторія,
кандидат філологічних наук,
доцент кафедри українознавства та суспільних наук,
Миколаївський національний аграрний університет,
м. Миколаїв, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4883-2423>*

ГЕНДЕРНІ ОБРАЗИ В СОЦМЕРЕЖАХ ТА ЇХНІЙ ВПЛИВ НА САМООЦІНКУ ОСОБИСТОСТІ МОЛОДІ

У сучасному світі медіапростір є одним із ключових засобів, через які формується сприйняття соціальних норм, культурних цінностей та моделей поведінки. Гендерні образи, представлені на телебаченні, в кіно, рекламі, соціальних мережах тощо, визначають уявлення про те, як «повинен» виглядати, поводитися та мислити чоловік або жінка. Варто зауважити, що такі образи не завжди відповідають реальності й часто демонструють стереотипні, ідеалізовані чи навіть нереалістичні стандарти, що може спричинити порівняння особистості з медіа-моделями, формувати комплекс неповноцінності або підвищувати тривожність щодо власного вигляду, поведінки та соціальної ролі.

Особливо чутливою до впливу медіа є молодь, адже саме у підлітковому та юнацькому віці формується базова самооцінка та самоідентичність. Часте споживання контенту з певними гендерними стереотипами може призводити до того, що особистість починає оцінювати себе через призму медіаідеалів, ігноруючи власні індивідуальні особливості та потреби. Водночас медіапростір може виступати не лише джерелом тиску, а й платформою для розвитку критичного мислення, формування позитивних моделей поведінки та підтримки різноманітності гендерних ролей.

Проблематику гендерних стереотипів було досліджено у працях О. Бондарчук, Т. Говорун, Л. Карамушки, О. Кікінежді, О. Кісь, В. Кравця та інших науковців. Дослідники розглядали гендер як соціально сконструйовану категорію, що формується під впливом культури, освіти та медіа. Вони наголошу-

вали, що гендерні стереотипи регулюють поведінку в суспільстві, але водночас обмежують самореалізацію особистості, впливають на професійний вибір, рівень домагань і самооцінку [1].

Самооцінка як важлива складова самосвідомості визначає ставлення людини до себе, своїх дій і можливостей, впливаючи на емоційний стан, поведінку та соціальну взаємодію. Гендерні відмінності проявляються в особливостях самооцінки та її зв'язку з вербальною агресією: у дівчат частіше спостерігається низький рівень самооцінки, що пов'язано з захисною вербальною агресією, тоді як у хлопців високий рівень самооцінки корелює з проявами агресії для досягнення статусу та визнання в групі. Дослідження з використанням методик визначення самооцінки та вербальної агресії підтверджують прямий зв'язок між гендерними особливостями самооцінки та рівнем агресивної поведінки (для дівчат $r = 0,994$, для хлопців $r = 0,997$). Таким чином, гендерні образи та особливості самооцінки значною мірою визначають схильність до вербальної агресії та впливають на ефективність спілкування й емоційне благополуччя [2].

Гендерний стереотип – це узагальнене, стійке й емоційно насичене уявлення про типові риси характеру та моделі поведінки жінок і чоловіків. Такі уявлення впливають на різні сфери життя людини, зокрема на формування самосвідомості, особливості міжособистісного спілкування та взаємодію між соціальними групами [4, с. 133].

До прикладу, у рекламі часто показують жінок лише у ролі домогосподарок або моделей індустрії краси, а чоловіків – як сильних, успішних і незалежних. У серіалах жінки часто зображені емоційними та романтичними, а чоловіки – рішучими й головними героями дії. У соцмережах багато відео підкреслюють зовнішність дівчат, популяризують стереотип «ідеальної фігури», а хлопців показують як харизматичних лідерів чи експертів. Трендові челенджі та меми теж часто закріплюють ролі дівчат як веселих і миловидних, а хлопців – як сильних чи сміливих. Отже, стереотипи формують наші очікування щодо поведінки, зовнішності та соціальних ролей людей. Вони підказують, якою «повинна» бути жінка чи чоловік, як вони мають виглядати у сім'ї, на роботі чи в суспільстві. Такі очікування часто спричинені вихованням, медіа та соціальними нормами, що обмежує свободу самовираження. Тобто це спрощені «ярлики», що допомагають швидко орієнтуватися у світі, але можуть породжувати хибні уявлення та дискримінацію.

Порівняння себе з медійними образами часто призводить до відчуття невпевненості або незадоволення собою. Соціальні платформи активно формують ідеали зовнішності та поведінки, демонструючи певні стандарти краси, стилю та поведінки. Використання фільтрів, ретуші та «ідеальних» фото

й відео впливає на сприйняття власного тіла, створюючи нереалістичні очікування і підвищуючи психологічний тиск щодо зовнішності.

