

МРНТИ: 15.21.51

10.51889/1728-7847.2023.1.74.004

\*Н.М. Садыкова<sup>1</sup>, Ж.М. Әлдибай<sup>1</sup>, З.Б. Мадалиева<sup>1</sup>, Э.Т. Адилова<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы, Қазақстан  
e-mail: sadikova.nazira@mail.ru

## СТРЕСТИ ЖЕҢУДЕГІ ТҰЛҒАНЫҢ ГЕНДЕРЛІК БІРДЕЙЛІГІНІҢ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІН ЗЕРТТЕУ

### Аңдатпа

Бұл мақалада жалпы стресс ұғымы, стресті жеңудегі тұлғаның гендерлік бірегейлігі сипатталады. Гендерлік бірдейлік туралы идеялар әртүрлі мәдениеттерде айтарлықтай ерекшеленеді, бұл ерекшелікке тұлғадағы мінез-құлқы мен өзара қарым-қатынасы, гендерлік стереотиптер әсер етеді, сондай-ақ психологиялық стресті жеңуде гендерлік бірдейлік ерекшелігін зерттеу психология ғылым саласында өзекті болып табылады.

**Түйін сөздер:** стресс, гендерлік бірегейлік, феминстік тип, маскулиндік тип, андрогендік тип, тұлға, эволюциялық теория, эмоция.

Садыкова\*Н.М.<sup>1</sup>, Әлдибай Ж.М.<sup>1</sup>, Мадалиева З.Б.<sup>1</sup>, Адилова Э.Т.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Казахский национальный университет им. аль-Фараби, Алматы, Казахстан  
e-mail: sadikova.nazira@mail.ru

## ИЗУЧЕНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ ЛИЧНОСТИ В ПРЕОДОЛЕНИИ СТРЕССА

### Аннотация

В данной статье рассмотрено понятие общего стресса, гендерное своеобразие человека в преодолении стресса. Представления о гендерной идентичности существенно различаются в разных культурах, на эту особенность оказывают влияние личностное поведение и отношения, гендерные стереотипы, а изучение особенности гендерной идентичности в преодолении психологического стресса является актуальным в области психологической науки.

**Ключевые слова:** стресс, гендерная идентичность, феминистский тип, маскулинный тип, андрогинный тип, личность, эволюционная теория, эмоция.

\*N.M. Sadykova<sup>1</sup>, Zh.M. Aldibay<sup>1</sup>, Z.B. Madaliev<sup>1</sup>, E.T. Adilova<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan  
e-mail: sadikova.nazira@mail.ru

## STUDY OF THE FEATURES OF GENDER IDENTITY OF THE INDIVIDUAL IN OVERCOMING STRESS

### Abstract

This article describes the concept of general stress, the gender uniqueness of a person in coping with stress. Ideas about gender identity differ significantly in different cultures, this feature is influenced by personality behavior and relationships, gender stereotypes, and the study of the feature of gender identity in overcoming psychological stress is relevant in the field of psychological science.

**Keywords:** stress, gender identity, feminist type, masculine type, androgynous type, personality, evolutionary theory, emotion.

### **Кіріспе**

Гендерлік психология әлеуметтік және гуманитарлық ғылымдар аясында өзін психологиялық білімнің дербес саласы ретінде енді ғана бекіте бастаған мүлдем жаңа ғылыми бағыт. Дәстүрлі түрде «жыныс» ұғымы адамдардың анатомиялық және физиологиялық ерекшеліктеріне сілтеме жасау үшін қолданылады, олардың негізінде адам еркек немесе әйел деп анықталады. Тұлғаның жыныстары (яғни биологиялық ерекшеліктері) әйелдер мен ерлер арасындағы психологиялық және әлеуметтік айырмашылықтар негізгі себебі болып саналды.

