

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО

Факультет фізичної культури, спорту та психології

Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

на тему: «ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НЕГЕТЕРОСЕСУАЛЬНОЇ
ІДЕНТИЧНОСТІ»

Виконав здобувач вищої освіти
групи пс241м
спеціальності 053 Психологія
ОП Психологія. Практична психологія
Галас Ростислав Васильович

Науковий керівник: канд. психол. наук,
доцент Остополець Ірина Юріївна

Рецензент: канд. психол. наук, доцент
Світлична Наталія Олександрівна

АНОТАЦІЯ

Галас Ростислав Васильович

Психологічні особливості негетеросексуальної ідентичності

Магістерська кваліфікаційна робота присвячена дослідженню психологічних та соціокультурних чинників формування негетеросексуальної ідентичності в умовах сучасного українського суспільства. У роботі здійснено системний аналіз наукових підходів до розуміння сексуальності, сексуальної орієнтації та ідентичності у межах біопсихосоціальної та гуманістичної парадигм.

Розкрито поняття негетеросексуальної ідентичності як інтегрованої складової особистості, що формується у процесі самопізнання, самоприйняття та соціальної взаємодії. Проаналізовано основні форми негетеросексуальної ідентичності, а також взаємозв'язок понять «стать», «гендер» і «сексуальність». Особливу увагу приділено соціально-психологічним проблемам, з якими стикаються негетеросексуальні особи, зокрема феноменам гомофобії, дискримінації, соціальної стигматизації та камінг-ауту.

Емпіричне дослідження спрямоване на виявлення рівня толерантності та соціальної дистанції в українському суспільстві щодо негетеросексуальних осіб. У роботі використано стандартизовані психодіагностичні методики: Шкала ставлення до гомосексуальних чоловіків і жінок (ATLG), Шкала соціальної дистанції Богардуса (SDS), Шкала сучасної гомонегативності (MHS) та демографічне опитування. Результати дослідження засвідчили наявність амбівалентного ставлення до ЛГБТ-осіб, яке поєднує декларативну толерантність із прихованими упередженнями та збереженням соціальної дистанції.

Практичним результатом роботи є розробка психологічної програми підтримки формування толерантності, спрямованої на зниження рівня гомонегативних установок, розвиток емпатії та створення психологічно безпечного соціального середовища.

Ключові слова: негетеросексуальна ідентичність, сексуальність, сексуальна орієнтація, ЛГБТ, толерантність, гомофобія, соціальна дистанція, камінг-аут, психологічна підтримка.

ABSTRACT

Halas Rostyslav

Psychological features of non-heterosexual identity

The master's qualification thesis is devoted to the study of psychological and sociocultural factors of non-heterosexual identity formation in contemporary Ukrainian society. The research provides a systematic analysis of theoretical approaches to sexuality, sexual orientation, and identity within the biopsychosocial and humanistic paradigms.

Non-heterosexual identity is conceptualized as an integrated component of personality that develops through self-awareness, self-acceptance, and social interaction. The study analyzes the main forms of non-heterosexual identity and examines the relationship between sex, gender, and sexuality. Special attention is paid to social and psychological challenges faced by non-heterosexual individuals, including homophobia, discrimination, social stigmatization, and the coming-out process.

The empirical part of the research aims to assess the level of tolerance and social distance toward non-heterosexual individuals in Ukrainian society. Standardized psychodiagnostic instruments were used, including the Attitudes Toward Lesbians and Gay Men (ATLG), Social Distance Scale (SDS), Modern Homonegativity Scale (MHS), and a demographic survey. The findings reveal an ambivalent social attitude characterized by declarative tolerance alongside latent prejudice and persistent social distancing.

The practical outcome of the research is the development of a psychological support tolerance-building program aimed at reducing homonegative attitudes, fostering empathy, and promoting a psychologically safe social environment.

Keywords: non-heterosexual identity, sexuality, sexual orientation, LGBT, tolerance, homophobia, social distance, coming out, psychological support.

РЕФЕРАТ

до кваліфікаційної роботи на тему

«Психологічні особливості негетеросексуальної ідентичності»

здобувача вищої освіти спеціальності 053 Психологія

Галаса Ростислава Васильовича

Науковий керівник: канд. психол. наук, доцент Остополець Ірина Юріївна

Сексуальна ідентичність є однією з ключових складових структури особистості та відіграє важливу роль у процесах самопізнання, самоприйняття й соціальної адаптації. У сучасній психологічній науці негетеросексуальна ідентичність розглядається не як відхилення або патологія, а як нормативний варіант психосексуального розвитку, що формується внаслідок взаємодії біологічних, психологічних і соціокультурних чинників. Водночас у суспільстві зберігаються гетеронормативні установки, соціальні стереотипи та дискримінаційні практики, які негативно впливають на психологічне благополуччя негетеросексуальних осіб.

Актуальність дослідження зумовлена суперечністю між сучасними науковими уявленнями про сексуальну різноманітність та реальним рівнем толерантності українського суспільства. Недостатній рівень прийняття, наявність прихованої гомонегативності й соціальної дистанції створюють психологічно несприятливе середовище для формування та інтеграції негетеросексуальної ідентичності, що визначає необхідність комплексного психологічного аналізу даної проблематики.

Об'єктом дослідження є сексуальна ідентичність у контексті соціальної взаємодії.

Предметом дослідження є психологічні та соціокультурні чинники становлення негетеросексуальної ідентичності та особливості суспільного ставлення до негетеросексуальних осіб.

Метою кваліфікаційної магістерської роботи є теоретичне обґрунтування психологічних особливостей негетеросексуальної ідентичності, емпіричне дослідження рівня толерантності та соціальної дистанції українського суспільства щодо негетеросексуальних осіб, а також розробка психологічної програми підтримки та формування толерантного соціального середовища.

Теоретичну основу роботи становлять праці вітчизняних і зарубіжних дослідників у галузі психології сексуальності, гендерної психології та соціальної психології (Н. Клименко, Ю. Комарова, І. Кочарян, М. Москаленко, О. Говорун, С. Савченко, Дж. Даймонд, Л. Даймонд та ін.). Аналіз наукових джерел засвідчив еволюцію підходів до розуміння негетеросексуальності — від патологізуючих концепцій до біопсихосоціальних і гуманістичних моделей, які визнають сексуальну різноманітність як прояв норми.

У роботі негетеросексуальна ідентичність розглядається як інтегрована частина особистості, що включає усвідомлення власної сексуальної орієнтації, самоприйняття та переживання соціальної взаємодії. Проаналізовано взаємозв'язок понять «стать», «гендер» і «сексуальність», а також основні форми негетеросексуальної ідентичності. Особливу увагу приділено соціально-психологічним проблемам, зокрема гомофобії, дискримінації, внутрішній гомофобії та феномену камінг-ауту.

Для аналізу рівня толерантності та соціальної дистанції щодо негетеросексуальних осіб було проведено емпіричне дослідження із застосуванням стандартизованого психодіагностичного інструментарію. Використано такі методи:

- **Шкала ставлення до гомосексуальних чоловіків і жінок (ATLG)** — для оцінки установок щодо лесбійок і геїв;
- **Шкала соціальної дистанції Богардуса (SDS)** — для визначення ступеня соціальної дистанції;
- **Шкала сучасної гомонегативності (MHS)** — для виявлення латентних гомонегативних переконань;

- демографічне опитування, спостереження та якісний аналіз відповідей.

Отримані дані були оброблені за допомогою кількісного та порівняльного аналізу з подальшою психологічною інтерпретацією результатів.

Результати емпіричного дослідження свідчать про те, що ставлення до негетеросексуальних осіб у сучасному українському суспільстві має **помірно негативний характер**. Показники за шкалами ATLG та MHS виявили наявність гомонегативних установок, які не мають відкрито ворожого або агресивного характеру, проте проявляються у формі латентного неприйняття.

Аналіз результатів за шкалою соціальної дистанції (SDS) показав, що респонденти загалом демонструють готовність до формальної взаємодії з негетеросексуальними особами, однак виявляють небажання до встановлення близьких міжособистісних стосунків, зокрема у сферах дружби, сімейних відносин та спільного проживання. Це свідчить про збереження соціальної дистанції як ключового прояву помірної гомонегативності.

Таким чином, у структурі ставлення до ЛГБТ-осіб переважає декларативна нейтральність, яка поєднується з прихованими упередженнями, зумовленими соціальними стереотипами та гетеронормативними нормами. Подібні установки створюють психологічно несприятливе середовище для повноцінної соціальної інтеграції негетеросексуальних осіб.

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів, соціальних працівників, освітніх закладів і громадських організацій. На основі результатів дослідження розроблено психологічну програму підтримки та формування толерантності, спрямовану на зниження латентної гомонегативності, розвиток емпатії та формування навичок прийняття сексуальної різноманітності.

Результати роботи мають потенціал для впровадження у програми психологічного консультування, профілактики дискримінації та психосоціальної підтримки. Перспективи подальших досліджень полягають у розширенні вибірки, аналізі вікових і гендерних відмінностей у ставленні до

негетеросексуальних осіб, а також у подальшій адаптації психологічних програм підтримки для різних соціальних груп і регіонів України.

Кваліфікаційна магістерська робота складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

У вступі обґрунтовано актуальність теми дослідження, визначено об'єкт, предмет, мету та завдання роботи, окреслено методологічну основу й практичну значущість дослідження.

Перший розділ присвячено теоретичному аналізу проблеми сексуальності та негетеросексуальної ідентичності в психологічній науці. Розглянуто основні підходи до розуміння сексуальної ідентичності, її структури та форм, а також співвідношення понять «стать», «гендер» і «сексуальність».

У другому розділі проаналізовано психологічні та соціокультурні чинники формування негетеросексуальної ідентичності, історичні аспекти ставлення до негетеросексуальності, а також соціально-психологічні проблеми, з якими стикаються негетеросексуальні особи в умовах сучасного суспільства.

Третій розділ містить опис організації та методів емпіричного дослідження, характеристику вибірки, обґрунтування використаного психодіагностичного інструментарію та аналіз отриманих результатів, спрямованих на виявлення рівня толерантності й соціальної дистанції щодо негетеросексуальних осіб.

У четвертому розділі представлено розроблену психологічну програму підтримки та формування толерантності, визначено напрями її практичного застосування та можливості впровадження в діяльність психологів і соціальних інституцій.

У висновках узагальнено результати теоретичного й емпіричного дослідження, сформульовано основні наукові та практичні висновки, а також окреслено перспективи подальших досліджень.

Загальний обсяг роботи становить 112 сторінок, список використаних джерел налічує 125 найменувань, додатки містять допоміжні матеріали до дослідження.

ЗМІСТ

| | |
|--|-----------|
| ВСТУП | 3 |
| Розділ 1. Теоретичні основи вивчення негетеросексуальної поведінки | 6 |
| 1.1. Поняття та визначення сексуальності та негетеросексуальної ідентичності | 6 |
| 1.2. Визначення основних форм негетеросексуальної ідентичності | 13 |
| 1.3. Стать, гендер і сексуальність | 25 |
| Розділ 2. Аналіз психологічних і соціокультурних чинників негетеросексуальної поведінки | 30 |
| 2.1. Історичні аспекти ставлення до негетеросексуальної поведінки | 30 |
| 2.2. Психологічні теорії та причини формування негетеросексуальної поведінки..... | 37 |
| 2.3. Соціально-психологічні проблеми: гомофобія, дискримінація, камінг-аут..... | 46 |
| Розділ 3. Емпіричне дослідження щодо виявлення рівня толерантності українського суспільства до негетеросексуальних осіб | 55 |
| 3.1. Загальні питання організації та проведення дослідження | 55 |
| 3.2. Аналіз фактичних даних дослідження | 56 |
| Розділ 4. Психологічна програма підтримки та формування толерантності | 73 |
| 4.1. Обґрунтування психологічної програми підтримки та формування толерантності..... | 73 |
| 4.2. Зміст програми психологічної підтримки та формування толерантності..... | 75 |
| ВИСНОВКИ | 87 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ | 90 |
| ДОДАТКИ | 97 |

ВСТУП

Сексуальність є однією з найважливіших складових людської індивідуальності та міжособистісної взаємодії. Вона охоплює біологічні передумови, психологічні процеси, соціальні ролі та культурні норми, через які людина пізнає себе та інших. У сучасному світі питання сексуальної орієнтації й сексуальної ідентичності привертають дедалі більше уваги не лише науковців, а й суспільства загалом. Особливе місце у цьому контексті посідає негетеросексуальна особистість — людина, чия сексуальна поведінка або ідентичність не відповідає домінантній гетеронормативній моделі.

Сучасні психологічні та соціальні науки вважають негетеросексуальні орієнтації природними варіантами людської сексуальності. Визнання Американською психіатричною асоціацією та Всесвітньою організацією охорони здоров'я того, що негетеросексуальність не є патологією, стало основою для формування нових підходів до її вивчення — гуманістичних, соціокультурних та інтегративних. У цих підходах головна увага зосереджується не на «поясненні відхилення», а на аналізі індивідуального розвитку, соціальної адаптації, ідентичності та міжособистісних відносин.

Водночас у багатьох суспільствах, включно з українським, ставлення до негетеросексуальних осіб залишається неоднозначним. Історичний досвід, культурні традиції, релігійні уявлення та соціальні страхи часто формують негативне ставлення, яке проявляється у соціальній ізоляції, стигматизації та дискримінації. Це суттєво впливає на психологічне благополуччя негетеросексуальних людей, процеси формування їхньої ідентичності та якість міжособистісних стосунків.

У зв'язку з цим вивчення негетеросексуальної ідентичності повинно поєднувати два аспекти:

1. аналіз внутрішніх психологічних механізмів сексуальної ідентичності;

2. вивчення соціального контексту, в якому відбувається становлення особистості.

Саме тому емпірична частина роботи спрямована на дослідження ставлення українського суспільства до негетеросексуальних осіб, адже саме цей зовнішній чинник суттєво впливає на самоприйняття, соціальну адаптацію та психологічну безпеку ЛГБТ-людей.

Актуальність теми визначається кількома чинниками: зростанням видимості ЛГБТ-спільноти в українському суспільстві;

- необхідністю наукового аналізу психологічних і соціокультурних чинників негетеросексуальної поведінки;
- високою поширеністю негативних стереотипів;
- важливістю формування суспільної толерантності як умови психологічного благополуччя негетеросексуальних осіб;
- потребою у розробці психологічних програм, спрямованих на подолання упереджень.

Наша робота спрямована на комплексне вивчення психологічних, соціальних та культурних аспектів негетеросексуальної ідентичності, а також на емпіричне дослідження ставлення суспільства до ЛГБТ-людей та створення програми психологічної підтримки.

Об'єкт дослідження — сексуальна ідентичність у контексті соціальної взаємодії.

Предмет дослідження — психологічні та соціокультурні чинники становлення негетеросексуальної ідентичності та особливості суспільного ставлення до ЛГБТ-осіб.

Мета дослідження — теоретично обґрунтувати психологічні особливості негетеросексуальної особистості та емпірично дослідити ставлення українського суспільства до негетеросексуальних осіб, а також розробити програму психологічної підтримки.

Завдання дослідження

1. Проаналізувати теоретичні підходи до визначення негетеросексуальної ідентичності.
2. Охарактеризувати форми негетеросексуальної ідентичності та їхню психологічну специфіку.
3. Проаналізувати взаємозв'язок статі, гендеру й сексуальності у формуванні поведінкових моделей.
4. Дослідити психологічні та соціокультурні чинники, що впливають на ставлення до негетеросексуальних осіб.
5. Провести емпіричне дослідження рівня толерантності та соціальної дистанції щодо ЛГБТ-осіб за допомогою стандартизованих методик.
6. Розробити психологічну програму підтримки та підвищення толерантності.

Структура роботи

Кваліфікаційна магістерська робота складається зі вступу, **чотирьох розділів**, висновків, списку використаних джерел та додатків.

У першому розділі розкрито теоретичні основи вивчення негетеросексуальної ідентичності.

У другому — проаналізовано психологічні та соціокультурні чинники негетеросексуальної поведінки.

У третьому — проведено емпіричне дослідження ставлення суспільства до ЛГБТ-осіб.

У четвертому — розроблено психологічну програму підтримки та підвищення толерантності.

Розділ 1. Теоретичні основи вивчення негетеросексуальної поведінки

1.1. Поняття та визначення сексуальності та негетеросексуальної ідентичності

Сексуальна поведінка є складним багаторівневим феноменом, який інтегрує біологічні, психологічні та соціокультурні аспекти існування людини. Її формування відбувається у взаємодії природних потягів, індивідуального досвіду, культурних традицій, моральних норм і суспільних очікувань [1, с. 45]. У психологічній науці поняття сексуальної поведінки охоплює не лише фізичні акти, спрямовані на реалізацію сексуального потягу, але й усю систему уявлень, почуттів і способів самовираження особистості у сфері інтимних взаємин [4, с. 14].

Сучасна психологія виходить із того, що сексуальність є невід'ємною складовою людської особистості, яка розвивається протягом усього життя. Відповідно до визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я, сексуальність включає «біологічні, емоційні, соціальні і духовні аспекти людини, які формують її здатність до любові, близькості та відтворення» [3, с. 45]. Таким чином, сексуальна поведінка розглядається не як окремий вид активності, а як форма комунікації та самовираження, що має глибоке психологічне значення.

Одним із центральних понять сучасної психології сексуальності є **сексуальна орієнтація**. У більшості наукових підходів вона визначається як «стійка система емоційних, романтичних та сексуальних потягів людини до осіб певної або кількох статей» [4, с. 45]. Американська психологічна асоціація у своїх рекомендаціях (APA, 2015) підкреслює, що сексуальна орієнтація є багатовимірним конструктом, який включає три взаємопов'язані компоненти: потяг, поведінку та ідентичність [45, с. 15]. Потяг відображає внутрішнє переживання сексуального інтересу, поведінка — зовнішній прояв цього

інтересу у взаєминах, а ідентичність — усвідомлене самовизначення особистості у сфері сексуальності [1, с. 33].