Хоча соціальні медіа часто створюють нереалістичні стандарти краси та поведінки, вони можуть мати і позитивний вплив на самооцінку та сприйняття себе особистістю. Коли платформи показують різноманітність людей, природні тіла та реалістичні образи, це допомагає усвідомити, що краса і цінність людини не обмежуються певними стандартами. Такий контент сприяє прийняттю себе, формує більш здорові уявлення про зовнішність і соціальні ролі, а також зменшує психологічний тиск і страх невідповідності. Наприклад, акаунти в інстаграмі, які просувають бодіпозитивність, показують людей з різними фігурами, вагою, зростом у повсякденному житті, демонструючи, що краса буває різною. Це надихає на самовираження, підтримує інших людей з різними типами зовнішності та стилю, а також формує толерантне ставлення до власних та чужих особливостей. Отже, завдяки медіа формується більш критичне сприйняття контенту, бо людина навчається розрізняти реальні приклади і відретушовані образи, що допомагає зберігати психологічний комфорт та підтримувати здорову самооцінку навіть у цифровому середовищі.

Щоб зменшити негативний вплив соціальних мереж на емоційний стан, важливо встановлювати здорові межі їх використання. Наприклад, обмежувати час онлайн, підписуватися на позитивний контент та уникати того, що викликає стрес. Також корисно свідомо стежити за своїми емоціями під час перегляду та робити регулярні перерви, особливо перед сном. Усвідомлене використання соцмереж допомагає отримувати від них користь і мінімізувати шкоду [4].

Підсумовуючи, слід зазначити, що гендерні образи в медіапросторі формують очікування щодо поведінки, зовнішності та ролей чоловіків і жінок. Постійне порівняння себе з ідеалізованими образами в соціальних мережах може викликати невпевненість і зниження самооцінки, особливо у підлітків і молоді. Водночас різноманітні та реалістичні образи, підтримка бодіпозитивності та критичне ставлення до контенту сприяють прийняттю себе та зміцненню самооцінки. Усвідомлене користування медіаплатформами й розвиток медіаграмотності допомагають зменшити негативний вплив і підтримувати психологічне благополуччя.

Список використаних джерел:

1. Андреева М. О., Василенко О. М., Дмитренко К. А. Соціальні мережі та їхній вплив на самооцінку особистості. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2021. № 1 (100). С. 14– 23. URL: https://journals.snu.edu.ua/index.php/DOMTP_SNU/article/download/458/451/455 (дата звернення: 19.02.2026).

2. Головська І. Г., Почепцова Д. О. Гендерні особливості самооцінки як детермінанта вербальної агресії. *Габітус*. 2023. Вип. 52. С. 119–124. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2023/52-2023/21.pdf> (дата звернення: 19.02.2026).

3. Доній В. Специфіка комунікативного простору сучасних соціальних медіа. *Міжнародний філологічний часопис. Соціальні комунікації*. 2023. № 14 (3). С. 82-91. URL: <https://philologicalscience.com.ua/web/uploads/pdf/48437-353497-2-PB%2082-91.pdf> (дата звернення: 20.02.2026).

4. Основи вікової та гендерної психології : навчальний посібник / за заг. ред. Т. В. Петровської. Київ, 2021. 198 с. URL: <https://reposit.unisport.edu.ua/server/api/core/bitstreams/31f9228b-564a-44c0-8193-8a33a4d7be60/content> (дата звернення: 22.02.2026).

УДК 37.015.31:316.347:364.4-056.2/.3

Подкупко Тетяна,
доцент кафедри суспільних наук,
кандидат історичних наук, доцент,
Одеський національний медичний університет,
м. Одеса, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3947-9656>

ФОРМУВАННЯ УКРАЇНСЬКОЇ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ЦІННОСТЕЙ У ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ З ІНВАЛІДНІСТЮ ЧЕРЕЗ ЗАЛУЧЕННЯ ДО ТРАДИЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ

У сучасному світі, що характеризується динамічними соціальними трансформаціями, процеси формування національної ідентичності набувають особливої актуальності. Для українського суспільства питання збереження культурної спадщини, національних традицій та духовних цінностей є надзвичайно важливими, особливо в умовах глобалізації та сучасних соціально-політичних викликів. Увагу дослідників привертає проблема формування національної ідентичності у молоді під час соціальних та політичних зрушень та катастроф [1–3].

Особливого значення набуває проблема формування національної ідентичності серед дітей і молоді з інвалідністю, які часто стикаються з додатковими бар'єрами соціальної інтеграції, доступу до культурного життя та можливостей самореалізації. Саме тому важливим завданням сучасності є створення інклюзивного культурно-освітнього середовища, яке сприятиме гармонійному розвитку особистості.

Формування національної ідентичності є складним соціокультурним процесом, який передбачає усвідомлення людиною своєї належності до певної культурної спільноти, прийняття її цінностей, традицій та історичної