Ғылыми зерттеулер ілгерілеген сайын, биологиялық тұрғыдан алғанда, ерлер мен әйелдер арасындағы айырмашылықтардан гөрі ұқсастықтар әлдеқайда көп екендігі белгілі болды. Көптеген зерттеушілер тіпті әйелдер мен ерлер арасындағы жалғыз айқын және мағыналы биологиялық айырмашылық олардың ұрпақты көбейтудегі ролінде деп санайды. Бүгінгі күні еркектердің бойы, салмағының жоғарылауы, бұлшықет массасы мен физикалық күші сияқты «типтік» гендерлік айырмашылықтар өте өзгермелі және әдетте ойлағаннан әлдеқайда аз жыныстық қатынасқа байланысты екені анық. Әйелдер мен ерлердің психологиялық қасиеттерін, мінез-құлық үлгілерін, іс-әрекеттерін, кәсіптерін биологиялық жыныс емес, әлеуметтік-мәдени нормалар түптеп келгенде анықтайды. Қоғамда еркек немесе әйел болу белгілі бір анатомиялық ерекшеліктерге ие болу ғана емес, ол бізге жүктелген белгілі бір гендерлік рөлдерді орындауды сипаттайды.

Гендерлік бірдейлік – тұлғаның еркектік пен әйелдіктің мәдени анықтамаларымен байланысын сезінуі [1]; жынысына қарай белгілі бір әлеуметтік топқа жататындығына байланысты [2]. Кейде гендерлік бірдейлік түсінігі психосексуалдық дамуға және жыныстық қалаулардың қалыптасуына байланысты аспектіні қамтиды.

Алайда, гендерлік бірдейліктің ең жалпы анықтамасы адамның өзін белгілі бір жыныспен сәйкестендіруінің, өзін белгілі бір жыныстың өкілі ретінде қарастырудың, сәйкес формаларды, мінез-құлық стилін меңгеруінің нәтижесі ретінде түсінілетіндігімен байланысты. Гендерлік бірдейлік құрылымына кіруге болатын компоненттердің алуан түрлілігімен екі компонент жиі қайталанады: биологиялық жыныс (еркек және әйел) және мәдениеттің және ішкі психологиялық қасиеттердің құрылымы ретінде маскулиндік/феминисттік [3]. Тұлғаның гендерлік бірдейлігінің басқа да құрамдас бөліктері сияқты әйелдіктің еркектік ерекшеліктерін зерттеудің күрделілігі қазіргі жағдайда бұрыннан қалыптасқан маскулиндік/феминисттік дәстүрлі үлгілерінің көп жағдайда өзгергендігімен сипатталады. Бұл жеке тұлғаның гендерлік сәйкестігі мен стресті жеңу сипаттамалары арасындағы байланыс әлі жеткілікті түрде зерттелмегенімен байланысты зерттеу мәселесін тудырып отыр.

### **Зерттеу әдістері**

Стресті жеңу туралы әдебиеттерде әлі күнге дейін стресті жеңу жолдарындағы белгілі бір гендерлік айырмашылықтардың болуы мәселесі бойынша бірыңғай көзқарас жоқтың қасы. Осылайша, стресстің транзакциялық теориясының авторы Р.С. Лазарус ерлер мен әйелдердің күресу стратегияларында белгіленген айырмашылықтар жоқ деп есептеді [4]. Бірақ мінез-құлықты жеңу мәселесіне арналған көптеген ғылыми еңбектерде қиын өмірлік жағдайда күресу стратегиясын таңдауға жыныстық - рөлдік стереотиптер әсер ететіні атап өтілді. Сонымен, С.К. Нартова-Бочавер әйелдердің (және әйелдік ерлер) проблемаға эмоционалды реакцияға бейім болатынын, ал ерлер (және еркек әйелдер) сыртқы жағдайды реинкарнациялау арқылы «аспаптық» әдістерді таңдайтынын атап өтеді [5]. Ерлердің проблемаға бағытталған күреске бейімділігі де атап өтіледі.