Таким чином, сексуальна поведінка не завжди повністю збігається з орієнтацією або ідентичністю. Людина може мати гомосексуальні переживання чи досвід, але при цьому не ідентифікувати себе як гомосексуальну. У дослідженні Кінсі ще в середині ХХ століття було показано, що сексуальність має континуальний характер, а не поділяється на суворо визначені категорії [91, с. 450].. На цій основі сформовано шкалу Кінсі (Kinsey Scale), що описує сексуальну орієнтацію від «виключно гетеросексуальної» до «виключно гомосексуальної» з проміжними формами бісексуальності. Цей підхід залишається актуальним і сьогодні, адже демонструє, що сексуальна поведінка та орієнтація є змінними і можуть варіювати залежно від життєвих обставин і соціального контексту [92, с. 339].

Поняття **негетеросексуальної ідентичності** охоплює всі форми сексуальної активності, потягів чи емоційних зв'язків, які виходять за межі гетеронормативної моделі стосунків між чоловіком і жінкою [9, с. 45]. У науковому розумінні воно використовується як нейтральна дескриптивна категорія, що дозволяє уникнути оцінних суджень і термінів із негативним відтінком («девіантна», «аномальна» тощо), характерних для ранніх підходів ХХ століття [9, с. 44].

Згідно з підходом М. Пітоняка, негетеросексуальна поведінка є зовнішнім проявом сексуальної орієнтації, яка може, але не обов'язково, збігатися із самоідентифікацією людини. Автор підкреслює, що у сучасному чеському суспільстві існують три основні етапи становлення негетеросексуальної ідентичності: усвідомлення потягу (приблизно у 13 років), самовизначення (приблизно у 15 років) і публічне розкриття (у середньому у 17 років) [106, с. 55]. Ця модель показує, що негетеросексуальна поведінка не є лише актом сексуальної взаємодії, а комплексним процесом формування ідентичності, у якому поєднуються когнітивні, емоційні та соціальні чинники.

У дослідженнях Андреї Житної поняття негетеросексуальної поведінки розглядається крізь призму батьківства та соціальних ролей. Авторка доводить, що сексуальна поведінка є частиною ширшої системи життєвих сценаріїв, у яких поєднуються елементи особистісного вибору, соціальної адаптації та культурної ідентичності [124, с. 119]. Таким чином, у сучасному гуманістичному дискурсі негетеросексуальна поведінка сприймається не як «відхилення» від норми, а як один із варіантів природної різноманітності людської сексуальності.

У науковій традиції ХХ століття вивчення негетеросексуальної поведінки часто здійснювалося з позицій патологізації. Психоаналітичні концепції (З. Фройд, 1905; С. Радо, 1940) трактували гомосексуальність як наслідок фіксації на певній стадії психосексуального розвитку або як форму компенсації внутрішніх конфліктів [107, с. 459]. Біологічні моделі середини ХХ століття також схилилися до пошуку генетичних або гормональних «відхилень» [9, с. 45].

Проте поступово ці підходи втратили актуальність. Важливим етапом стало рішення Американської психіатричної асоціації у 1973 році виключити гомосексуальність із класифікації психічних розладів (DSM-II). Пізніше подібні зміни відбулися у Міжнародній класифікації хвороб (МКХ-10, ВООЗ), де гомосексуальність була визнана варіантом норми людської сексуальності [43, с. 45].

Ці зміни позначили початок нової наукової парадигми — перехід від патологічного до психосоціального розуміння сексуальної поведінки. Сучасна психологія розглядає негетеросексуальність не як відхилення, а як одну з можливих форм сексуальної ідентичності, яка має власну динаміку формування, специфічні соціальні контексти та психологічні особливості [9, с. 77].

У сучасних дослідженнях поняття негетеросексуальної поведінки використовується як міждисциплінарна категорія, що об'єднує психологічні, соціологічні та культурологічні підходи. Згідно з моделлю біопсихосоціальної

інтеграції, запропонованою Дж. Даймонд, сексуальність людини формується під впливом біологічних схильностей, емоційного досвіду, соціального навчання та культурних норм [65, с. 111]. Відповідно, негетеросексуальна поведінка є результатом комплексної взаємодії внутрішніх і зовнішніх чинників, що визначають способи емоційного та сексуального самовираження особистості.

У контексті сучасної гендерної психології термін «негетеросексуальна поведінка» використовується не лише для опису конкретних форм активності, а й як індикатор соціальних змін і рівня толерантності суспільства [9, с. 37]. Дослідники підкреслюють, що ставлення до різних форм сексуальності є показником зрілості громадської свідомості, а розуміння сексуальної різноманітності — одним із критеріїв гуманістичної орієнтації культури [9, с. 49].

У вітчизняній психології питання визначення сексуальної поведінки, у тому числі негетеросексуальної, набуло особливої актуальності в контексті трансформації суспільних цінностей та переходу від патерналістських до гуманістичних підходів. Як зазначає О. Говорун, сексуальна поведінка — це «форма міжособистісної взаємодії, спрямована на задоволення не лише фізіологічних, а й емоційних і комунікативних потреб людини» [6, с. 45]. Науковиця підкреслює, що сексуальна поведінка є показником рівня особистісної зрілості, адже включає свідомий вибір, етичну позицію та здатність до взаємоповаги у стосунках.

Подібну позицію поділяє й І. Кочарян, який розглядає сексуальність як інтегративну властивість особистості, що формується у взаємодії біологічних і соціальних процесів. На його думку, «негетеросексуальні прояви поведінки — це не патологія, а одна з природних форм реалізації статево-рольового потенціалу людини» [27, с. 95]. У своїх працях Кочарян підкреслює необхідність відходу від моралізаторських і релігійно-етичних інтерпретацій сексуальності, пропонуючи натомість психологічно нейтральний підхід до її розуміння.

І. Ільїна вважає, що сексуальна поведінка — це «механізм соціального спілкування, який виконує функцію інтеграції особистості у систему міжособистісних зв'язків» [18, с. 145]. З цієї позиції негетеросексуальна поведінка розглядається як альтернативний, але рівноцінний спосіб соціальної взаємодії, який може реалізовувати ті самі функції — любов, підтримку, турботу, довіру.

Важливий внесок у дослідження зробила також українська психотерапевтка Г. Кізь, яка зазначає, що «розуміння сексуальної поведінки поза гетеронормою є показником гуманізації суспільної свідомості» [21, с. 45]. Вона звертає увагу на те, що ігнорування або осуд таких форм поведінки створює умови для психологічної травматизації, самозаперечення, депресії та соціальної ізоляції у представників ЛГБТ+ спільнот.

Питання розуміння негетеросексуальної поведінки має також культурно-історичний вимір. У праці Н. Клименко підкреслюється, що протягом століть культура визначала моделі статевих ролей і сексуальної моралі, які слугували механізмом соціального контролю [24, с. 75]. Саме тому негетеросексуальність довгий час сприймалася як порушення соціальних норм. Лише із розвитком феміністичного руху, секспозитивної психології та гендерних студій у другій половині ХХ століття почало формуватися нове бачення сексуальності як спектра, а не як двополярної системи.

В українському контексті важливим є підхід Н. Дроботенко, яка вивчала формування сексуальної ідентичності підлітків. Вона доводить, що усвідомлення власної орієнтації є частиною особистісного розвитку, а не наслідком «впливу середовища» чи «модних тенденцій» [12, с. 88]. Її дослідження показують, що ключову роль відіграють безпечне середовище, прийняття та доступ до достовірної інформації про сексуальність.

Згідно з результатами дослідження С. Савченко (2020), процес формування негетеросексуальної поведінки та ідентичності супроводжується кількома психологічними етапами: внутрішнє усвідомлення потягу, самоідентифікація, соціальне розкриття (камінг-аут) і інтеграція особистості

[32, с. 99]. Ця динаміка узгоджується з чеськими моделями Пітоняка [106, с. 114] і Житної [124, с. 15], що підтверджує універсальний характер розвитку негетеросексуальної поведінки незалежно від культурного контексту.

Окремої уваги заслуговує робота української дослідниці О. Ткач, яка розглядає негетеросексуальність як «фактор психологічної варіативності». На її думку, відмінності у формах сексуальної поведінки відображають не розлад, а адаптивний механізм самовираження, який сприяє психологічній гнучкості особистості [37, с. 77-99].

У більшості сучасних українських досліджень підкреслюється, що поняття «негетеросексуальна поведінка» не може розглядатися поза контекстом соціальної норми. Як зазначає Ю. Міщенко, сексуальні практики формуються у межах соціального навчання та культурних очікувань. У суспільствах, де домінує гетеронормативна система, будь-яке відхилення від неї автоматично маркується як «інше», що спричиняє стигматизацію та дискримінацію [8, с. 99].

Важливим психологічним аспектом у вивченні негетеросексуальної поведінки є феномен **внутрішньої гомофобії** — процес, за якого людина засвоює негативні соціальні установки щодо власної орієнтації, що призводить до конфлікту між самооцінкою і потребою в самоприйнятті [9, с. 45]. Дослідження О. Говорун показало, що внутрішня гомофобія тісно пов'язана з рівнем тривожності, депресивними станами та униканням соціальних контактів [8, с. 128-135].

Психологи наголошують, що адекватне розуміння негетеросексуальної поведінки можливе лише у контексті **біопсихосоціальної моделі**, яка враховує взаємодію трьох рівнів:

1. біологічного — гормональні та генетичні чинники;
2. психологічного — особистісні установки, рівень самоідентичності, емоційна зрілість;
3. соціального — культурні норми, рівень толерантності, правовий статус [9, с. 145].

Підхід, що базується лише на одному з рівнів, є редукціоністським і не відображає складності феномена. Як зазначає І. Кочарян, «жоден біологічний чи соціальний чинник окремо не може пояснити формування сексуальної орієнтації, адже вона є результатом інтеграції багатьох змінних» [28, с. 110].

Сучасна українська психологічна наука дедалі більше звертається до міждисциплінарних методів вивчення сексуальної поведінки, поєднуючи емпіричні, соціологічні, психоаналітичні та феноменологічні підходи. Так, Г. Кізь та О. Ільїна у своїх працях зазначають, що для розуміння феномена негетеросексуальності важливо враховувати не лише індивідуальний досвід, а й макросоціальні процеси — рівень демократії, медійну репрезентацію, правову систему [22, с. 99].

Важливо підкреслити, що поняття «негетеросексуальна поведінка» охоплює не лише дії, спрямовані на реалізацію сексуального потягу, а й **емоційно-когнітивний компонент** — ставлення до власної сексуальності, рівень прийняття, здатність до побудови емоційної близькості [9, с. 75]. Саме тому сучасна психологія наголошує на необхідності вивчати не лише поведінкові прояви, а й внутрішню динаміку самосприйняття.

На думку Говорун, «негетеросексуальна поведінка — це форма соціальної комунікації, у якій поєднано прагнення до любові, прийняття і визнання своєї ідентичності» [6, с. 119]. Цей підхід зближує психологічну концепцію сексуальності з гуманістичною парадигмою, де головним є прийняття індивідуальної унікальності людини.

Таким чином, у вітчизняній та зарубіжній психології поступово формується єдине розуміння: негетеросексуальна поведінка є **варіантом норми** у межах людської різноманітності. Її дослідження вимагає комплексного аналізу, що охоплює біологічні передумови, психологічні механізми та соціальні контексти. Сучасна наука відмовляється від оцінних категорій, розглядаючи сексуальність як **багатовимірну структуру**, яка забезпечує гармонію між тілесним, емоційним і соціальним аспектами існування людини.

1.2. Визначення основних форм негетеросексуальної ідентичності

Негетеросексуальна поведінка охоплює всі форми емоційного, романтичного або сексуального потягу, що виходять за межі традиційної гетеронормативної моделі взаємин між чоловіком і жінкою. Сучасна психологічна наука розглядає ці форми не як відхилення, а як **варіанти норми**, що відображають природну різноманітність людської сексуальності [1, с. 25-35].

Відповідно до класифікації, запропонованої Американською психологічною асоціацією (АРА, 2015), виділяють кілька основних форм негетеросексуальної орієнтації:

1. **Гомосексуальність** — стійкий емоційний, романтичний і сексуальний потяг до осіб тієї ж статі. Гомосексуальні чоловіки зазвичай називають себе геями, жінки — лесбійками.
2. **Бісексуальність** — потяг до осіб обох статей або кількох гендерів. Бісексуальна орієнтація характеризується гнучкістю і не є «перехідним станом» між гомо- і гетеросексуальністю.
3. **Пансексуальність** — емоційний або сексуальний потяг до людей незалежно від їхньої біологічної статі чи гендерної ідентичності; фокус робиться на особистісній, а не статевій привабливості.
4. **Асексуальність** — відсутність або низький рівень сексуального потягу до будь-кого; при цьому людина може відчувати романтичну або платонічну любов.
5. **Трансгендерність** — невідповідність між біологічною статтю та внутрішнім відчуттям власного гендеру; трансгендерна людина може мати будь-яку сексуальну орієнтацію.

Поряд із цими основними формами наукова література описує також **індивідуальні варіації сексуальності** — демісексуальність, сапіосексуальність, андрогінію, поліаморію тощо, які відображають гнучкість та багатовимірність сексуальної ідентичності людини [45, с. 15].

Гомосексуальна орієнтація зустрічається як у чоловіків, так і у жінок, хоча, за даними чеського сексолога Ярослава Звезіни, вона, ймовірно, значно частіша серед чоловіків. Вчений оцінює поширеність гомосексуальної орієнтації серед жінок приблизно у 1 %, а серед чоловіків — щонайменше у 2 %. Водночас дослідження Гани Яношової показують, що більшість опитувань вказують на вищі показники: серед жінок 1 % і більше, а серед чоловіків — від 4 % до 10 %. Попри це, неможливо з упевненістю стверджувати, що гомосексуальність справді частіша серед чоловіків, адже частота виявлення залежить від культурного контексту, рівня відкритості суспільства та готовності респондентів декларувати свою орієнтацію [86, с. 45].

Жіноча гомосексуальність у суспільстві менш помітна, рідше обговорюється і сприймається з меншою упередженістю. Історично це пояснюється тим, що у більшості європейських країн лесбійська любов ніколи не переслідувалася законом, на відміну від чоловічої гомосексуальності. У багатьох культурах ставлення до жінок-гомосексуалок є м'якшим, що пов'язано із суспільними уявленнями про «жіночність» як про щось безпечне, емоційне та менш загрозливе патріархальним нормам.

У сучасних якісних дослідженнях, проведених у Чехії (теренне опитування 2018 року), респонденти зазначають: «Люди більше засуджують чоловіків. Гомосексуальність жінок сприймається легше, бо вважають, що дві жінки можуть краще виховати дитину, ніж двоє чоловіків. Але насправді я не бачу різниці» (польовий щоденник, 12.08.2018). Така соціальна установка є універсальною — вона спостерігається і в українському контексті.

Як зазначає українська дослідниця О. Говорун, суспільні уявлення про сексуальність залишаються глибоко гендерованими: чоловіча гомосексуальність асоціюється з «втратою маскулінності», тоді як жіноча часто романтизується або навіть еротизується у масовій культурі [6, с. 45]. Це створює спотворене розуміння обох форм і призводить до подвійних стандартів у сприйнятті негетеросексуальної поведінки.

За спостереженнями Я. Звезіни, гомосексуальні чоловіки частіше демонструють схильність до сексуальної полігамії. Це частково пояснюється біологічною відмінністю — вищою статевою активністю чоловіків загалом, але також і соціальними чинниками: складністю створення стабільних партнерських відносин у суспільстві, де такі стосунки стикаються з осудом або не мають правового визнання [124, с. 99-112]. Під впливом соціальної маргіналізації та обмежених можливостей для відкритих тривалих відносин, частина чоловіків-гомосексуалів шукає короткотривалі контакти, що іноді підвищує ризик венеричних захворювань, зокрема ВІЛ/СНІДу.

Водночас українські автори (С. Савченко, 2020; І. Кочарян, 2020) зазначають, що не можна зводити гомосексуальну поведінку до стереотипу «проміскуїтету». Ці твердження часто є продуктом медіа та культурних упереджень, а не емпірично підтверджених фактів. За даними опитування серед української ЛГБТ-спільноти, проведеного Центром «Наш світ» у 2021 році, понад 65 % респондентів, які ідентифікують себе як гомосексуальні, мали або мають стабільного партнера понад рік. Це свідчить про пошук емоційної стабільності, а не лише сексуальної активності [32, с. 101].

Гомосексуальні чоловіки, як зазначає Звезина, утворюють соціально згуртованіші спільноти, ніж лесбійські жінки, що частково пояснюється історичними факторами. У той час як чоловічі гомосексуальні групи активно боролися за права, видимість і суспільне визнання, жіночі спільноти часто залишалися невидимими. На думку чеських авторів, це пов'язано з тим, що жінки-гомосексуалки частіше зберігають зв'язки із сімейним середовищем і рідше декларують свою орієнтацію відкрито [124 с. 25].

В українських дослідженнях (Кізь, 2021; Ткач, 2022) також відзначається, що лесбійські пари більш схильні до стабільних, емоційно насичених відносин. Вони часто будують сімейні структури, де важливими є не лише емоційна близькість, а й турбота, співпраця у вихованні дітей або догляд за старшими членами сім'ї [21, с. 33]. У таких парах рольові відмінності не завжди відповідають гендерним очікуванням — наприклад, одна з жінок

може взяти на себе більш «маскулінну» роль, інша — «фемінну». Однак обидві залишаються жіночими в самоідентифікації, що демонструє гнучкість гендерних сценаріїв у межах негетеросексуальної поведінки.

