

ВПЛИВ СТАТЕВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ НА ПСИХОСОМАТИЧНИЙ СТАН ЖІНОК

Бабіна І. С.

студентка 1 курсу ОР магістр
спеціальність 053 «Психологія» ФПСР

Керівник: Кременчуцька М. К.

к. психол. н., професор кафедри диференціальної та
спеціальної психології, ФПСР

Гендерна ідентичність – це глибоке відчуття людини як чоловіка, жінки, ні того, ні іншого, або обох. Вона формується протягом життя під впливом біологічних, психологічних і соціальних факторів.

Вплив гендерної ідентичності на психосоматичний стан жінки може бути як прямим, так і непрямим: прямий вплив (гормональні характеристики: рівень гормонів може впливати на настрій, емоційність, рівень енергії та інші психосоматичні показники; характеристики репродуктивної системи: менструальний цикл, вагітність, пологи і менопауза можуть супроводжуватися різними психосоматичними симптомами); непрямий вплив (соціальні очікування: жінки відчувають тиск з боку суспільства щодо того, ким вони повинні бути (наприклад, бути хорошими матерями, дружинами, домогосподарками); це може призвести до стресу, тривоги, депресії та інших психосоматичних проблем; гендерна дискримінація: жінки можуть стикатися з гендерною дискримінацією на роботі, вдома, в політиці та в інших сферах життя: це може призвести до почуття гніву, образи, безпорадності та інших психосоматичних проблем) [1].

Існує багато дослідників, які вивчали вплив статевої ідентичності на психосоматичний стан жінок. Ось декілька з них: доктор Лорен Вайсман, яка вивчала зв'язок між

гендерною ідентичністю та розладами харчової поведінки; доктор Арн Фредрікссон, який вивчав зв'язок між гендерною ідентичністю та депресією і тривогою; доктор Сара Стівенсон, яка вивчала зв'язок між гендерною ідентичністю та посттравматичним стресовим розладом [5].

Мета та роль – це дослідження впливу гендерної ідентичності на психосоматичний стан жінки. Гендерна ідентичність може відігравати певну роль у розвитку таких психосоматичних проблем, як: депресія та тривога (жінки, які не ідентифікують свою біологічну стать, мають більше шансів на розвиток депресії та тривоги); розлади харчової поведінки (жінки, які не відповідають традиційним гендерним нормам, більш схильні до розвитку харчових розладів); посттравматичний стресовий розлад (жінки, які зазнали сексуального насильства, частіше хворіють на ПТСР); післяпологова депресія (це серйозний психосоматичний розлад, який може виникнути у жінки після пологів) [3].

Важливо розуміти, що зв'язок між гендерною ідентичністю та психосоматичним здоров'ям складний і багатоступінчастий. Не всі жінки, які не ідентифікують свою біологічну стать або не відповідають традиційним гендерним нормам, матимуть психосоматичні проблеми. Трансгендерні жінки, які живуть вірно своїй гендерній ідентичності, мають краще психосоматичне здоров'я, ніж ті, хто цього не робить. Жінки, які страждають на гендерну дисфору, мають підвищений ризик розвитку психосоматичних захворювань, таких як серцево-судинні захворювання, аутоімунні захворювання та хронічні больові синдроми [2, 4].

До основних факторів, що впливають на гендерну ідентичність у психосоматичному стані жінки, відносяться дві основні проблеми. Жінки, які не ідентифікують себе зі своєю біологічною статтю або які не відповідають

традиційним гендерним нормам, можуть не мати доступу до необхідної підтримки з боку родини, друзів або медичних працівників і можуть піддаватися дискримінації та стигматизації. Це може призвести до почуття ізоляції, сорому, безпорадності та самотності, що може мати негативний вплив на психосоматичне здоров'я.

Слід зазначити, що вплив гендерної ідентичності на психосоматичний стан жінки є індивідуальним. Жінки з різною гендерною ідентичністю можуть по-різному реагувати на ті самі фактори. Також важливо створити належні умови для того, щоб жінки могли розкрити свій потенціал і жити щасливим життям. Жінки, які не ідентифікують себе зі своєю статтю, не є ні «хворими», ні «поганими». Їм просто потрібна підтримка та допомога, щоб жити щасливим і повноцінним життям.

Література

1. Короход Я. Д., Тат'янчиков А. О., Самара О. Є. Особливості гендерної ідентичності жінок. // Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. Том 34 (73). № 1, 2023. С. 11-15.
2. Нікуліна А. О. Невидимі: Як живеться трансгендерним людям в Україні, 2019.
3. Chernyavska T., Yermakova A., Kokorina Y., Kolot S., & Kremenchutska M. Sexual Satisfaction as a Factor of Psychological Well-Being. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience. 2022. 13(1). P. 292-307. doi.org/10.18662/brain/13.1/285.
4. Kirstin A. Schalet M. D. The Mental Health of Transgender Women: A Review of the Literature, 2016.
5. The American Medical Association. Gender Identity and Health: A Primer for Clinicians, 2020.