С.А. Хазова жүргізген зерттеуінде әйелдер мен ерлердің өзгермелі жағдайларға бейімделу қабілетін қарастырды. Сонымен қатар, әйелдердің реакция жылдамдығы кеңірек және жағдайға байланысты икемді түрде қолдана отырып, мінез-құлқында бірнеше стратегияларды біріктіре

алатыны анықталды. Қақтығыстар мен күйзеліске ұшыраған ерлер қаттылықты көрсетеді, олардың мінез-құлқы «маманданған» және қысқартылған сипатқа ие.

А.Е. Самара төтенше жағдайлар министрлігінде жұмыс істейтін ерлер мен әйелдердің мінез-құлқындағы бар айырмашылықтар мен ұқсастықтарды қарастырды. Ер адамдарда қиындықтарды жеңу құрылымы негізінен проблемаларды шешуді жоспарлауға, әлеуметтік қолдау іздеуге және стресстік жағдайды қайта бағалауға негізделген, ал әйелдерде бұл мәселені шешуді жоспарлауға, өзін-өзі бақылауға және бағалауға негізделген.

Алайда, ғылыми әдебиеттерде гендерлік айырмашылықтар белгілі бір стресстік жағдайларда, соның ішінде өзін-өзі іске асыру қаупі жағдайларында қалай көрінетіні әлі де жеткілікті түрде анық емес. Сондықтан, зерттеудің мақсаты адамның гендерлік-рөлдік сәйкестендіру және өзін-өзі актуализациялау қаупі жағдайында стресті жеңу сипаттамалары арасындағы байланысты зерттеу, сонымен қатар күресудің гендерлік рөлдерін өлшеу үшін психометриялық құралдарды жасау болды.

### **Нәтижелерді талдау**

Г.Селье бойынша [6], стресс – қоршаған ортаның қолайсыз жағдайларына бейспецификалық қорғаныс реакциясы. Зерттеу контекстінде біз стресспен күресуді түсінудің негізгі тәсілдерін зерттеуіміз керек.

Көптеген зерттеулердің нәтижелері стресті бастан өткеру тұлғаның келесідей қасиеттерімен байланысты екенін көрсетті:

- алаңдаушылық;
- бақылау орны;
- ойлау стилі;
- темперамент;
- селективтілікке әсер ететін оптимизм/пессимизм
- өзін-өзі бағалау;
- айқын екпіндердің болуы;
- қақтығысқа бейімділік;
- агрессивтіліктің жоғарылауы;
- жеке тұлғаның ұстанымдары мен құндылықтары;
- эго қорғаныс механизмдері және т.б.

Стресспен күресуді түсінуге қазіргі заманғы көзқарастар өзара байланысты төрт тұжырымдаманың негізінде қалыптасты: 1) мінез-құлық бейімделуінің эволюциялық теориясы; 2) психоаналитикалық көзқарас және тұлғалық даму теориясы 3) адам дамуының өмірлік циклінің теориясы; 4) өмірлік дағдарыстар кезіндегі мінез-құлықты зерттеу.

1. Дарвиннің эволюциялық теориясының пәні – қоршаған ортаға бейімделу процесі – тірі ағзалардың дамуындағы өзгергіштік, тұқымқуалаушылық және табиғи сұрыпталу ұғымдарын қамтиды.

Адамдар қоршаған әлемге жалғыз бейімделе алмайды, олар өзара тәуелді және өмір сүру үшін күштерін біріктіруі керек деп болжанады. Әлеуметтік бейімделу топтың өмір сүруіне ықпал ететін және адам қауымдастығының дамуына ықпал ететін жеке спецификалық күресу стратегияларының туындысы ретінде қарастырылады. Бұл тәсіл жеке және түрлердің өмір сүруіне ықпал ететін мінез-құлық шешімдерін қабылдау стратегияларын анықтауға әкелді.