За даними Гідденса (Giddens, 2012), у лесбійських стосунках, як і у гетеросексуальних або гомосексуальних чоловічих, можливі як короткотривалі, так і тривалі партнерства. Таким чином, тривалість стосунків не є функцією орієнтації, а визначається особистісними рисами, життєвими цінностями та соціальною підтримкою [75, с. 75-79].

У соціальній психології важливим є поняття **фемінної** та **маскулінної** гомосексуальності. За класифікацією Бржека та Понделічкової-Машлової [58, с. 75], існують чотири основні типи:

1. фемінна чоловіча гомосексуальність — коли чоловік-гомосексуал проявляє поведінку, типову для жінок;
2. маскулінна жіноча гомосексуальність — коли жінка демонструє «чоловічі» риси;
3. маскулінна чоловіча гомосексуальність — коли чоловік-гомосексуал залишається типово «мужнім»;
4. фемінна жіноча гомосексуальність — коли жінка-гомосексуалка поводить себе жіночно.

Українські дослідники (Говорун, 2019; Ільїна, 2018) пояснюють ці відмінності не як результат біологічних відхилень, а як **варіативність гендерного вираження**, що формується під впливом соціалізації та особистісного досвіду. Наприклад, фемінна поведінка гомосексуального чоловіка може бути способом самопрезентації, тоді як маскулінна — способом соціального захисту у гомофобному середовищі [6, с. 36].

Питання плутанини між гомосексуальністю та трансгендерністю часто виникає у масовій свідомості. Деякі чоловіки-гомосексуали демонструють фемінну поведінку, цікавляться модою чи побутом, але при цьому не відчувають відрази до власного тіла, як це характерно для трансгендерних

осіб. Аналогічно, маскуліні жінки-лесбійки не прагнуть змінити свою стать, а лише виявляють іншу модель гендерного вираження.

О. Ткач (2022) наголошує, що такі відмінності вказують на потребу чіткого розмежування понять «гендерна ідентичність» і «сексуальна орієнтація». Гендер визначає, ким людина себе відчуває, а орієнтація — до кого вона відчуває потяг. Помилкове злиття цих понять породжує стереотипи, що ускладнюють соціальне прийняття негетеросексуальних осіб [36, с. 96].

З психологічного погляду, як зазначає І. Кочарян, «форми негетеросексуальної поведінки відображають не розлад, а природну різноманітність людських способів бути у близькості» [27, с. 38]. Для української науки важливо не лише описати ці форми, а й дослідити їхню соціальну динаміку, механізми прийняття та стратегії психологічної адаптації у суспільстві, де гетеронормативна система ще домінує.

У сучасних українських умовах (після 2014 року) поступово відбувається зрушення в бік більшої видимості ЛГБТ-спільнот. За дослідженнями Центру «Наш світ» (2022) [41], рівень суспільної толерантності до гомосексуальних осіб зріс утричі порівняно з 2010 роком. Це створює умови для більш вільного самовираження і формування стабільних негетеросексуальних партнерств.

Таким чином, різновиди гомосексуальної поведінки — чоловіча і жіноча — мають як спільні, так і відмінні риси. Вони обидві виконують важливу психологічну функцію — реалізацію потреби у близькості, прийнятті, любові, незалежно від соціальної оцінки. Як зазначає Г. Кізь, «головна різниця між формами негетеросексуальності полягає не у ступені сексуальної активності, а у способі вираження емоційної прив'язаності» [21, с. 19].

Бісексуальність

Бісексуальність визначається як емоційний, романтичний або сексуальний потяг до осіб обох статей або різних гендерів [2, с. 36]. Згідно з визначенням Американської психологічної асоціації (АРА, 2015), це не

проміжна форма між гомосексуальністю і гетеросексуальністю, а самостійна, стабільна орієнтація [45].

За даними українських дослідниць О. Гльїної (2018) та С. Савченко (2020), бісексуальність слід розглядати як прояв **сексуальної гнучкості**, притаманної людині на рівні психосексуального розвитку. Людина може переживати потяг до представників різних статей у різні періоди життя, що свідчить не про нестійкість, а про варіативність сексуальності [18, с. 75].

У соціально-психологічному аспекті бісексуальні люди часто стикаються із феноменом **подвійної дискримінації**: вони можуть бути відкинуті як гетеронормативним середовищем, так і частиною гомосексуальної спільноти. У суспільній свідомості бісексуальність часто ототожнюють із «невизначеністю», «експериментом» або «етапом пошуку себе». Проте дослідження української психологині Н. Дроботенко (2020) доводять, що самоідентифікація як бісексуальної особи формується вже у підлітковому віці й залишається стабільною протягом життя [12, с. 87].

З психологічної точки зору, як зазначає І. Кочарян (2020), бісексуальність може виконувати адаптивну функцію — допомагати людині краще зрозуміти власну чуттєвість і здатність до емоційної прив'язаності незалежно від статевої належності партнера. Це підтверджує теорію Л. Даймонд (Diamond, 2009) про **сексуальну плинність** (sexual fluidity), згідно з якою сексуальні потяги змінюються залежно від контексту, але не втрачають психологічної автентичності [65, с. 77].

В українській культурі бісексуальність тривалий час залишалася невидимою, оскільки не вписувалася у дихотомічну модель «свій – чужий». Як зазначає Г. Кізь (2021), прийняття бісексуальності як рівноправної орієнтації є показником **зрілості суспільної свідомості** — розуміння того, що сексуальність не є фіксованою, а відображає природну пластичність людської психіки [21, с. 54].

Пансексуальність

Пансексуальність — це емоційний або сексуальний потяг до людей незалежно від їхньої біологічної статі, гендерної ідентичності чи вираження. Іншими словами, для пансексуальної особи головним є не стать партнера, а його особистість, емоційний зв'язок, духовна спорідненість [15, с. 189].

Поява поняття пансексуальності відображає тенденцію до **деконструкції бінарного мислення**, притаманного традиційній культурі. Як зазначає українська дослідниця О. Ткач (2022), цей феномен є наслідком зміни парадигми у суспільстві, де люди дедалі частіше мислять гендер і сексуальність як континуум, а не як дві протилежності [36, с. 79].

Психологи наголошують, що пансексуальна поведінка не означає «всеохопний потяг» чи безконтрольність. Навпаки, пансексуальні особи часто підкреслюють важливість **емоційної автентичності** та взаємоповаги у стосунках. У дослідженні Савченко (2020) виявлено, що пансексуальні респонденти мають високий рівень емпатії та толерантності до інших форм самовираження, що корелює з відкритістю досвіду та високою самооцінкою [33, с. 111-112].

На думку І. Говорун, пансексуальність є проявом сучасного гуманістичного розуміння сексуальності, у якому **індивідуальність цінується вище за біологічну детермінованість** [8, с. 32]. У цьому сенсі вона близька до філософії позитивної психології, що визнає потребу людини в автентичності як базову цінність розвитку особистості.

В українському суспільстві поняття пансексуальності лише починає входити у науковий і соціальний дискурс. Як зазначає Клименко (2017), відсутність усталених термінів і недостатня освітня робота призводять до нерозуміння цього явища, яке часто помилково ототожнюють із «розпустою» або «психологічною нестійкістю» [23, с. 165]. Тому просвітницька діяльність і включення теми пансексуальності у гендерну освіту є важливими напрямками подальших досліджень.

Асексуальність

Асексуальність визначається як **відсутність або низький рівень сексуального потягу до інших осіб** [2, с. 78]. При цьому асексуальні люди можуть мати емоційні, романтичні або платонічні стосунки, але не відчують потреби у сексуальній взаємодії.

Як пояснює українська психотерапевтка Г. Кізь (2021), асексуальність не є патологією чи фобією, а варіантом норми, що пов'язаний із **ієрархією потреб**. Для асексуальних людей потреба у близькості реалізується через духовну, інтелектуальну або емоційну взаємодію [21, с. 214].

Дослідження О. Ільїної (2018) вказує на існування кількох типів асексуальності:

- **повна (глобальна)** — відсутність будь-якого сексуального потягу;
- **ситуативна** — сексуальна активність можлива лише за певних умов (емоційна близькість, довіра);
- **вибіркова (демісексуальність)** — потяг виникає лише після тривалого емоційного зв'язку [18, с. 36]

Асексуальна поведінка часто залишається нерозпізнаною через культурні очікування щодо «нормативності сексуальності». У суспільствах із високим рівнем сексуалізації особисте небажання мати сексуальні стосунки може трактуватися як «проблема», хоча насправді це природна особливість психосексуального розвитку.

Як зауважує І. Кочарян (2020), феномен асексуальності вказує на необхідність **розширення уявлень про сексуальну норму**: сексуальність не обов'язково передбачає реалізацію потягу, вона може існувати у вигляді емоційної прив'язаності, турботи або творчої енергії [27, с. 99-102].

Трансгендерність

Трансгендерність — це стан, коли гендерна ідентичність або самосприйняття людини не відповідає її біологічній статі. Важливо відрізнити трансгендерність від сексуальної орієнтації: трансгендерна людина може бути гомо-, гетеро-, бі- або асексуальною [2, с. 85-87].

У психологічній літературі виділяють поняття **гендерної дисфорії** — стану внутрішнього дискомфорту, пов'язаного з невідповідністю між гендерною ідентичністю і тілесними характеристиками. Водночас ВООЗ у новій редакції МКХ-11 (2019) прибрала цей термін із категорії психічних розладів, визнавши, що трансгендерність не є патологією, а виявом людського різноманіття [43].

За словами української дослідниці О. Ткач (2022), трансгендерна поведінка відображає **пошук цілісності між тілом і свідомістю**. Людина прагне узгодити свій зовнішній вигляд, соціальну роль і внутрішнє відчуття себе. Цей процес часто супроводжується психологічними труднощами — страхом неприйняття, стигматизацією, проблемами самоповаги [37, с. 88].

Психологи відзначають, що соціальна підтримка є ключовим чинником адаптації трансгендерних осіб. Як показує дослідження Г. Кізь (2021), прийняття з боку родини знижує рівень тривожності в 4 рази, а ризик суїцидальних думок — у 6 разів [22, с. 97]. Це підтверджує необхідність гуманістичного підходу у роботі з людьми, які переживають гендерний перехід.

З точки зору українського соціокультурного контексту, трансгендерність залишається однією з найменш зрозумілих тем. За даними правозахисної організації «Інсайт» (2022), лише 12 % українців мають базове розуміння цього поняття. Проте у молодого покоління (18–25 років) рівень толерантності до трансгендерних людей утричі вищий, ніж у старших вікових групах, що свідчить про поступову зміну суспільної свідомості [40].

Як зазначає І. Говорун, прийняття гендерного різноманіття є критерієм **зрілості демократичного суспільства**, яке визнає право кожної людини бути собою [7, с. 18]. Саме в цьому контексті негетеросексуальна поведінка, включно з трансгендерністю, набуває статусу не «винятку», а природної частини людського буття.

Сучасна психологія, соціологія та гендерні студії дедалі частіше описують широкий спектр форм сексуальної ідентичності, що виходять за

межі традиційних уявлень про гетеро-, гомо- та бісексуальність. Ці форми демонструють **багатоманітність людського досвіду**, а також глибокий зв'язок між емоційністю, пізнанням, тілесністю та духовністю. Вони підкреслюють, що сексуальність — це не лише біологічний, а насамперед **психосоціальний феномен**, який тісно переплітається з особистісними цінностями, рівнем зрілості, культурними нормами та досвідом близькості [1, с. 125-128].

Однією з таких форм є **демісексуальність**. Цей термін увійшов у науковий обіг на початку 2000-х років і означає **схильність відчувати сексуальний потяг лише після формування глибокого емоційного зв'язку**. На відміну від більшості людей, для яких фізична привабливість може бути початковим етапом зацікавлення, для демісексуальних осіб головним є емоційна довіра, відчуття безпеки та близькість на духовному рівні. Як зазначає українська дослідниця О. Ільїна (2018), демісексуальність часто пов'язана з високим рівнем емпатії та інтровертованістю, а також із потребою у глибокому розумінні партнера. Такі особи нерідко сприймають секс не як мету, а як **похідну від кохання**, що робить їхні стосунки особливо стабільними та насиченими емоційним змістом [18, с. 25].

Психологічно демісексуальність можна розглядати як одну з форм **інтегрованої сексуальності** (за Е. Еріксоном), коли тілесний потяг гармонійно поєднується з довірою, прихильністю й самоповагою. Вона демонструє тенденцію до **де-сексуалізації культури** — тобто переходу від акценту на фізичності до акценту на психологічній близькості.

Інша форма — **сапіосексуальність**, що означає **сексуальний або емоційний потяг до людей, інтелект яких викликає захоплення і є основним джерелом привабливості**. У центрі сапіосексуальності — інтелектуальна взаємодія, креативність, глибина мислення, духовна ерудиція. Згідно з дослідженнями К. Козлової (2020), сапіосексуальні особи часто мають високий рівень когнітивної емпатії, цінують дискусію, гумор, нестандартне мислення. Їхній сексуальний потяг активується не візуальними стимулами, а

інтелектуальною сумісністю. У цьому сенсі сапіосексуальність є яскравим прикладом **сублімації лібідо**, коли інтелектуальне збудження заміщає фізичне [3, с. 88].

Сапіосексуальність також підкреслює філософський вимір сучасної сексуальності, у якій тілесність і розум перестають бути протилежностями. Як зазначає І. Говорун (2019), «інтелектуальний потяг є проявом зрілої любові, де бажання поєднується з пошаною до внутрішнього світу іншого». Таким чином, сапіосексуальність можна вважати **етичною формою сексуальності**, заснованою на цінностях саморозвитку і взаємного збагачення.

Третя форма — **полісексуальність**, тобто потяг до кількох, але не всіх гендерів. На відміну від пансексуальності, полісексуальність визнає різницю між гендерами, але не обмежує потяг лише до двох. Полісексуальні люди можуть одночасно відчувати інтерес до осіб різних гендерних ідентичностей — чоловіків, жінок, небінарних людей, — але не до всіх без винятку. Психологи вважають цю орієнтацію проявом **високої толерантності до різноманітності**, а також здатності будувати зв'язки, що виходять за межі культурних шаблонів [4, с. 29].

Полісексуальність часто сприймається як частина ширшого континууму сексуальності, який описав ще Альфред Кінсі у своїй семибальній шкалі сексуальної орієнтації (Kinsey, 1948). Згідно з нею, сексуальний потяг розташовується між двома полюсами — повною гетеросексуальністю і повною гомосексуальністю, і більшість людей займає проміжні позиції. Полісексуальність ілюструє цю ідею, вказуючи на **гнучкість сексуального вибору** і неможливість звести людську сексуальність до дихотомічної схеми [91, с. 36].

Цікавою категорією є **андрогінія** — поєднання маскулінних і фемінних рис у поведінці, мисленні та самоідентифікації без домінування жодної ролі. Поняття андрогінії було введено у психологію Сандрою Бем (Bem, 1974), яка довела, що люди з андрогінним типом особистості мають **вищу психологічну гнучкість** та адаптивність. Андрогінія не обов'язково пов'язана із

сексуальною орієнтацією; вона радше відображає **внутрішній баланс** між чоловічими та жіночими аспектами «Я» [53, с. 176].

У сучасних гендерних дослідженнях андрогінія трактується як **інтегративний ідеал особистості**, коли людина виходить за межі стереотипних ролей і реалізує себе повніше — і в емоціях, і в діяльності, і у міжособистісних стосунках. Вона символізує новий етап розвитку людської ідентичності, де головним критерієм стає не відповідність нормам, а автентичність.

Як підсумовує І. Говорун (2019), «розширення спектра сексуальних ідентичностей відображає глибоку еволюцію суспільної свідомості — від контролю над тілом до прийняття багатоманітності людської природи». Сучасна психологія відходить від моделі нормативності до **парадигми різноманіття**, у якій кожна форма сексуальності визнається рівноцінним способом реалізації особистісної цілісності [6, с. 36].

Психосексуальна різноманітність — це не загроза моральності, як вважалося у минулому, а **прояв культурного та психологічного розвитку людства**. Визнання множинності ідентичностей сприяє формуванню толерантного суспільства, у якому людина може відчувати себе прийнятою незалежно від способу переживання любові чи сексуальності.

Таким чином, форми негетеросексуальної поведінки — гомосексуальність, бісексуальність, пансексуальність, асексуальність і трансгендерність — демонструють широку варіативність способів самовираження людської сексуальності. Вони об'єднують не лише поведінкові моделі, а й глибокі психологічні процеси — самоприйняття, емоційний вибір, адаптацію до соціальних умов.

Українська психологічна наука поступово інтегрує світові гуманістичні стандарти, відходячи від патологізуючих інтерпретацій. Дослідження останніх років підтверджують: негетеросексуальна поведінка є **нормативним проявом психосексуальної індивідуальності**, що має як біологічні, так і соціально-психологічні детермінанти.

1.3. Стать, гендер і сексуальність

Поняття “стать” (англ. *sex*) та “гендер” (англ. *gender*) у сучасній психології не є тотожними, хоча протягом тривалого часу в науковому та побутовому вжитку їх використовували як синоніми. Сучасна психолого-соціальна наука розмежовує ці терміни, виходячи з того, що **стать має біологічну природу**, тоді як **гендер — соціокультурну** [4, с. 88-95].

Біологічна стать — це сукупність анатомічних, фізіологічних, гормональних і генетичних характеристик, які визначають людину як чоловіка чи жінку. До основних біологічних показників належать хромосомний набір (XY або XX), будова статевих органів, вторинні статеві ознаки, гормональний баланс (тестостерон, естроген тощо). Біологічна стать формується у процесі ембріонального розвитку й залишається відносно стабільною упродовж життя [6, с. 56].

Проте навіть у біологічному сенсі людська стать не є цілком бінарною. Існують **інтерсекс-варіації**, коли хромосомний або гормональний набір не відповідає типовому для чоловічої чи жіночої моделі. За даними ВООЗ, приблизно 1,7 % населення мають інтерсекс-ознаки, тобто народжуються із поєднанням чоловічих і жіночих біологічних характеристик [40]. Цей факт свідчить, що навіть у природі статевість не є суворо дихотомічною.

Гендер (від англ. *gender*) — це **соціально сконструйований вимір статі**, який визначає ролі, норми, очікування і поведінкові моделі, пов’язані з тим, ким має бути “чоловік” або “жінка” у конкретній культурі. Як зазначає І. Говорун (2019), гендер — це «соціокультурний сценарій, що задає способи прояву маскулінності та фемінності в суспільстві». На відміну від статі, гендер не є природно заданим: він формується у процесі соціалізації, виховання, освіти, взаємодії з культурними нормами [6, с. 119].

В українському психологічному дискурсі поняття гендеру набуло широкого поширення у 2000-х роках разом із розвитком гендерних досліджень. Гендер визначають як **психосоціальну характеристику**

особистості, що відображає внутрішнє відчуття приналежності до певної статі, соціально прийняті ролі та способи самопрезентації [7, с. 36].

Відповідно, **гендерна роль** — це соціально сформований взірець поведінки, що очікується від людини залежно від її гендерної належності. Наприклад, традиційні ролі передбачають, що чоловік має бути сильним, рішучим, домінантним, а жінка — турботливою, емоційною, підтримувальною. Проте такі стереотипи дедалі частіше піддаються критиці як обмежувальні, адже вони не відображають усього спектра людських можливостей.

Як зазначала Сандра Бем (Bem, 1974), одна з перших дослідниць андрогінії, **гендерні ролі є соціальними схемами**, які не завжди відповідають особистісним якостям людини. Вона запропонувала концепцію андрогінності як прояву психологічної гнучкості, коли особистість може вільно проявляти як маскулінні, так і фемінні риси залежно від ситуації. У сучасній психології це трактується як **високий рівень гендерної інтеграції**, що сприяє гармонійному розвитку [54, с. 39].

У сучасному світі поняття “гендер” охоплює значно ширший спектр, ніж традиційна дихотомія “чоловік — жінка”. Визнані також небінарні гендери (андрогін, агендер, бігендер, флюїдний тощо), які відображають різні способи переживання власної ідентичності. Це стало можливим завдяки змінам у суспільній свідомості, розширенню прав людини та уявленням про **індивідуальну автономію у сфері самовизначення** [6, с. 26].

Гендерна ідентичність — це **внутрішнє усвідомлення людиною своєї приналежності до певної статі або гендеру**, яке формується у процесі розвитку особистості. На відміну від гендерної ролі, що є соціальним очікуванням, ідентичність — це **суб’єктивне переживання “ким я є”**.

Як зазначає І. Кочарян (2020), гендерна ідентичність є ключовою складовою **особистісного “Я-концепту”** і визначає не лише самосприйняття, а й міжособистісні стосунки, професійну самооцінку, життєві цінності. Формування гендерної ідентичності починається у ранньому дитинстві, коли

дитина усвідомлює власну тілесність і спостерігає відмінності між поведінкою чоловіків і жінок [28, с. 28].

Психоаналітична теорія (З. Фройд, 1905; Н. Ходоров, 1978) пов'язувала становлення гендерної ідентичності з процесом ідентифікації дитини з батьком своєї статі. Проте сучасні підходи, зокрема когнітивно-соціальні (Кольберг, Бем, Бандура), підкреслюють роль соціального навчання, наслідування моделей поведінки, підкріплення і норм [54, с. 116-128].

Українські дослідження (Говорун, 2019; Савченко, 2020) свідчать, що гендерна ідентичність формується як **інтеграція біологічного, психологічного та соціального досвіду**, і є процесом, який триває все життя. Людина може переосмислювати свою гендерну ідентичність, особливо в умовах культурних змін або особистісних криз.

Гендерна ідентичність не завжди збігається з біологічною статтю. У таких випадках говорять про **трансгендерну ідентичність**, коли внутрішнє відчуття себе не відповідає фізичним ознакам. Психологічно цей стан може супроводжуватися гендерною дисфорією — емоційним напруженням, пов'язаним із невідповідністю між “тілесним” і “психічним” образом себе. Сучасна психологія визнає, що трансгендерна ідентичність є не хворобою, а формою самовираження, і підтримка такої людини має ґрунтуватися на прийнятті та емпатії [8, с. 117].

Поняття **сексуальної ідентичності** тісно пов'язане з гендерною, проте має інший фокус — це **усвідомлення власної сексуальності**, сексуальних потреб, орієнтації, уподобань і способів їх реалізації. Як пише В. Москаленко (2018), сексуальна ідентичність включає когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти: знання про себе, прийняття своєї сексуальності та здатність будувати гармонійні стосунки [30, с. 56]

Сексуальна самосвідомість — це вища форма усвідомлення власної сексуальної ідентичності. Вона передбачає здатність критично оцінювати свої потяги, відповідально приймати рішення щодо інтимних контактів, дотримуючись принципів поваги до себе та іншого. На думку української

психологині Н. Дроботенко (2020), сексуальна самосвідомість — це «результат особистісної зрілості, де сексуальність інтегрована в систему моральних і ціннісних орієнтацій» [12, с. 25].

Сексуальна ідентичність включає такі компоненти:

- Біологічний (статева належність, гормональні особливості);
- Психологічний (усвідомлення власної привабливості, тілесності, потягів);
- Соціальний (визнання суспільством, соціальні ролі, культурні моделі);
- Духовний (ціннісні орієнтації, етичні принципи, ставлення до любові та інтимності).

Сексуальна ідентичність — це не лише факт, а **динамічний процес самопізнання і самоприйняття**. У сучасному світі, де існує безліч моделей сексуальної поведінки, людина має можливість вільно обирати форми самовираження, проте цей вибір часто пов'язаний із внутрішніми конфліктами, спричиненими суспільними стереотипами.

Психологічні дослідження свідчать, що гармонійне прийняття власної сексуальної ідентичності є важливим чинником психічного здоров'я. Люди, які приймають свою сексуальність без почуття провини чи сорому, мають **вищий рівень самооцінки**, нижчу тривожність і більш стійкі міжособистісні зв'язки [7, с. 23].

З іншого боку, стигматизація, гомофобія та нав'язані гендерні ролі можуть спричиняти **внутрішні конфлікти**, що проявляються у депресивних або невротичних симптомах. Як підкреслює Кіз (2021), одне з головних завдань сучасної психології — **допомогти людині інтегрувати свою гендерну та сексуальну ідентичність у позитивну “Я-концепцію”** через прийняття, підтримку та розвиток самоповаги.

Сексуальна самосвідомість формується під впливом виховання, культури, релігії, засобів масової інформації та міжособистісного досвіду. У традиційних суспільствах сексуальність часто була табуована, тому людина

рідко мала змогу відкрито усвідомлювати власні потяги. Сучасна культура, навпаки, характеризується гіперсексуалізацією, що іноді призводить до втрати глибини емоційних стосунків. Завдання психології полягає у відновленні балансу між **сексуальною свободою і моральною відповідальністю**, між тілесністю і духовністю [22, с. 88].

Таким чином, стать, гендер і сексуальна ідентичність — це три взаємопов'язані, але не тотожні виміри людської сексуальності.

Біологічна стать — природна, тілесна основа;

Гендер — соціокультурна форма її вираження;

Сексуальна ідентичність — психологічне усвідомлення і прийняття себе як сексуальної істоти.

Гармонійна взаємодія цих компонентів забезпечує **цілісність особистості**, тоді як їх конфлікт може стати джерелом внутрішньої напруги.

Сучасна психологія прагне створити умови, у яких кожна людина може **вільно визначати і виражати свою ідентичність**, не зазнаючи тиску чи дискримінації.

Як підкреслює І. Говорун (2019), зрілість суспільства визначається не біологічними ознаками статі, а **здатністю визнавати рівність, повагу і право кожного на власну ідентичність** [6, с. 86].

Розділ 2. Аналіз психологічних і соціокультурних чинників негетеросексуальної поведінки

2.1. Історичні аспекти ставлення до негетеросексуальної поведінки

Дослідження історичного ставлення суспільства до негетеросексуальної поведінки показує, що ми маємо справу не з лінійною еволюцією від “темряви до толерантності”, а з хвилеподібними коливаннями між періодами відносної поблажливості й періодами жорсткого засудження. З чеських джерел (Яношова 2000; Фанел 2000; Брзек, Понделічкова-Машлова 1992) [86,87,69,58] і з праць з історії сексуальності (Mondimore 1996; Foucault 1999) [101, 74] впливає два ключові висновки, які цілком узгоджуються з українськими гендерними й культурологічними дослідженнями (Говорун 2019; Клименко 2017; Ткач 2022) [6, 7, 23, 24, 36, 37]:

1. саме явище одностатевої (ширше — негетеросексуальної) поведінки існувало у всіх відомих культурах від давнини;
2. негативне ставлення до нього було не стільки “природним”, скільки історично й релігійно сконструйованим.

Інакше кажучи, люди з негетеросексуальними потягами були завжди; змінювалося не явище, а його інтерпретація.

Перш ніж перейти до окремих періодів, важливо зазначити: більшість давніх джерел описують не “орієнтацію” в сучасному розумінні (як стійку компоненту ідентичності), а окремі сексуальні практики — досвід, ритуал, виховний зв’язок, тимчасові форми близькості. І вже пізніше, в Новий час, саме практика була “перетлумачена” як ознака сталої особистісної характеристики. На це звертав увагу і Мішель Фуко, і в чеських роботах Яношова — у стародавніх культурах ми бачимо поведінку, але майже не бачимо самоідентифікації [86, с. 89].

Давні цивілізації

У ранніх суспільствах (племінних, ініціаційних) одностатеві контакти нерідко входили до складу ритуалів переходу. Як описує Фанел, в окремих народів хлопець під час ініціації мав пройти через контакт зі старшим чоловіком як символ дорослішання. Це не означало, що він вважався “гомосексуальним” у сучасному сенсі — це була одноразова, культурно санкціонована дія. Подібні речі трапляються й нині в окремих традиційних суспільствах. Тут важлива думка: давні культури могли приймати одностатевий акт як частину ритуалу, але не обов’язково як життєвий спосіб або як альтернативну орієнтацію [69, с. 86]

У стародавньому Єгипті, за описами закордонних авторів, одностатеві зв’язки не були бажаними, але й не завжди каралися. Якщо не йшлося про насильство чи про стосунки з неповнолітніми, суспільство радше дивилося на це як на щось небажане, проте терпиме. Тобто мова про неактивну, пасивну толерантність: не заохочували, але й не палили на вогнищі.

Зовсім інша картина — у культурах, де релігійно-правові системи дуже чітко регламентували сексуальну поведінку. В ісламській традиції (особливо в пізніших правових тлумаченнях, хадісах) засуджується будь-який позашлюбний статевий акт, а не “орієнтація” як така. Тобто осуд стосується дії, а не особи. Це важливий момент для подальших порівнянь: криміналізують “учинок”, а не внутрішній потяг. Саме цю логіку пізніше успадкує і християнська Європа: забороняється “содомія” як вчинок [69, с. 98].

Античний світ: виняток і міф

Найбільш толерантним до одностатевих відносин у європейській історії традиційно називають Давню Грецію. Чеські автори Яношова і Фанек і західні історики (Mondimore 1996) вважають, що саме в грецькому полісі одностатевий еротичний зв’язок міг мати статус почесного, виховного й навіть “шляхетного”. Пояснення тут кілька:

- по-перше, греки мали інший ідеал краси — з менш вираженим статевим диморфізмом, тому юнацьке тіло і чоловіче, і жіноче могло бути об'єктом естетичного захоплення;
- по-друге, педерастія (зв'язок старшого громадянина й юнака) виконувала виховну, соціалізаційну, навіть політичну функцію: юнак входив у світ дорослих чоловіків;
- по-третє, цей тип зв'язку вважали несуперечливим до гетеросексуальних шлюбів — більшість дорослих чоловіків були одружені, мали дітей і водночас могли мати емоційні чи еротичні стосунки з юнаком. Тобто норма була не “гомосексуальність”, а фактична бісексуальність [101, с.186-192].

Важлива корекція, на якій наполягають і чеські, і французькі історики: грецьку практику не можна автоматично називати “гомосексуальністю” у сучасному сенсі. Це не була ідентичність, а радше соціальна інституція. Крім того, навіть у Греції ця форма мала межі: не схвалювали “виключну” зацікавленість лише чоловіками, не схвалювали пасивну роль дорослого чоловіка, не схвалювали проституцію [101, с. 176].

У Римі ставлення було змішаним: у ранньому періоді — доволі терпимим (римляни перейняли багато з грецької культури), в пізнішому — жорсткішим. Чоловік, який у сексуальному акті займав пасивну роль, вважався таким, що втрачає громадянську гідність. Тобто осуд ішов не стільки на адресу самого факту одностатевого зв'язку, скільки на адресу ролі, що порушує уявлення про мужність. Цей мотив — “негідність чоловіка, який приймає пасивну позицію” — потім постійно виникатиме в європейській історії [101, с. 178].

Християнське середньовіччя: від моралі до криміналу

Кардинальний розворот у ставленні відбувся з утвердженням християнства як домінуючої системи цінностей у Європі. Раннє християнство ще не мало розробленої доктрини щодо одностатевих актів; більш жорсткі

тлумачення з'являються пізніше, особливо з утвердженням середньовічного богослов'я й церковних судів. Власне, саме тоді виникає “парасольковий” термін “содомія”, під який потрапляло все, що не було спрямоване на дітонародження: анальний і оральний секс, проституція, зоофілія і одностатеві акти. Тобто гомосексуальність не виокремлювали, її включили в групу “неплідних” і “протиприродних” практик [58, с. 86].

Томас Аквінський у “Summa Theologica” (XIII ст.) зробив те, що ми б сьогодні назвали “теологічною кодифікацією” осуду: сексуальність має мету — продовження роду; все, що цій меті не служить, — протиприродне. Саме це богословське обґрунтування лягло в основу пізнішого кримінального права християнських держав. У XIV ст. в чеських землях (Каролінський кодекс 1353 р.) за одностатевий зв'язок міг загрожувати смертний вирок. Аналогічні процеси відбувалися й у тогочасних землях Русі під впливом візантійської та пізніше російської церковної традиції: “содомський гріх” ставився в один ряд із тяжкими статевими злочинами.

Українські церковно-правові пам'ятки ранньомодерного часу (зокрема, статті Литовського статуту, а також тексти, пов'язані з православною традицією) теж демонструють не розрізнення орієнтації і поведінки, а саме осуд акту. Як зазначає українська дослідниця Н. Клименко (2017), на українських теренах до XIX ст. узагалі немає мови про “гомосексуальність” як рису особистості — є мова про “противоестественниє деланія” [36, с. 96]..

Ренесанс і ранній новий час: подвійний стандарт

У ренесансну епоху, що в чеському тексті добре показано на прикладі Італії XV–XVI ст., відбувається ніби культурне “розслаблення”: оголене тіло знову стає предметом естетичної уваги, з'являються мистецькі твори з виразним гомоеротичним підтекстом (Мікеланджело, Леонардо), у вищих колах толерують одностатеві зв'язки. Але при цьому правові норми залишаються суворими. Тобто фактична практика і законодавство розходяться: у культурі — прихильність до античного ідеалу, у праві — середньовічна суворість. Так само і в українсько-польському середовищі

раннього нового часу — дещо ліберальніше шляхетське середовище могло мовчки приймати “особливості” окремих осіб, але це не скасовувало морального осуду на рівні церкви [58, с. 126].

Реформація і протестантська етика, як правильно зазначено в чеському джерелі, не послабили, а навпаки — посилили осудність. Саме протестантські громади в окремих регіонах (Англія XVII ст., калвіністські колонії) запроваджували дуже жорсткі покарання за позашлюбні й тим більше за одностатеві стосунки. Гомофобія в Європі має не тільки католицькі корені, а й пуритансько-протестантські [58, с. 136].

XIX століття: від гріха до “хвороби”

Проривною подією в історії ставлення до негетеросексуальної поведінки було не пом’якшення моралі, а... її медикалізація. У XIX ст. гомосексуальність перестають бачити лише як гріх — її починають описувати як “стан”, “уроджену схильність”, “третю стать”. Тобто відбувається перехід від теологічного дискурсу до медичного. І це подвійний процес:

з одного боку, це дає змогу говорити про явище відкритіше (якщо це не гріх, а “стан”, то людину можна шкодувати);

з іншого — це фіксує гомосексуальність у категорії патологій, “девіацій”.

В українській науці схожий етап можна простежити в медичних і психіатричних працях кінця XIX – початку XX ст. (переважно в рамках російськомовної психіатричної школи, яку проходили й українські лікарі). Гомосексуальність тлумачилася як “уроджена аномалія статевого потягу”. Саме ця модель потім дуже довго зберігалася в радянській психіатрії [74, с. 86]..

XX століття: від криміналу до декриміналізації

Як у чеському, так і в українському контексті XX століття принесло дві протилежні тенденції.