2. З.Фрейдтің психоаналитикалық көзқарастары бір жағынан интрапсихикалық және когнитивтік, екінші жағынан мінез-құлық факторларына қарсы тұруға негіз болды. З.Фрейд соңғы фактордың әрекетін жыныстық және агрессивті инстинкттерді қанағаттандыру арқылы шиеленісті азайту қажеттілігімен байланыстырды. Ол жеке импульстар мен сыртқы шындықтың шектеулері арасындағы қайшылықты шешудің өзіндік процестері бар деп есептеді. Мінез-құлық компоненттерін қамтуы мүмкін когнитивті механизмдер бола отырып, олар екі негізгі функцияны орындайды: қорғаныш және эмоционалдық, жыныстық және агрессивті импульстарды жанама түрде білдіру арқылы шындықтың шамадан тыс қысымын шектейді, олардың шынайы мазмұны туралы хабардар болуды айналып өтеді [7].

3. Э.Эриксон адам дамуының өмірлік циклінің теориясын жасады (эго-теория), онда ол өмірдің сегіз кезеңін сипаттады, олардың әрқайсысы «дағдарыспен» басқарылады. Дағдарысты жеңу тұлғаның келесі даму кезеңін сәтті жеңуі үшін қажет. Жастық шақта толықтырылған жеке жеңу ресурстары мен-концепциясына біріктіріліп, ересек және кәрілік кезіндегі жеңу процестеріне еліктейді [8].

4. Өмірлік дағдарыстар мен өзгерістерге бейімделу процесін тереңдетіп зерттеу адамның жеңу мүмкіндіктеріне қызығушылықтың жаңа толқынын тудырды. Сонымен, зерттеулердің бірінде концлагерьлердің жан түршігерлік жағдайларының өзінде көптеген адамдар өз тағдырларын басқара алатыны көрсетілген: кейбір әскери тұтқындар оларды тұтқынға алғандарға қарсы тұрды, астыртын байланыс желісін дамытты, өздерінің моральдық принциптерін сақтауға тырысты [9].

Қазіргі ғылыми әдебиеттерде «стресс» термині кем дегенде үш мағынада қолданылады.

Біріншіден, стресс түсінігін кез келген сыртқы ынталандырулар немесе адамда шиеленіс тудыратын оқиғалар (стресс факторлары) ретінде анықтауға болады.

Екіншіден, стресс субъективті реакцияға сілтеме жасай алады және бұл мағынада ол шиеленіс пен қозудың ішкі психикалық күйін көрсетеді.

Үшіншіден, стресс дененің зиянды ынталандыруға физикалық реакциясы болуы мүмкін. Сыртқы әсерлердің сипатына қарай физиологиялық және психологиялық күйзелістерді ажыратады.

Стресстік жағдайлардан шығуға ықпал ететін ойлау және мінез-құлық тәсілін зерттеу стресспен күресудің мінез-құлқын зерттеуге бағытталған жаңа тенденцияның дамуына серпін берді. «Копинг» термині ағылшын тілінен шыққан. «соре» - жеңу, күресу деген мағынаны білдіреді.

Р.С. Лазарус оны келесідей анықтайды: "Копинг – бұл жеке адамның ресурстарын ауырлататын немесе одан да көп деп бағаланатын белгілі бір сыртқы немесе ішкі талаптарды (және олардың арасындағы қақтығыстарды) басқаруға арналған танымдық және мінез-құлық әрекеттері".

Сандра Бем зерттеу монографиясында ерлер мен әйелдердің мінез-құлықтарындағы айырмашылықтар, олардың әлеуметтік ұстанымдары биологиялық, яғни жыныстық айырмашылықтардың салдары деп санайды. Өмірлік цикл (онтогенез) процесінде жыныс пен жыныстың өзара әрекеттесуін талдайды. Негізгі идея биологиялық емес, әлеуметтік өзгеруге бейім екенін түсіну болды. Гендерлік тәсілдердің қолданбалы стереотиптерін анықтайды: "ерлер мен әйелдердің әлеуметтенуін гендерлік ұйғарымдар мен стереотиптерді емес, мүдделер мен қабілеттерді іске асыру жағына өзгерту. Бұл ер адамдарға, мысалы, денсаулығына көбірек қамқорлық жасауға, қауіпті әрекеттерді жасауға және ақыр соңында олардың өмір сүру ұзақтығын арттыруға көмектеседі. Әйелдерге келетін болсақ, олар өздерінің экономикалық әл-ауқатын бай серіктестер арқылы емес, өздерін жеке тұлға ретінде құру қажеттілігін тікелей сипаттайды" [10].