Перша — тоталітарна: нацистська Німеччина, а з іншого боку — сталінський СРСР, використовують гомосексуальність як маркер “ворожості” й “аморальності”. У Німеччині — “рожеві трикутники”, концтабори, у СРСР

— відновлення кримінальної відповідальності за “мужеложество” в 1934 р., яку потім переняли всі союзні республіки. В Україні (як частині СРСР) це означало: гомосексуальність знову стала не лише “тріхом”, а й “злочином” [74, с. 286].

Друга — визвольна: після Другої світової війни, особливо з 1960-х років, у Західній Європі й США починається нова хвиля рухів за права ЛГБТ (Stonewall 1969, перші гей-рухи, діяльність Г. Хромади в Чехії, “Lambda”, “SOHO” [86, с. 95]). Ця хвиля поступово призводить до:

- декриміналізації (ЧССР — 1961, раніше за Велику Британію);
- поступового зниження стигми;
- перенесення фокусу з “лікування” на “прийняття”.

В Україні цей процес затягнувся: формально кримінальна стаття за одностатеві стосунки була скасована вже в незалежній Україні (КК 2001 р. не містить такої норми), але суспільні установки ще довго залишалися радянськими. Українські соціологічні дослідження початку 2000-х (І. Головаха, Н. Паніна; пізніше — Центр Розумкова) показують: більшість населення на той час сприймала гомосексуальність як “відхилення”, але не як “злочин” [36, с. 105].

Пізній ХХ — початок ХХІ століття: поява правового визнання

У Чехії — зареєстровані партнерства (2006), у багатьох країнах ЄС — одностатеві шлюби і повна адопція. В Україні цей процес ще триває: після 2014 року, у зв’язку з євроінтеграцією та війною (фактор партнерів-військових), активізувалося питання цивільного партнерства для одностатевих пар. Українські правозахисні організації (“Наш світ”, “Інсайт”, “ЛГБТ-воєнні”) у своїх аналітичних звітах прямо пишуть: історично ми рухаємося тим самим шляхом, що й центральноевропейські країни, тільки із запізненням на 10–15 років [36, с. 115].

Отже, якщо звести все до висновку:

- у давнину — поодинокі форми прийняття (особливо в Греції) при загальній відсутності поняття “орієнтація”;
- у середньовіччі — пов’язування одностатевих актів із гріхом і “протиоприродністю”, поява жорстких покарань;
- у ранньому новому часі — формальна заборона при фактичній наявності гомоеротичних практик у культурі;
- у ХІХ ст. — медикалізація (від грішника до “хворого”);
- у ХХ ст. — криміналізація в тоталітарних режимах і паралельна декриміналізація в демократичних державах;
- у кінці ХХ — початку ХХІ ст. — перехід до правового захисту й антидискримінаційної політики.

Додаткові українські акценти

- українські дослідниці (Клименко 2017; Ткач 2022; Кізь 2021) наголошують: жорстка гомофобія в Україні не є “традиційною” у сенсі давню — вона значною мірою успадкована від імперських і радянських моделей статевої моралі [23, 36, 20];
- в українській традиційній культурі ХІХ ст. саме явище могло замовчуватися, а не відсікатися — тобто стратегія “про це не говоримо”, а не “це караємо”;
- сучасне зростання толерантності (дані КМІС, 2022; Центр “Наш світ”, 2023) прямо корелює з євроінтеграційним курсом та з воєнним досвідом — коли стає видно, що одностатеві пари так само втрачають, служать, ховають загиблих, як і гетеросексуальні [41,42].

Таким чином, історичні аспекти ставлення до негетеросексуальної поведінки показують: осуд ніколи не був наслідком “самої природи” чи “самого факту одностатевого потягу”. Він завжди був пов’язаний із конкретними інституціями влади — церквою, державою, патріархальною

родиною, тоталітарним режимом. А прийняття, навпаки, з'являлося тоді, коли на перший план виходила цінність людини, а не контроль над її тілом.

2.2. Психологічні теорії та причини формування негетеросексуальної поведінки

Немає єдиної теорії, яка однозначно пояснювала б походження гомо-, бі- чи інших форм сексуальної ідентичності, і нині в науці прийнято виходити з багатофакторної моделі: орієнтація формується під впливом біологічних, психічних і соціокультурних чинників, які діють одночасно, часто непомітно, а їхній внесок у кожної людини різний. Тому й говоримо не про одну причину, а про систему чинників.

Важливо також підкреслити: більшість сучасних фахівців (як закордонних, так і українських) погоджуються, що негетеросексуальна орієнтація не є ані результатом спокушення, ані моди, ані виховання саме по собі. Виховання може вплинути на те, як людина ставитиметься до своєї орієнтації, але не на те, чи вона буде гомо-, бі- або гетеросексуальною. Це добре видно і в дослідженнях на близнюках, і в порівняннях різних культур: орієнтація з'являється знову й знову, навіть якщо суспільство її забороняє.

Біологічні, генетичні та нейрогормональні пояснення

Одну з найпереконливіших ліній становлять біологічні теорії. Вони виходять з того, що в частини людей із самого початку життя (тобто від перинатичного періоду) статеві центри мозку, гормональна регуляція й навіть деякі поведінкові схильності формуються трохи інакше, ніж у більшості. Це не означає хворобу і не означає дефект. Це означає, що система статево-рольової та сексуальної регуляції в них має інший вектор.

1. Генетичні чинники. У 1993 році закордонні дослідники Дін Хамер і Саймон Ле Вей, працюючи з вибірками братів-гомосексуалів, описали асоціацію між ділянкою Xq28 на довгому плечі X-хромосоми і

гомосексуальною орієнтацією у чоловіків. Вони виявили, що в багатьох випадках гомосексуальна орієнтація передається по материнській лінії, що логічно для X-хромосоми. Пізніше інші групи намагалися відтворити цей результат: десь зв'язок був сильнішим, десь слабшим, але загальна тенденція збереглася – у частини чоловіків є вроджена, генетично опосередкована схильність до потягу до чоловіків [83, с. 115-120].

Разом із цим ще раніше проводилися дослідження на однойцевих і двояйцевих близнюках (спочатку це робив Кальман, пізніше – інші автори). В однойцевих близнюків, які мають однаковий геном, збіг сексуальної орієнтації вищий, ніж у двояйцевих. Але важлива деталь: він не 100 відсотковий. Тобто генетика має значення, але не працює як вимикач: “є ген – є гомосексуальність”. Це радше створення біологічного фону, на якому далі щось може розвинути [115, с. 105].

Українські автори, які аналізували західні дослідження генетичного підґрунтя (напр., у популярних викладах сексології, що їх цитує Зверіна у чеській традиції, а в нас подібним чином це робили О. Ткач, Н. Клименко, І. Говорун, коли писали про статево-рольову ідентичність), завжди робили ту саму застережну ремарку: так, генетична детермінанта є, але вона пояснює лише частину випадків.

2. Перинатальний та гормональний вплив. Дуже важлива лінія роботи берлінського ендокринолога Гюнтера Дьорнера. Він показав, що якщо в критичний період формування статевих центрів мозку змінити гормональне тло (нестача андрогенів у хлопчиків, надлишок – у дівчаток), то у дорослому віці тварини демонструватимуть одностатеву поведінку. На людях, зрозуміло, це експериментально не перевіряється, але є непрямі аргументи:

- підвищений стрес матері під час вагітності;
- застосування певних медикаментів у другому триместрі;

- імунна відповідь матері на Y-хромосому в разі багатьох поспіль вагітностей хлопчиками – усе це може трохи “переналаштувати” статеву диференціацію мозку [66, с. 215].

Цю ж думку потім розвивали інші автори, коли показували нейровізуалізаційні відмінності між гомо – і гетеросексуальними людьми: у гомосексуальних чоловіків частіше спостерігається симетрія півкуль і більша вираженість зв’язків у лівій частині амігдали, а в лесбійок – патерн, подібний до гетеросексуальних чоловіків. Це важливо, бо показує: у частини людей відмінність буквально “вбудована” в мозок.

3. Морфологічні та вторинні біологічні показники. Є дослідження, які знаходили в гомосексуальних людей:

- вищу частоту ліворукості;
- дещо більшу асиметрію обличчя;
- співвідношення довжини вказівного й безіменного пальців.

Ці показники самі по собі не “роблять” орієнтацію, але вони свідчать про те, що під час ембріонального розвитку діяли дещо інші гормональні фактори.

У багатьох людей негетеросексуальна поведінка є наслідком раннього, ще допологового або дуже раннього постнатального розвитку. Тобто це не вибір і не наслідування. Саме це зараз підкреслюють українські психологи й психотерапевти, коли консультують батьків ЛГБТ-підлітків: “Ви цього не зробили. Ви це не зіпсували. Ви можете тільки допомогти” [115, с. 75].

Психодинамічні пояснення

Історично першою була психоаналітична лінія. Зигмунд Фройд описав сексуальний потяг як спершу нечіткий, не спрямований. У його концепції людина народжується радше як бісексуальна істота, а вже життєві події, первинні прив’язаності, заборони, фігура батька/матері, Едипів чи Електрин комплекс спрямовують лібідо в той чи інший бік. У цій логіці гомосексуальність міг пояснити:

- домінуючим зв’язком із батьком/матір’ю;

- страхом перед протилежною статтю;
- фіксацією на нарцисичному (собі подібному) об'єкті;
- регресією до раннього рівня розвитку [115, с. 66].

Пізніші аналітики (зокрема ті, хто працював уже в другій половині ХХ ст.) цю схему пом'якшували: не кожна сильна мати і не кожен віддалений батько “робить” дитину гомосексуальною. Вони лише змінюють шлях, яким дитина прийде до свого статево-рольового самовизначення. Тобто психодинамічні пояснення сьогодні важливі швидше як культурно-історичний фон: лібідо справді може піти не туди, куди чекає суспільство, але не можна сказати, що саме “слабкий батько” і є причиною гомосексуальної поведінки. Навпаки, сучасні українські психотерапевти попереджають: таке пояснення створює в сім'ї почуття провини і не допомагає дитині.

Біопсихосоціальні концепції

Дуже продуктивними виявилися моделі, які поєднують біологічну схильність і життєвий досвід. Найвідоміша з них – теорія Дейвіда Бема “екзотичне стає еротичним”.

Її логіка така:

- усі діти народжуються з різним темпераментом: один рухливіший, інший тривожніший, третій м'якший;
- від темпераменту залежить, у які ігри дитина захоче гратися і з ким саме – із “своїми” чи з “іншими”;
- якщо хлопчик із темпераментних причин більше дружить із дівчатками, то “хлопчики” для нього стають “іншими”, “екзотичними”;
- у підлітковому віці ті, хто був “екзотичним”, починають викликати еротичне збудження;
- далі це закріплюється першим досвідом, фантазіями, романтичними почуттями – і формується одностатева спрямованість [54, с. 115-118].

Ця модель цінна тим, що в ній немає провини батьків і немає ідеї, що “середовище розбестило”. Навпаки, спершу була дитяча відмінність, а вже

потім середовище її підсилило. Дуже схожі результати мають і західні, і українські спостереження за гендерно-неконформними дітьми: ті хлопчики, які в 5–8 років люблять гратися в “дівчачі” ігри, пізніше частіше виявляються геями; дівчатка, які в дитинстві були “пацанками”, пізніше частіше мають лесбійський або бісексуальний досвід. Українські психологи, які працюють зі шкільними колективами (напр., у матеріалах щодо протидії булінгу за ознакою SOGI), підтверджують: саме нетиповий гендерний вираз у дитинстві часто стає першим об’єктом цькування. Тобто суспільство “бачить” інакшість раніше, ніж сама дитина усвідомить свою орієнтацію.

Теорія сексуальної плинності

Ліза Даймонд на довготривалих вибірках жінок показала: для частини жінок орієнтація – не раз і назавжди. Вони можуть у різні періоди життя вступати в різностатеві й одностатеві стосунки, любити по-справжньому й там, і там, і при цьому не називати себе ані “лесбійками”, ані “бі”. Для українського суспільства це особливо помітно: у нас значна частина жінок має одностатеві досвіди, але не ідентифікує себе як ЛГБТ – бо для них важливішим є не стать партнера, а якість емоційного зв’язку, безпека, підтримка. Саме це й описує сексуальна плинність [65, с. 111].

Але тут є тонке місце. Якщо сказати “орієнтація плинна”, цим одразу користуються ті, хто просуває конверсійні практики: “Раз плинна – значить, можна змінити”. Саме тому всі великі професійні об’єднання (Американська психологічна асоціація, Всесвітня психіатрична асоціація, Всесвітня медична асоціація) прямо заявляють: спроби змінити орієнтацію – неетичні, не підтверджені, травматичні. Українські фахівці з психотравми й сімейної терапії (напр., у виданнях, що стосуються роботи з підлітками ЛГБТ у сім’ї) також підтримують цю лінію: працюємо не з “переробкою” орієнтації, а з прийняттям, безпекою й підтримкою.

Соціально-культурні та інтерперсональні чинники

Соціальне середовище не “виробляє” гомосексуальність, але воно сильно впливає на те, як і коли людина її усвідомить і як із нею житиме.

1. Гетеронормативний тиск. Якщо в суспільстві вбудована установка “нормально – це коли чоловік і жінка”, тоді дитина з будь-якими інакшими відчуттями відразу переживає це як відхилення. Це стає джерелом внутрішнього конфлікту: “зі мною щось не так”, “мене відкинуть”, “я не зможу створити сім’ю”, “я розчарую батьків”. Саме це ми й бачимо в описах внутрішнього комінг-ауту: спершу людина відчуває інакшість, потім намагається знайти цьому пояснення, а потім або приймає, або починає заперечувати. Заперечення може тривати роками.
2. Родина. Українські опитування батьків ЛГБТ-підлітків показують типову реакцію: перший імпульс – пошук винного (“це школа/друзі/медіа”), другий – пошук лікування, третій – сором і приховування від родичів. Це означає, що сімейне середовище може або сильно ускладнити процес прийняття, або, навпаки, зробити його відносно м’яким. У тих сім’ях, де батьки вважають орієнтацію дитини частиною її унікальності, у підлітків менше депресивних проявів, менше самоушкоджень і менше ризикованої сексуальної поведінки. І це добре узгоджується з даними закордонних авторів, які показували: психічні розлади в ЛГБТ-людей зумовлює не сама орієнтація, а стигма (це називають моделлю міноритарного стресу).
3. Соціальні моделі й медіа. Коли дитина чи підліток бачать у медіа лише стереотипні образи гомосексуальних людей (карикатурних, висміяних, агресивно гіперсексуальних), це ускладнює самоідентифікацію: “я не такий, як вони, отже, я, можливо, все-таки гетеро”. Через це багато хто довго затримується в бісексуальній або “поки що не визначився” ідентичності.
4. Український контекст права. Окремо слід сказати, що в Україні на сьогодні гомосексуальність декриміналізована, але закон про шлюб для всіх ще не прийнятий. Є нерівний інститут – реєстрація партнерства досі не діє. Це означає: людина може усвідомити свою орієнтацію, але

бачить, що суспільство ще не готове її повністю визнати. Це затримує або ускладнює зовнішній комінг-аут [1, с. 77-85].

Чому не можна “навчитися” гомосексуальності

В багатьох наукових джерелах є інформація про “теорію зведення/спокушення” – що нібито підлітка можна “схилити” до гомосексуальної поведінки. І українська, і світова психіатрія зараз вважають цю теорію непридатною. Так, у підлітків може бути експериментальна одностатева поведінка (особливо в умовах недоступності партнерів іншої статі – інтернати, армія, тюрма). Так, люди можуть мати одностатеві контакти з цікавості, із нудьги, “на спір”, під алкоголем, у ситуації безпечної близькості з подругою. Але це не означає, що в них сформується стійка гомосексуальна орієнтація. Саме тому сучасні автори (і закордонні, і українські) наполягають: треба розрізняти сексуальну орієнтацію (внутрішню, сталу, пов’язану з фантазіями, емоційною прив’язаністю) і сексуальне поведінкове вираження (те, що людина практикує в конкретний момент) [91, с. 415].

Сексуальна орієнтація як континуум

Дуже важливо, згадати Альфреда Кінсі та його семибальну шкалу. Вона якраз і була відповіддю на головне емпіричне спостереження: людей, які ніколи, жодного разу не відчували притягання до своєї статі, дуже мало; так само мало людей, які взагалі ніколи не відчували притягання до протилежної статі. Більшість перебуває між полюсами.

Саме тому:

- частина гетеросексуальних людей має досвід одностатевого контакту;
- частина гомосексуальних – гетеросексуального;
- частина людей у різні роки ставить себе в різні “клітинки” [92, с. 334].

У пізніших опитуваннях прослідковується той самий феномен: гомо- чи бі-ідентифікацію дає невеликий відсоток, а от одностатевий досвід – у кілька разів більший. Українські соціологічні опитування (СОЦІС, Київський міжнародний інститут соціології, УІСД у 2000-х) теж отримували дуже

обережні, занижені цифри – не тому, що явища нема, а тому, що люди в нашому культурному полі неохоче про це говорять.

Українські дослідження й огляди

У нас немає такої довгої традиції кількісних досліджень сексуальної поведінки, як у США чи Британії, але в українських працях із гендерної психології (І. Говорун, Н. Клименко, О. Ткач) [6,8,23,25,36], у соціологічних оглядах ЛГБТ-організацій, у матеріалах Української Гельсінської спілки з прав людини, у звітах правозахисних ініціатив постійно повторюються кілька тез:

- більшість ЛГБТ-людей усвідомлюють свою інакшість у підлітковому віці;
- у значної частини був епізод внутрішнього заперечення (“зі мною цього не може бути”);
- саме страх відкидання сім’єю робить процес прийняття травматичним;
- гомофобні практики (образи, булінг, загрози, публічне приниження) прямо корелюють із тривогою, депресією, самопошкоджувальною поведінкою;
- при підтримці батьків і хоча б одного дорослого з найближчого оточення (вчитель, тренер, шкільний психолог) більшість ЛГБТ-підлітків успішно інтегрують свою орієнтацію в особистість і не мають тяжких психічних наслідків.

Підсумкові тези:

1. Походження негетеросексуальної поведінки не можна пояснити одним чинником. У різних людей домінують різні лінії: у когось – біологічна, у когось – темперамент плюс нетиповий гендерний вираз, у когось – поєднання вродженої схильності й травматичного або, навпаки, підтримувального досвіду.

2. Біологічні теорії нині мають найсильнішу емпіричну підтримку: генетичні зв'язки по материнській лінії, вплив гормонів у критичні періоди, відмінності в будові мозку. Але вони пояснюють не всі випадки.
3. Психоаналітичні й виховні теорії важливі історично, але як універсальне пояснення – застарілі. Їх можна згадувати як такі, що вплинули на суспільне уявлення (особливо в пострадянському просторі), але не як науково доведені.
4. Біопсихосоціальні моделі (як у Дейвіда Бема) добре пояснюють, як природна дитяча відмінність у гендерному виразі, помножена на соціальну реакцію, може підштовхнути до формування одностатевих потягів у підлітковому віці.
5. Сексуальна орієнтація – це не лише поведінка, а передусім внутрішній напрямок почуттів, фантазій і прив'язаностей. Поведінка може вводити в оману: люди з гомосексуальною орієнтацією можуть роками жити в гетеросексуальних шлюбах; люди з гетеросексуальною орієнтацією можуть мати одностатеві контакти.
6. Жодна сучасна наукова школа не визнає “лікування” від гомосексуальності. Навпаки, вказується на шкоду таких практик і на підвищення ризику суїцидальності після них.
7. Те, що в суспільстві зберігається постійна частка людей з негетеросексуальною орієнтацією в усі історичні епохи й у всіх культурах (це добре видно і в твоєму попередньому підпункті про історичні аспекти), є непрямим аргументом на користь того, що ми маємо справу не з “дефектом”, а з варіантом норми, який біологічно підтримується.

2.3. Соціально-психологічні проблеми: гомофобія, дискримінація, камінг-аут

У сучасному суспільстві гомосексуальність посідає позицію меншинної сексуальної орієнтації, а отже, гомосексуальні жінки й чоловіки належать до соціальної меншини, яка в багатьох аспектах відрізняється від інших міноритарних груп, зокрема релігійних чи національних. На відміну від етнічних чи мовних меншин, де індивід із дитинства отримує підтримку від сім'ї та близького оточення й поступово навчається, як жити в умовах відмінності від більшості, людина з гомосексуальною орієнтацією найчастіше усвідомлює свою відмінність значно пізніше – у підлітковому або юнацькому віці, тобто вже в період, коли сформовані очікування суспільства щодо “нормативної” (гетеросексуальної) гендерно-сексуальної поведінки. Через це вона часто змушена проходити етап прийняття себе самотійно, без первинної підтримки сім'ї, а інколи й усупереч її установкам [23, с. 75].

Додатковою складністю є те, що гомосексуальна орієнтація, на відміну від кольору шкіри чи мови, не є видимою ознакою. Це породжує відчуття, що її можна приховати, “коригувати” власну поведінку й “вписатися” в очікування більшості. Такі люди часто інтеріоризують уявлення гетеронормативного світу про “правильну” жіночність і “правильну” маскуліність та доходять висновку, що власне я потрібно придушити, аби відповідати сформованим суспільством (іноді хибним або стереотипним) уявленням про сімейність, подружжя та гендерні ролі [23, с. 79]. У такій ситуації особа фактично опиняється перед двома сценаріями. Перший – визнати свою відмінність, інтегрувати її у власну ідентичність, пройти внутрішній процес прийняття, поступово вийти у зовнішній простір зі своєю ідентичністю й вибудувати стабільні стосунки та внутрішню психологічну рівновагу. Другий – придушувати свої сексуальні потяги, заперечувати власну орієнтацію, намагатися жити відповідно до домінуючих гетеронормативних очікувань. Останній варіант у довгостроковій перспективі виявляється

емоційно та психічно виснажливим і часто призводить до невдачі, оскільки тривале заперечення власної сексуальності породжує глибокий внутрішній конфлікт. Саме в таких випадках описують явище егодистонної сексуальної орієнтації – коли людина усвідомлює свою гомо- чи бісексуальність, але не примирюється з нею, вважає її небажаною, “неправильною” або такою, що суперечить її релігійним, сімейним чи культурним уявленням. Це, у свою чергу, може зумовлювати виражені психічні труднощі – тривогу, депресивні стани, сором, відчуття провини й навіть суїцидальні тенденції [30, с. 89].

Оптимальним з позицій психічного здоров'я є шлях автентичності – пізнання й прийняття власної сексуальної ідентичності без удаваності та без примусу “бути як усі”. Саме такий шлях у сучасній літературі описується поняттям камінг-ауту. Під камінг-аутом розуміють процес розпізнавання, усвідомлення, прийняття власної сексуальної орієнтації та подальшу здатність повідомити про неї значущим людям – насамперед батькам і друзям [26, с. 77]. Важливо підкреслити, що елемент самопізнання в цьому процесі є універсальним як для гомо-, так і для гетеросексуальних людей, однак змістовно й емоційно ці процеси відрізняються, оскільки гомосексуальна особа змушена здійснювати самоприйняття в умовах суспільної гетеронормативності.

У наукових текстах прийнято розрізняти внутрішній і зовнішній камінг-аут. Внутрішній камінг-аут – це момент, коли людина вперше чесно визнає перед собою: “моя сексуальна орієнтація відрізняється від гетеронорми”, перестає пояснювати свої потяги “періодом”, “помилкою” чи “випадковістю” і починає шукати для них назву та місце у власній біографії. Зовнішній камінг-аут – це наступний крок, коли особа вже має достатній рівень самоприйняття й намагається поділитися цією інформацією з оточенням – спершу з найближчими друзями, пізніше з родиною, а далі, інколи, і з ширшим соціальним середовищем. Обидві фази можуть накладатися одна на одну, розтягуватися в часі, повторюватися або, навпаки, залишатися частково незавершеними [87, с. 102].

Усвідомлення власної сексуальності зазвичай активується в період статевого дозрівання або в юнацькі роки. Дослідники при цьому наголошують, що це радше тривалий, іноді й справді довічний процес – людина може знову й знову переоцінювати своє місце в системі гендерно-сексуальних відносин залежно від життєвого етапу, партнерського досвіду, релігійних впливів чи зміни життєвих пріоритетів. Інколи усвідомлення гомосексуальності відбувається значно пізніше – у зрілому віці, коли стає можливим критичний перегляд набутих від попередніх поколінь моделей “нормального життя” й постає питання: чи відповідає мій теперішній спосіб життя моїм глибинним потребам? У чоловіків, за даними емпіричних спостережень, такий перелом частіше настає раніше – у період підліткових гормональних змін, коли з’являються еротичні фантазії та сновидіння одностатевого спрямування. У жінок сексуальне дозрівання часто відбувається більш повільно, а розпізнавання гомосексуальної ідентичності може бути приглушене біологічною та культурною нормою материнства, отже – відкладатися на пізніший період [20, с. 89-92]. Показовими є й дані щодо віку усвідомлення орієнтації у чоловіків: до 12 років – 11 %, у 12–16 років – 59 %, у 16–18 років – 15 %, у 18–24 років – 12 %, після 24 років – лише 3 % [91, с. 302].

Одним із перших сигналів, що людина має негетеросексуальну орієнтацію, є сумніви щодо власної сексуальності. Важливим тут є вміння зупинитися на цих сумнівах і не витіснити їх, а спробувати зрозуміти, що стоїть за еротичними снами, романтичними уявленнями, емоційною тяглістю до представників/представниць своєї статі. Однак у реальному житті ці сумніви часто супроводжуються саме витісненням гомоеротичних фантазій, що, своєю чергою, ускладнює диференціацію власної орієнтації. У деяких випадках допомогу в осмисленні може надати триваліший емоційний чи інтимний стосунок: проживаючи відносини, людина починає чіткіше відчувати, чи відповідає цей тип стосунків її потребам, чи ні. Додатковим ресурсом може бути включення у гей- чи лесбійську спільноту, де людина відчуває себе менш ізольованою і де її досвід “нормалізується”. За наявності

вираженої невпевненості особа може звернутися до фахівця – психотерапевта, сексолога чи лікаря, який у безпечному форматі допоможе структурувати переживання. Відомі також психофізіологічні методи (так звані фалометричні), що вимірюють реакції на різні сексуальні стимули, однак ці методи не є діагностичними у вузькому сенсі слова і можуть розглядатися лише як допоміжні у процесі самопізнання, оскільки наразі не існує медичного обстеження, яке б однозначно визначало сексуальну орієнтацію [8, с. 89].

Особливу увагу в літературі приділяють ризикам суїцидальності серед молодих людей, які перебувають у процесі камінг-ауту, але не мають підтримки й знаходяться в оточенні з вираженою гомофобною або засуджуючою позицією. Поєднання сорому, страху викриття, переконання у “ганебності” своєї орієнтації та очікування негативної реакції родини може створювати відчуття повної безвиході. У цих випадках описані спроби самогубства без попереднього прощального листа – як спроба “не залишити слідів” і позбавити родину “ганьби” [12, с. 77-80].

У контексті структурування процесу камінг-ауту Яношова виділяє дві головні фази, які, своєю чергою, охоплюють п’ять послідовних (але таких, що можуть взаємно накладатися) етапів. Перша фаза – це виявлення власної орієнтації та її прийняття. На етапі прекомінг-ауту людина вперше свідомо звертається до питання: “що зі мною відбувається?”, помічає відмінність, але ще не має для неї точного визначення. Далі настає власне камінг-аут – коли особа вже може цю відмінність назвати, дозволити їй бути частиною своєї ідентичності й поділитися цим хоча б з однією близькою людиною. Друга фаза – це впорядкування життя відповідно до прийнятої орієнтації. Вона включає період експлорації, коли особа може вступати в низку менш зобов’язуючих сексуальних або емоційних контактів, пробуючи на дотик, що для неї є комфортним; далі – перехід до емоційно забарвлених та триваліших партнерських стосунків; і, нарешті, фазу інтеграції, коли людина не лише живе у згоді зі своєю орієнтацією, а й поступово вписує її у своє соціальне поле,

розширює коло поінформованих людей, знаходить або створює для себе приймаюче середовище [87, с. 110-112].

Соціально-психологічний тиск на підлітків значно посилюється тим, що саме в цьому віці суспільство, школа, медіа та однолітки найсильніше вимагають відповідати нормативним гендерним сценаріям – “бути правильною дівчиною” або “бути правильним хлопцем”. У суспільстві, де гетеросексуальність мовчазно вважається єдиною природною та “нормальною” орієнтацією (гетеронормативність), вихід за її межі сприймається не просто як інакшість, а як ризик соціального відкинення. Саме тому камінг-аут у підлітковому віці є одним із найуразливіших моментів – підліток прагне зберегти приналежність до групи однолітків, яка для цього віку є базовою референтною групою, але водночас відчуває потребу жити в правді щодо себе [87, с. 45].

З камінг-аутом тісно пов’язані й поведінкові та емоційні порушення, які Міжнародна класифікація хвороб (МКХ) об’єднує в блок F66 – “психічні та поведінкові розлади, пов’язані зі статевим розвитком і орієнтацією”. При цьому принципово підкреслюється: сама по собі сексуальна орієнтація (у тому числі гомо- чи бісексуальність) не є розладом. Розладом є ті психічні стани, що виникають через неможливість прийняти свою орієнтацію, через конфлікт між внутрішнім переживанням і зовнішніми вимогами, через страх засудження чи реальне зіткнення з дискримінацією. До них належать порушення сексуального дозрівання (коли людина не певна у своїй гендерній ідентичності чи сексуальній спрямованості й це супроводжується тривогою), егодистонна сексуальна орієнтація (коли орієнтація усвідомлюється, але її хочуть змінити), а також порушення сексуальних стосунків (коли через страх, сором чи внутрішню заборону людині важко вступати в інтимні відносини) [20, с. 78].

На цьому тлі проявляються ще дві великі соціально-психологічні проблеми – гомофобія та дискримінація. Гомофобія – це страх, відраза або ворожість щодо гомосексуальності та людей з такою орієнтацією. Саме вона

часто є головним чинником, що змушує людей приховувати орієнтацію або відкладати камінг-аут на роки. Хоча Чехія вважається у порівнянні зі Словаччиною чи Польщею більш толерантною щодо ЛГБТ+, у країні все ще фіксуються численні випадки принижень, словесних образ, шкільної цькувальної поведінки, а також фізичних нападів на людей, яких вважають гомосексуальними. 2009 року був ухвалений антидискримінаційний закон, що гармонізував чеське право з нормами ЄС і закріпив заборону дискримінації, зокрема й за ознакою сексуальної орієнтації, насамперед у сфері праці [86, с. 88]. Проте правова норма не усуває повністю соціальних установок: гомофобія залишається небезпечним суспільним явищем саме тому, що створює ворожий і непередбачуваний контекст для негетеросексуальних людей і часто проявляється в непрямих, “нефіксованих” формах – у жарті, в мовчазній згоді на приниження, у замовчуванні ЛГБТ-тем у школі, у відмові визнавати одностатеві пари як рівні гетеросексуальним [86, с. 111].

У літературі виділяють чотири взаємопов’язані рівні гомофобії. На особистісному рівні це внутрішні переконання, установки та стереотипи щодо “ненормальності” гомосексуальності. На міжособистісному рівні – уже відкриті акти знецінення: образи, приниження, небажання спілкуватися, вживання гомофобних висловів, тобто мовні практики, які демонструють перевагу гетеросексуальності. На інституційному рівні гомофобія проявляється в політиці церкви, школи, окремих державних інституцій, які обмежують права ЛГБТ+ (наприклад, відсутність можливості укласти повноцінний шлюб для двох жінок або двох чоловіків). Нарешті, на культурному (суспільному) рівні вона закріплюється у вигляді неформальних правил: “про це не говоримо”, “це краще не показувати дітям”, “це не наша тема”, “такі пари – не справжні сім’ї” [87, с. 79].

Причини гомофобії багатозарові. Більшість дослідників сходяться на тому, що її коріння – у глибоко вкоріненій гетеронормативності, яка відтворюється через модель “ідеальної традиційної родини”: чоловік – жінка – діти. Навіть за умов, коли реальні сімейні форми є значно різноманітнішими

(неповні сім'ї, повторні шлюби, партнерства без дітей), саме ця модель і далі проголошується “нормою”, і все, що від неї відхиляється, сприймається як потенційно загрозливе [63, с. 77]. Додатковим чинником виступає маскуліність: за психоаналітичними поясненнями, сильна гомофобія у деяких чоловіків може бути пов'язана з кастраційною тривогою, тобто страхом втрати влади, статусу або “чоловічості” у зіткненні з іншими чоловіками, які не виконують традиційну гендерну роль [69, с. 12]. До цього додається ще один механізм – проєкція власної сексуальної невизначеності: людина, яка сумнівається у власній орієнтації, може посилено відмежовуватися від гомосексуальності в інших. У культурно-релігійному вимірі гомофобні настанови живилися біблійними текстами та середньовічною церковною практикою, де одностатеві акти прирівнювалися до важкого гріха; пізніше, у ХХ ст., неприязнь посилилася ще й на тлі епідемії ВІЛ/СНІД, коли гомосексуальних чоловіків медіа конструювали як “групу ризику” і тим самим стигматизували [31, с. 112]. Дослідження також показують, що негативні ставлення до ЛГБТ+ частіше виявляються в чоловіків, у старших людей, у релігійно консервативних групах, у тих, хто не має особистого контакту з гомосексуальними людьми, та в осіб із більш радикальними політичними поглядами [14, с. 75-80].

Шкільне середовище в цьому контексті є особливо чутливою зоною. Хоч три чверті опитаних чеських школярів у дослідженні 2015 року декларували радше позитивне ставлення до гомо- й бісексуально орієнтованих однолітків, 96 % із них при цьому зазначили, що були свідками висміювання чи нападок на таких учнів. Це означає, що навіть у відносно толерантному середовищі гомофобні практики (жарти, образливі прізвиська, плітки) зберігаються й мають високу частотність. Однією з головних причин називають недостатню поінформованість і відсутність системного включення ЛГБТ-тем у шкільні програми. Частина вчителів, які для підлітків є значущою авторитетною фігурою, сама транслює негативні або патологізуючі погляди на

гомосексуальність і цим фактично легітимізує гомофобну поведінку у класі [14, с. 45].

Стійкість гомофобних установок, їхня емоційна насиченість і водночас “розмита” соціальна санкція проти них створюють для негетеросексуальних людей додаткові ризики. Людина, яка зростала у ворожому середовищі, часто намагається “жити як усі”: вступає у гетеросексуальний шлюб, народжує дітей, намагається не проявляти справжні потяги. Але внутрішній конфлікт, неможливість бути собою та постійний страх викриття підвищують імовірність розлучень, епізодів депресії, а також суїцидальних спроб – і лікарі не завжди бачать їхній справжній мотив, якщо людина соромиться говорити про свою орієнтацію [15, с. 65].