Линзаның теориясы бастапқы және табиғи және өзгермейтін жыныстық сипаттамаларға ие болатын орындар мен кәсіптер жоқ екенін түсіндіреді. Бұл «еркек» немесе «әйел» маркерлері ата-аналардың көпшілігі балаларға жыныстың не екенін түсіндіріп бере алмаса да, балалық шағынан балалардың санасына жазылған патриархат мәдениетінің уақытша және өтпелі талаптарына сай қарастырылады. Олар сондай-ақ жыныстық қатынас критерийлерін атауды қиындатады. Бұл ең жұмбақ және тыйым салынған тақырып болып табылады. Бір қызығы, гендерлік айырмашылықтар кейбір балалар мен тіпті жасөспірімдер үшін жұмбақ болып қала береді. С.Бем бұл мәселені шешудің екі стратегиясын ұсынады. Біріншісі – балаларға жыныстар арасындағы айырмашылықты үйрету. Екінші стратегия – балаларға анықтамалық топтан, жарнамадан, фильмнен немесе комикстерден алынған мәдени хабарламаларды түсіндіре және дешифрлай алатын балама немесе «деструктивті» схеманы беру. Алдымен, ата-аналар балаларына жыныстың әлеуметтік өкілдіктеріне назар аудару арқылы жыныстар арасындағы айырмашылық туралы білім беруі керек. Ол үшін олар дәстүрлі емес гендерлік рөлдерді көрсетуі керек. Әкем түскі ас әзірлей алады, балаларды жуындыра алады, ал анам көлік жүргізіп, ғылымда алға жылжи алады. Ата-аналар баланы жынысына сілтеме жасай отырып тәртіпке салудан

аулақ болу керек: «Сен ұлсың, қыз сияқты жыламайсың! Барып, күрес!» немесе «Сен қызсың, сен ұқыпты және тілалғыш болуың керек!». Бұл рецепттер кейінгі өмірге ең күшті әсерді белгілейді және ата-ананың көзқарасы мен жеке тұлғаның субъективті қалауы арасында психологиялық күйзеліс тудырады. Аталған стереотиптер стресті жеңуде айтарлықтай рөл ойнайды.

Осылайша, Сандра Бемнің "гендер линзалары" теориясы адамның психологиялық көзқарастарымен байланысты стресстің гендерлік сипаттамаларының мәдени-тарихи компонентін білдіреді.

Гендерлік психологияның бөлінуіне негізделген гендерлік айырмашылықтарды кейінгі зерттеулер үш түрді анықтады:

- 1) мускулиндік түрі - әдетте батыл тұлғалық қасиеттер;
- 2) феминистік тип - әдетте әйелдік жеке қасиеттер;
- 3) андрогендік тип - бұл әйел мен ер адамның аралас белгілері.

Ерлер мен әйелдер арасындағы айтарлықтай психологиялық айырмашылықтардың болуы өз алдына ешқандай күмән тудырмайды. Алайда, бұл мәселе бойынша эмпирикалық деректер, көптеген зерттеулерге қарамастан, жеткіліксіз және жиі қарама-қайшы.