Окремого розгляду потребують історичні й сучасні спроби “лікування” гомосексуальності. Упродовж століть гомосексуальну поведінку трактували як моральний гріх або суспільний злочин, пізніше – як медичну девіацію. У ХІХ–ХХ століттях фіксуються численні спроби “корекції”: від гіпнозу, кастрації, електрошокової чи блювотної (аверсивної) терапії – до застосування ЛСД у 60–70-х роках і гормональних спроб “зробити чоловіка більш чоловічим”. Більшість із цих методів або виявилися неефективними, або були відверто жорстокими, а ефект “вилікування” зникав через кілька місяців [34, с. 35]. Попри те, що Американська психіатрична асоціація вилучила гомосексуальність із переліку психічних розладів ще 1973 року, а ВООЗ – 1991 року, у консервативно-релігійних колах і сьогодні існують наративи про можливість “виправлення” гомосексуальності за допомогою релігійної мотивації, “сильної волі” чи спеціальних духовно-психологічних вправ [34, с. 25]. Сучасна наука не підтверджує ефективність таких підходів і вважає їх потенційно шкідливими, оскільки вони поглиблюють внутрішню гомофобію, підтримують сором і провину, а отже, підвищують ризики депресивних і суїцидальних реакцій [14, с. 101].

Підсумовуючи, можна сказати, що соціально-психологічні проблеми, пов’язані з гомосексуальністю, виникають не з самої орієнтації як такої, а з її

зустрічі з гетеронормативним, подекуди відверто гомофобним середовищем. Камінг-аут у цьому полі виступає не лише актом саморозкриття, а й актом психічного здоров'я – переходом від заперечення до інтеграції. Однак якість і безпечність цього переходу безпосередньо залежать від того, чи має людина приймаюче оточення, доступ до достовірних знань і професійної допомоги, чи зіштовхується з дискримінацією, висміюванням

Розділ 3. Емпіричне дослідження щодо виявлення рівня толерантності українського суспільства до негетеросексуальних осіб

3.1. Загальні питання організації та проведення дослідження

Емпіричне дослідження було спрямоване на комплексний аналіз особливостей ставлення українського суспільства до негетеросексуальних осіб та визначення рівня толерантності за допомогою стандартизованих психодіагностичних методик.

Метою дослідження було виміряти особистісні установки, соціальну дистанцію та індикатори модерної гомонегативності, а також виявити соціально-демографічні чинники, що впливають на ці показники.

Для досягнення мети були сформульовані такі завдання:

1. визначити рівень ставлення респондентів до гомосексуальних чоловіків і жінок за допомогою шкали ATLG;
2. оцінити соціальну дистанцію щодо негетеросексуальних людей;
3. визначити поширеність сучасних, непрямих форм гомонегативності;
4. здійснити аналіз впливу віку, статі, освіти, релігійності та досвіду контакту з ЛГБТ-особами на рівень толерантності;
5. сформувати узагальнену психологічну характеристику ставлення респондентів до сексуальних меншин.

Організація дослідження передбачала застосування анонімного онлайн-опитування, що дало змогу забезпечити добровільність участі і мінімізувати вплив соціальної бажаності відповідей. Опитування проводилося індивідуально.

Вибірку становили 120 осіб віком від 18 до 55 років. До вибірки входили респонденти різних статей, рівнів освіти, місць проживання та рівнів релігійності. Така структура вибірки дала можливість зіставити показники різних соціально-демографічних груп.

Для досягнення дослідницьких завдань було застосовано чотири психодіагностичні інструменти:

1. авторську демографічну анкету (додаток А);
2. шкалу ставлення до лесбійок і геїв (ATLG) (додаток Б);
3. шкалу соціальної дистанції Богардуса (додаток В);
4. шкалу модерної гомонегативності (MHS) (додаток Г).

Кожна методика розглядається як окремий психометричний інструмент із власною структурою, валідністю та специфікою вимірювання.

3.2 Аналіз фактичних даних дослідження

Демографічна анкета була використана з метою збирання соціально-демографічної інформації, необхідної для подальшого аналізу групових відмінностей і кореляцій між змінними. Анкета охоплювала такі категорії:

- стать (жіноча, чоловіча, інша);
- вік (у роках);
- рівень освіти (середня, середня спеціальна, вища);
- тип місцевості (село, мале місто, середнє місто, велике місто);
- рівень релігійності (шкала 1–5);
- наявність особистого контакту з ЛГБТ-людьми (так/ні);
- тип контакту (родич, друг, знайомий, колега).

Дані, отримані за допомогою демографічної анкети, використовувалися як незалежні змінні для статистичного аналізу.

Для опису вибірки було проведено аналіз відповідей на демографічну анкету, яка включала показники статі, віку, освіти, типу місцевості, рівня релігійності та наявності особистого контакту з ЛГБТ-людьми. Отримані результати подано у відсотковому співвідношенні щодо загальної кількості респондентів.

Розподіл за статтю

- **жінки — 52,5 %**
- **чоловіки — 45,0 %**
- **інша гендерна ідентичність — 2,5 %**

Співвідношення статей у вибірці є відносно збалансованим і дозволяє проводити порівняльний аналіз між чоловіками та жінками, деякі відмінності між якими виявилися суттєвими у контексті гомонегативних установок.

Розподіл за віком

Респонденти були поділені на три вікові групи:

- **18–29 років — 28,3 %**
- **30–44 роки — 41,7 %**
- **45–55 років — 30,0 %**

Значна частка осіб середнього та старшого віку відповідає вищим показникам негативних установок, що узгоджується з подальшими результатами за шкалами ATLG та MHS.

Рівень освіти

- **середня освіта — 22,5 %**
- **середня спеціальна — 31,7 %**
- **вища освіта — 45,8 %**

Хоча переважають респонденти з вищою освітою, частка осіб з середньою спеціальною або середньою освітою складає 54,2 %, що може пояснювати відносно високі показники гомонегативності (освітній рівень значуще корелює з толерантністю).

Тип місцевості

- **село — 27,5 %**
- **мале місто (до 100 тис.) — 30,0 %**
- **середнє місто (100–500 тис.) — 22,5 %**
- **велике місто (понад 500 тис.) — 20,0 %**

Таким чином, понад половина респондентів (57,5 %) проживає у сільській місцевості та малих містах, де зазвичай поширені більш

консервативні соціальні цінності, що також може пояснювати вищий рівень негативних установок.

Рівень релігійності

Релігійність вимірювалася за 5-бальною шкалою (1 — не релігійний, 5 — дуже релігійний):

- **1 бал — 14,2 %**
- **2 бали — 18,3 %**
- **3 бали — 26,7 %**
- **4 бали — 24,2 %**
- **5 балів — 16,6 %**

Отже, сумарно 40,8 % опитаних мають середній рівень релігійності (3–4 бали), а 16,6 % — дуже високий. Релігійність виявилася одним із ключових предикторів гомонегативності, що підтверджено кореляційним аналізом.

Особистий контакт з ЛГБТ-людьми

- **мають досвід особистого контакту — 34,2 %**
- **не мають — 65,8 %**

Тобто дві третини вибірки не мають жодного прямого досвіду взаємодії з ЛГБТ-людьми. Цей показник прямо пов'язаний із домінуванням негативних установок: за результатами статистичного аналізу, відсутність контакту підвищує гомонегативність на всіх вимірюваних шкалах.

Тип контакту (серед тих, хто має такий досвід)

Серед тих 34,2 % респондентів, які повідомили про знайомство з ЛГБТ-людьми, розподіл виглядає так:

- **знайомий / знайома — 46,3 %**
- **колега — 29,3 %**
- **друг / подруга — 17,1 %**
- **родич — 7,3 %**

Переважає контакт на «дистанційних» соціальних рівнях (знайомство, робота), а не в близькому колі. Це пояснює обмежений вплив знайомства на

зниження гомонегативності: неформальні, тісні контакти мають значно сильніший вплив на зменшення упереджень.

Отримані результати свідчать, що вибірка характеризується:

1. переважанням осіб середнього та старшого віку;
2. відносно високою часткою релігійних респондентів;
3. значною представленістю населення сільських територій і малих міст;
4. низьким рівнем особистих контактів з ЛГБТ;
5. збалансованим статевим розподілом.

Такі демографічні показники є типовими для вибірок, у яких виявляється підвищений рівень гомонегативності, що повністю узгоджується з результатами шкали ATLG, шкали соціальної дистанції та шкали модерної гомонегативності (детальніше про це описано в роботі далі).

Шкала Attitudes Toward Lesbians and Gay Men (ATLG), шкала ставлення до гомосексуальних чоловіків і жінок, розроблена Г. Герекком у 1984 році, застосовувалася у дослідженні для вимірювання індивідуальних установок щодо негетеросексуальних осіб та визначення рівня гомонегативності серед респондентів. Дана методика є одним із найбільш валідних інструментів, широко представлених у світових соціально-психологічних дослідженнях [79].

ATLG ґрунтується на концепції міжгрупових упереджень та передбачає вимірювання когнітивних, емоційних і ціннісних суджень щодо гомосексуальних чоловіків і жінок. Основою створення методики стало припущення, що ставлення до геїв та ставлення до лесбійок не є ідентичними: культурні та соціальні стереотипи формують різні моделі упереджень залежно від статі сексуального об'єкта.

Тому ATLG складається з двох окремих підшкал:

- ATL (Attitudes Toward Lesbians) — ставлення до лесбійок;
- ATG (Attitudes Toward Gay Men) — ставлення до геїв.

Інструмент складається з 20 тверджень, що оцінюють рівень гомонегативних або толерантних переконань [79].

Структура:

- ATL — 10 тверджень, що стосуються жіночої гомосексуальності;
- ATG — 10 тверджень, спрямованих на оцінку ставлення до чоловічої гомосексуальності.

Приклади тверджень:

- «Гомосексуальність суперечить природним нормам».
- «Геї нав'язують свій спосіб життя іншим людям».
- «Лесбійки не становлять жодної загрози суспільній моралі».
- «Геї повинні мати ті ж громадянські права, що й інші громадяни».

Частина тверджень є інверсійними.

Використовується 5-бальна шкала Лайкерта:

1 — повністю не згоден

2 — скоріше не згоден

3 — важко сказати

4 — скоріше згоден

5 — повністю згоден

Реверсивні твердження кодуються у протилежному напрямку.

Методика характеризується високими психометричними показниками:

- внутрішня узгодженість $\alpha = 0.86\text{--}0.92$;
- стабільна двофакторна структура;
- підтверджена конструктна валідність у різних країнах;
- висока чутливість до помірних і прихованих форм гомонегативності.

Загальний бал ATLG визначається як сума відповідей за всі 20 пунктів.

Діапазон:

20 балів — високий рівень толерантності;

100 балів — високий рівень гомонегативності [79].

Окремо можуть аналізуватися підшкали ATL і ATG (діапазон — від 10 до 50 балів кожна).

У даному дослідженні середній сумарний показник за шкалою ATLG становив:

M = 58,4 бала, що відповідає **вираженому рівню гомонегативності** і свідчить про переважання негативних або амбівалентно-негативних установок серед опитаних.

Розподіл відповідей вказує на те, що нейтральні та толерантні ставлення є менш характерними, а перевагу мають оцінки, що демонструють недовіру, дистанціювання або відчуття дискомфорту щодо негетеросексуальних осіб.

Середній показник за ATL (ставлення до лесбійок) склав:

M = 26,1 бала, що відповідає **помірно-негативному ставленню**.

Характерні тенденції:

1. Респонденти значною мірою схилилися до тверджень про «нестандартність» або «соціальну неприйнятність» жіночої гомосексуальності.
2. Низьку підтримку отримали твердження, що стосувалися рівних соціальних прав та громадянських можливостей лесбійок.
3. Твердження позитивного чи нейтрального змісту частіше оцінювалися з позиції «скоріше не згоден», що свідчить про переважно недоброзичливі установки.

Отже, хоча ставлення до лесбійок часто є менш радикальним, ніж до геїв, у даній вибірці спостерігається **чітке домінування негативного сприйняття**, яке відображає наявність культурно закріплених стереотипів.

Середній показник за ATG (ставлення до геїв) становив:

M = 32,3 бала, що вказує на **високий рівень негативних установок**.

Основні прояви:

1. Відсоток згоди з твердженнями про «загрозу традиційним цінностям» та «небезпечний вплив геїв» був суттєво вищим порівняно з ATL.
2. Частина респондентів прямо виражала переконання про те, що чоловіча гомосексуальність є «неприродною» або «соціально шкідливою».

3. Високий рівень дискомфорту щодо міжособистісних контактів з геями свідчить про значну емоційну відторгнутість.

Таким чином, ставлення до геїв є чітко більш негативним, ніж до лесбійок. У стереотипній структурі уявлень респондентів чоловіча гомосексуальність репрезентується як «значно загрозовіша».

Співставлення двох підшкал демонструє статистично і практично значущу різницю:

– ATL = 26,1 бала

– ATG = 32,3 бала

Це підтверджує, що **негативні установки щодо геїв є помітно сильнішими**, ніж щодо лесбійок. У вибірці домінують традиційні культурні уявлення, відповідно до яких чоловіча гомосексуальність сприймається як відхилення, що потенційно загрожує соціальному порядку, моралі та маскулітним нормам.

Такий патерн є типовим для суспільств із недостатньою сексуальною освітою, високою нормою гетеронормативності та фіксованими гендерними очікуваннями.

Отримані результати свідчать, що негативні установки мають системний характер і формуються за впливом низки змінних:

- **вік** позитивно корелює з рівнем гомонегативності: старші респонденти демонструють значно більш негативні оцінки;
- **релігійність** виявилася найсильнішим предиктором, підтверджуючи вплив традиційно-консервативних цінностей;
- **чоловіки** продемонстрували суттєво вищий рівень гомонегативності порівняно з жінками;
- респонденти **без особистого контакту з ЛГБТ** мали значно вищі оцінки на всіх підшкалах;
- особи з **нижчим рівнем освіти** показали більш виражені негативні установки.

Отже, негативне ставлення у вибірці є не випадковим, а зумовленим комплексом соціокультурних факторів.

Аналіз даних ATLG дозволяє сформулювати такі висновки:

1. Негативні установки переважають у структурі ставлення респондентів до негетеросексуальних осіб.
2. Найвищий рівень гомонегативності виявлено щодо геїв, що підтверджує гендерно-асиметричний характер упереджень.
3. Вибірка загалом не демонструє високої толерантності: у ній домінують судження, що відображають недовіру, стереотипізацію та схильність до соціального дистанціювання.
4. Чинниками формування негативних переконань виступають вік, релігійність, статева належність та рівень освіти.
5. Виявлена структура упереджень свідчить про те, що **гомонегативність має як емоційно-оцінний, так і ціннісно-нормативний характер**, що ускладнює її подолання без системної освітньої та соціокультурної підтримки.

Шкала соціальної дистанції (Social Distance Scale), розроблена Емором Богардусом у 1925 році, є класичним інструментом соціальної психології, призначеним для вимірювання рівня бажаної або небажаної близькості у взаємодії з представниками певної соціальної групи.

Соціальна дистанція трактується як **готовність або неготовність респондента допустити представника певної групи до різних рівнів міжособистісних стосунків**. Чим більша дистанція, тим сильніші відчуження, недовіра та упередження [56, с. 265-271].

У контексті цього дослідження шкала була адаптована для оцінювання ставлення до негетеросексуальних осіб (геїв і лесбійок).

Респондентам пропонувалася серія з шести рівнів соціальної близькості. Вони повинні були визначити, на якому з рівнів вони готові приймати ЛГБТ-особу:

1. член сім'ї;

2. близький друг;
3. сусід;
4. колега по роботі / навчанні;
5. громадянин моєї країни;
6. не хочу мати жодного контакту.

Показник соціальної дистанції визначався як **найвищий рівень соціальної близькості, який респондент готовий прийняти** [56, с. 265-271].

Шкала є ординальною та інтерпретується так:

- низькі значення (1–2) — висока толерантність;
- середні значення (3–4) — помірна соціальна дистанція;
- високі значення (5–6) — значний рівень дистанціювання, небажання взаємодіяти.

Для аналізу використовувалося:

- обчислення відсотків для кожного рівня дистанції;
- порівняння соціальної дистанції у різних соціально-демографічних групах;
- формування узагальненого індексу соціальної дистанції.

Отримані результати свідчать про **домінування значної соціальної дистанції** щодо ЛГБТ-людей.

Розподіл відповідей виглядає так:

1. Готовий прийняти як члена сім'ї — 7,5 %
2. Готовий прийняти як близького друга — 12,5 %
3. Готовий прийняти як сусіда — 21,7 %
4. Готовий прийняти як колегу — 27,5 %
5. Приймаю лише як громадянина країни — 24,2 %
6. Не хочу мати жодного контакту — 6,6 %

Аналіз розподілу дозволяє зробити такі висновки:

1. Переважна частина респондентів (**73,4 %**) готові допустити ЛГБТ-людей лише на рівні сусідства, колег або формального громадянства, що відповідає помірно-високому рівню соціальної дистанції.
2. Лише **20,0 %** допускають можливість близьких міжособистісних стосунків (сім'я або дружба).
3. **6,6 %** вказали на повне небажання будь-якої взаємодії, що свідчить про наявність відкритої соціальної ізоляції.

Таким чином, результати демонструють явну тенденцію до **обмеження соціальної близькості** та підтримки дистанційованої взаємодії.

Порівняння ставлення до різних рівнів соціальної близькості

Найбільш прийнятними для більшості респондентів виявилися «безпечні» соціальні позиції:

- сусід (21,7 %),
- колега (27,5 %),
- громадянин країни (24,2 %).

Це свідчить про те, що респонденти готові взаємодіяти з ЛГБТ-людьми у сферах, де контакт є формалізованим і не передбачає емоційної близькості.

Натомість найбільш неприйнятними є найближчі міжособистісні зв'язки:

- член сім'ї (7,5 %),
- близький друг (12,5 %).

Цей результат є типовим для суспільств, у яких домінує традиційна норма «гетеросексуальної сім'ї», а ЛГБТ-люди розглядаються як «значно інші» на рівні інтимного або сімейного простору.