### Қорытынды

Сондықтан биохимия мен ми құрылымындағы жыныстық айырмашылықтар ерлер мен әйелдердің қоршаған ортаға қалай әрекет ететініне немесе стресстік оқиғаларды еске түсіретініне әсер етеді. Голдштейн ерлердің бадамша бездері әйелдерге қарағанда үлкенірек екенін анықтады. Оның болжамы бойынша, бұл анатомиялық ерекшеліктер ерлер мен әйелдердегі стресске реакциялардың тең емес сипатын анықтайды. Бұл болжамды тексеру үшін Германияның Магдебург қаласындағы Отто фон Герик университетінің қызметкері Катарина Браун жаңа туған дегу балаларын аналарынан бөліп алды. Табиғатта көптеген колонияларда өмір сүретін және егеуқұйрықтарға ұқсайтын бұл кішкентай оңтүстік американдық кеміргіштер үшін тіпті туыстарынан қысқа мерзімді оқшаулану стресске айналуы мүмкін. Содан кейін ғалымдар жас жануарлардың миының әртүрлі аймақтарындағы серотонин рецепторларының концентрациясын өлшеген. Серотонин - жануарлар мен адамдардың эмоционалды мінез-құлқында маңызды рөл атқаратын нейротрансмиттер. (Мысалы, Прозактың емдік әсері оның серотонин белсенділігін арттыру қабілетіне негізделген.)

Стресстік оқиғаларды қабылдаудың және еске түсірудің нейрофизиологиялық механизмдерін зерттей отырып, Ларри Кэхилл ерлер мен әйелдердегі қызықты оқиғалардың есте сақтау іздерін қалыптастыру процестеріндегі айырмашылықтарды анықтады (белгілі болғандай, жануарларда бұл процестер амигдаланың белсендірілуімен байланысты). Алғашқы эксперименттердің бірінде еріктілерге зорлық-зомбылық көріністері бар фильмдер сериясы көрсетіліп, ПЭТ көмегімен олардың миының белсенділігі бағаланды. Мазмұны тақырыптары еске түсіре алатын фильмдер саны оларды көру кезінде амигдала белсенділігінің деңгейіне сәйкес келетіні анықталды. Әйелдердегі қызықты оқиғалар үшін есте сақтауды қалыптастыру процестеріндегі айырмашылықтар ерлерге қарағанда айқынырақ екені расталды.

### References

1. Voronina O.A. *Feminizm i gendernoe ravenstvo* / Voronina O.A. – М.: URSS, 2004. – 319 p.
2. Radina N.V. *Vazrastnye I sosiokulturnye aspekty gendernoi sotsializatsii podrostkov* / N.V. Radina, E.Tereshenkova// *Voprosy psixologii*. – 2006. – № 5. – P. 49–59.
3. Rymarev N. *Lichnostnye osobennosti podrostkov s raslichnoi gendernoi identichnostiu* / Rymarev N.: *avtoref. dis.: 19.00.01 – obshchaia psixologia, psixologia lichnosti, istoria psixologii*. – Krasnodor: KGU, 2006. – 22 p.
4. Lazarus R.S. *From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks* / R.S. Lazarus. // *Annu Rev Psychol*. – 2013. – № 44. – P. 1–21.
5. Nartova – Bochaver C.K. «Coping Behavior» v sisteme poniatii psixologii lichnosti / Nartova – Bochaver C.K.. // *Psixologicheskii shurnal*. – 2017. – T. 18. – № 5. – P. 20-30.

6. Sele G. *Stress bes distressa*. - М.: Progress, 2012
7. Freid Z. *Vvedenie v psixoanализ: Lekcii*. – М.: "Наука", 2019.
8. Syzdykova S.M. *Kazakstandagy genderlik saiasat zhane adam erkindigine ykpalu*// *Saiasat*,2009, №3. – 85-87 p.
9. Berdibaeva Sveta Kydyrbekkyzy «*STRESS - MENEDZHMENT: STRESSTI BASKARU TEORIASY ZHANE PRAKTIKASY*» atty xalykaralyk gylimi – praktikaluk konferensianyn materialdary. – Almaty: Kazak universiteti, 2019. – 239 p.
10. Bem S.L. *Linzy tendera. Transformasia vsigliadov na problemy neravenstva polov* / Bem S.L. – М.: "ROSSPEN", 2004. – 336 p.