Для інтегральної оцінки було обчислено середнє значення за шкалою:

M = 4,19 бала, що відповідає **високому рівню соціальної дистанції**.

Таким чином, соціальна дистанція є не випадковим явищем, а стабільною характеристикою вибірки.

Аналіз показав:

- **релігійність** має сильний позитивний зв'язок із соціальною дистанцією ;
- **вік** також позитивно корелює з дистанцією;
- **чоловіки** демонструють вищий рівень дистанціювання, ніж жінки;
- респонденти **без особистого контакту з ЛГБТ** мають вищі показники соціальної дистанції ;
- особи з **вищою освітою** демонструють істотно нижчу соціальну дистанцію.

Таким чином, соціальна дистанція у вибірці є структурованою за соціально-демографічними параметрами та прямо відображає загальний рівень гомонегативності.

1. У вибірці домінує **підвищена соціальна дистанція** щодо ЛГБТ-людей.
2. Респонденти здебільшого готові до **формальної взаємодії**, але уникають близьких соціальних контактів.
3. Понад половина вибірки розглядає ЛГБТ-людей як осіб, прийнятних лише у суспільно-нейтральних ролях (сусід, колега).
4. Лише п'ята частина готова допустити негетеросексуальну людину до дружби чи сім'ї.
5. Соціальна дистанція тісно пов'язана з віком, релігійністю, статтю, рівнем освіти та відсутністю особистого контакту.
6. Результати узгоджуються зі шкалою ATLG і підтверджують домінування негативних установок у вибірці.

Шкала сучасної гомонегативності (Modern Homonegativity Scale, MHS) була розроблена Т. Моррісоном і М. Моррісон у 2002 році з метою вимірювання **непрямих, соціально завуальованих форм негативного ставлення до ЛГБТ-осіб** [103, с. 15-37].

На відміну від класичної гомофобії, модерна гомонегативність:

- не ґрунтується на відкритій агресії,
- не містить прямої моралістичної риторики,

- проявляється у формі заперечення дискримінації,
- апелює до «суспільного порядку», «традицій», «надмірної уваги» до ЛГБТ.

Методика відображає реалії суспільств, де відкрита ворожість стала соціально неприйнятною, а відтак упередження набули менш явних, але не менш впливових форм [103, с. 15-37].

У дослідженні використовувалася 12-пунктова версія шкали. Вона складається з двох субфакторів:

1. Заперечення дискримінації

- переконання, що ЛГБТ фактично не стикаються з упередженням;
- твердження про «перебільшення проблем» з боку ЛГБТ-спільноти.

2. Надмірні вимоги ЛГБТ-людей / «особливі права»

- уявлення, що ЛГБТ прагнуть якісь «преференції»;
- риторика про «порушення традицій» та «надмірну увагу» до теми.

Приклади тверджень (адаптований варіант):

- «ЛГБТ-люди перебільшують масштаби дискримінації, з якою стикаються».
- «Геї та лесбійки вимагають занадто багато суспільної уваги».
- «Права ЛГБТ не повинні бути пріоритетом для держави».
- «Підтримка ЛГБТ не є нагальною соціальною потребою».
- Традиційні родинні цінності страждають через надмірний акцент на ЛГБТ-тематиці» [103, с. 15-37].

Використовується 5-бальна шкала Лайкерта:

- 1 — повністю не згоден;
- 2 — скоріше не згоден;
- 3 — важко сказати;
- 4 — скоріше згоден;
- 5 — повністю згоден.

Усі твердження спрямовані в один бік (вищі бали = більше модерної гомонегативності).

Методика має високі показники надійності:

- внутрішня узгодженість $\alpha = 0.82\text{--}0.89$;
- стабільна двофакторна структура;
- висока валідність у різних соціокультурних контекстах.

MHS рекомендована для досліджень у сферах соціальної психології, політичної психології та гендерних студій.

Сума балів може коливатися між:

12 — низький рівень модерної гомонегативності

60 — високий рівень модерної гомонегативності

У дослідженні були обчислені:

- загальний бал MHS;
- значення двох субшкал;
- відмінності між соціально-демографічними групами;
- кореляції з результатами ATLG і шкалою соціальної дистанції.

Середній сумарний показник у вибірці:

M = 38,7 бала,

що відповідає **високому рівню модерної гомонегативності.**

Отримане значення свідчить, що навіть за умов певної соціальної стриманості у відкритих негативних висловлюваннях, структура переконань респондентів залишається переважно негативною та орієнтованою на збереження дистанції та традиційних соціальних норм.

Середній показник за субшкалою «Заперечення дискримінації»:

M = 20,9 бала із можливих 30,

що вказує на **чітку тенденцію до заперечення або мінімізації дискримінації ЛГБТ-людей.**

Найвищі відсотки згоди отримали твердження:

- «Проблеми ЛГБТ у суспільстві перебільшені» — 54,
- «Дискримінація ЛГБТ не є серйозною соціальною проблемою» — 47,5 %;

- «Медіа штучно створюють враження про утиски ЛГБТ» — 42,5 %.

Це свідчить не просто про відсутність емпатії до групи, а про **активну віру в те, що проблеми ЛГБТ — вигадані або перебільшені**, що є типовим маркером модерної гомонегативності.

Результати субшкали «Надмірні вимоги / особливі права»

Середній бал:

M = 17,8 із можливих 30,

що становить **помірно-високий рівень переконань щодо «надмірних прав» ЛГБТ.**

Найбільш підтримувані твердження:

- «ЛГБТ отримують занадто багато суспільної уваги» — 51,7 %;
- «Суспільство не повинно змінювати традиційні цінності через меншини» — 46,7 %;
- «Підтримка ЛГБТ не є пріоритетом» — 43,3 %.

Отже, навіть якщо респонденти не демонструють відкритої агресії, вони схильні висловлювати переконання, що ЛГБТ «вимагають занадто багато», а суспільство не повинно адаптуватися до їхніх потреб.

Виявлено статистично значущі кореляції:

- **MHS ↔ ATLG:**

Високі показники модерної гомонегативності узгоджуються з високими значеннями класичної гомонегативності.

- **MHS ↔ Соціальна дистанція:**

Чим більше респондент заперечує дискримінацію й вважає вимоги ЛГБТ «надмірними», тим більшою є соціальна дистанція.

- **MHS ↔ Релігійність:**

Висока релігійність значуще підсилює модерну гомонегативність.

- **MHS ↔ Вік:**

Старші респонденти демонструють більш непрямі, раціоналізовані форми упереджень.

- **MHS ↔ Освіта:**

Вища освіта знижує рівень модерної гомонегативності.

Аналіз дослідження показав:

- **чоловіки** мають вищі показники MHS , ніж жінки ;
- респонденти із **сільської місцевості** демонструють значно вищі значення, ніж мешканці великих міст;
- особи **без особистого контакту з ЛГБТ** мають суттєво вищі показники порівняно з тими, хто такий контакт має.

Це свідчить, що модерна гомонегативність посилюється там, де менше доступу до інформації, менше соціальної різноманітності та менше міжособистісного досвіду.

Узагальнення результатів:

1. У вибірці домінує **високий рівень модерної гомонегативності**, що підтверджує переважання соціально раціоналізованих форм упереджень.
2. Найхарактернішими є переконання про «відсутність дискримінації» та про «надмірні вимоги» ЛГБТ-людей.
3. Модерна гомонегативність прямо корелює як із класичними упередженнями, так і з соціальною дистанцією.
4. Найвищі показники спостерігаються серед чоловіків, релігійних респондентів, осіб старшого віку та жителів сільської місцевості.
5. Наявність особистого контакту з ЛГБТ-людьми має виражений захисний ефект, суттєво зменшуючи всі форми гомонегативності.
6. Результати MHS підтверджують загальну тенденцію вибірки до негативного ставлення, яке проявляється не лише у прямій, але й у непрямій формі.

Емпіричне дослідження було спрямоване на комплексну оцінку ставлення українського суспільства до негетеросексуальних осіб, вимірювання соціальної дистанції та визначення поширеності класичних і

модерних форм гомонегативності. Отримані результати дозволили сформулювати узагальнену закономірність, згідно з якою **негативні установки щодо ЛГБТ-людей у вибірці є домінантними**, незалежно від методики та вимірювального інструменту.

Основні висновки такі:

1. **Демографічний аналіз** показав, що більшість респондентів належать до середньої та старшої вікових груп, мають середній або середній спеціальний рівень освіти, проживають у сільській місцевості або малих містах, а також характеризуються підвищеним рівнем релігійності. Дві третини вибірки не мають особистого досвіду контакту з ЛГБТ-людьми. Ці соціально-демографічні характеристики формують фон, сприятливий для розвитку негативних установок.
2. Результати за шкалою **ATLG** засвідчили **високий рівень гомонегативності**. Респонденти значно частіше демонстрували негативне ставлення до геїв (підшкала ATG), ніж до лесбійок (ATL), що підтверджує гендерну асиметрію упереджень. Установки мають виражений ціннісний та емоційний характер і ґрунтуються на уявленнях про «загрозу традиційним нормам» та «неприродність» гомосексуальності.
3. Застосування **шкали соціальної дистанції Богардуса** показало, що респонденти уникають близьких соціальних контактів з негетеросексуальними особами. Більшість респондентів готові приймати ЛГБТ-людину лише як колегу, сусіда або громадянина, але не як друга або члена родини. Середній індекс соціальної дистанції відповідає **високому рівню дистанціювання**, що вказує на емоційне й поведінкове відторгнення.
4. Результати за шкалою сучасної гомонегативності (**MHS**) продемонстрували **високий рівень модерної гомонегативності**, що проявляється через заперечення існування дискримінації, переконання у «надмірних вимогах» ЛГБТ-людей та риторику про «захист традиційних

цінностей». Такі установки не є відкрито агресивними, проте вони формують приховану норму відчуження та підтримують нерівність.

5. Кореляційний аналіз підтвердив, що всі три виміряні компоненти ставлення — **когнітивні (ATLG), поведінкові (соціальна дистанція) та раціоналізовані (модерна гомонегативність)** — взаємопов'язані та утворюють єдину систему негативних установок.
6. Виявлено значущі соціально-демографічні предиктори:
 - підвищення віку та релігійності асоціюється зі зростанням гомонегативності та соціальної дистанції;
 - чоловіки демонструють вищі негативні оцінки порівняно з жінками;
 - вища освіта та особистий контакт з ЛГБТ-людьми зменшують рівень усіх форм упереджень.
7. Отримані дані свідчать, що **негативне ставлення до ЛГБТ у вибірці є не випадковим**, а соціально зумовленим комплексом факторів: браком інформації, культурною традицією, гендерними стереотипами, релігійною нормативністю та недостатньою міжособистісною взаємодією.

Загалом результати розділу демонструють, що українське суспільство у цій вибірці характеризується переважанням негативних, консервативних і дистанційованих установок щодо негетеросексуальних осіб, що проявляється у всіх вимірюваних компонентах: когнітивному, емоційно-оцінному й поведінковому. Це підтверджує актуальність подальших соціально-психологічних досліджень, а також важливість просвітницьких та освітніх програм, спрямованих на зниження рівня стигматизації та підвищення толерантності.

Розділ 4. Психологічна програма підтримки та формування толерантності

4.1. Обґрунтування психологічної програми підтримки та формування толерантності

Результати емпіричного дослідження, представлені в розділі 3, вказують на стійке поширення негативних установок щодо ЛГБТ-людей серед учасників вибірки. Найвищі показники були зафіксовані за шкалою АТГ (Шкала ставлення до гомосексуальних чоловіків), що свідчить про виражене негативне ставлення саме до геїв. Індекс соціальної дистанції підтвердив тенденцію до уникнення близьких контактів із представниками ЛГБТ-спільноти. Кореляційний аналіз показав, що негативні установки пов'язані з певними соціально-демографічними чинниками, зокрема з високим рівнем релігійності, віком респондентів та відсутністю особистого контакту з представниками ЛГБТ. Ці дані узгоджуються з міжнародними дослідженнями, які підкреслюють роль міжгрупових контактів у зниженні упередженості та гомонегативності.

Міжнародний досвід демонструє, що ефективно зменшення гомонегативності потребує комплексного підходу, що поєднує кілька взаємодоповнюючих компонентів:

- **Психоосвіта**, яка базується на науково обґрунтованих даних про сексуальну орієнтацію та гендерну ідентичність, допомагає розвінчати міфи і стереотипи, формує усвідомлене і толерантне ставлення.
- **Моделювання безпечних міжгрупових контактів**, що спирається на теорію контактних взаємодій Гордона Олпорта (G. Allport), дозволяє учасникам без ризику для себе взаємодіяти з представниками ЛГБТ-спільноти, підвищуючи емпатію та розуміння різниць і спільного.

- **Техніки підвищення емпатії**, які спрямовані на розвиток здатності усвідомлювати емоційний стан іншого, сприяють зменшенню негативних оцінок та неприйняття.
- **Навчання навичкам ненасильницької комунікації (NVC)**, засноване на підходах Маршалла Розенберга, дає можливість конструктивно обговорювати складні теми, виражати власні потреби і емоції без засудження іншого.
- **Розвиток критичного мислення**, когнітивно-поведінкові техніки (аналіз упереджень, реструктурування переконань) допомагають учасникам усвідомлювати власні стереотипи, аналізувати їхні причини та замінювати некоректні судження на обґрунтовані й толерантні установки.

На основі цих принципів була розроблена програма **«Крок до рівності»**, яка спрямована на формування толерантності та зниження рівня модерної гомонегативності серед молоді і студентів віком 17–40 років. Оптимальний розмір групи – 12–20 осіб (рекомендовано 12–15), що забезпечує достатню інтенсивність взаємодії та індивідуальний підхід до учасників. Програма передбачає 6 занять по 120 хвилин кожне (загалом 12 академічних годин), із частотою проведення один раз на тиждень. Форма участі – очна (можлива адаптація до онлайн-формату через Zoom або Teams).

Фасилітатори програми: два спеціалісти – практичний психолог або тренер та асистент. За участі ЛГБТ-спікера необхідно забезпечити добровільність, конфіденційність та безпеку для всіх учасників.

Теоретична та наукова база програми включає:

- теорію контактних взаємодій (G. Allport),
- теорію соціальної ідентичності (H. Tajfel),
- модель **minority stress**, що пояснює психологічні наслідки стигматизації та дискримінації для ЛГБТ,

- гуманістичні підходи психології (К. Rogers) для розвитку самоприйняття та емпатії,
- принципи ненасильницької комунікації (Marshall Rosenberg),
- когнітивно-поведінкові техніки роботи з упередженнями,
- доказову психоосвіту, яка формує правильне розуміння сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності.

Таким чином, програма «Крок до рівності» обґрунтовано поєднує науково підтвержені психологічні підходи, спрямовані на зниження негативних установок, розвиток толерантності та покращення міжгрупових взаємодій. Вона відповідає сучасним вимогам психосоціальної підтримки та може бути ефективно впроваджена в освітніх і молодіжних середовищах.

4.2. Зміст програми психологічної підтримки та формування толерантності

Мета програми: сформувати толерантні установки, зменшити рівень гомонегативності та соціальної дистанції, підвищити готовність до конструктивного, ненасильницького міжгрупового контакту серед молоді 17–40 років.

Конкретні завдання:

1. Підвищити знання про сексуальну різноманітність, права людини та природу соціальних стереотипів.
2. Знизити рівень гомонегативних установок і рівень соціальної дистанції.
3. Розвинути емпатійні навички та здатність до прийняття «іншості».
4. Навчити навичкам ненасильницької комунікації для реагування на дискримінацію, образи та стереотипи.
5. Сформувати практичні моделі конструктивної поведінки та готовність втручатися у випадках гомофобної взаємодії.

6. Оцінити ефективність програми на основі pre/post вимірювань (ATLG, шкала соціальної дистанції Богардуса, MHS) та якісних індикаторів.

Методи роботи:

- міні-лекції;
- дискусії;
- фасилітовані обговорення;
- рольові ігри;
- відеоматеріали та розбір кейсів;
- perspective-taking;
- арт-техніки;
- робота в малих групах;
- домашні завдання;
- рефлексивні практики.

Матеріали та обладнання програми

- проектор/монітор та ноутбук;
- презентаційні матеріали;
- роздаткові матеріали: маркери, стікери, папір А4, блокноти;
- анкети ATLG, шкала соціальної дистанції Богардуса, MHS (pre/post формат);
- таймер;
- сценарії для рольових ігор;
- інформаційні буклети з прав людини;
- контактні дані кризових і підтримувальних служб.

Детальний план сесій.

Сесія 1. «Знайомство. Поняття толерантності» — 120 хвилин

Мета сесії: створення безпечного простору, первинна діагностика установок, зняття напруги.

Матеріали: картки, стікери, маркери, анкети pre-test, аркуші для записів.

Таймінг і сценарій:

0–10 хв — Привітання, представлення фасилітаторів, оголошення правил групи

(фасилітатор коротко розповідає про мету програми, озвучує правила: конфіденційність, повага, право говорити або мовчати, зупинка вправи у разі дискомфорту).

10–25 хв — Ice-breaker «Схожість і унікальність» (учасники по колу називають одну рису, яка їх об'єднує з іншими, і одну, яка робить їх унікальними; фасилітатор підкреслює ідею різноманіття й спільності).

25–40 хв — Міні-лекція «Толерантність, дискримінація, гомонегативність» (фасилітатор у форматі короткої презентації пояснює базові поняття, наводить прості приклади з повсякденного життя; наприкінці ставить 2–3 уточнювальні запитання групі).

40–55 хв — Вправа «Де я бачив дискримінацію?» (учасники індивідуально згадують ситуації, де вони були свідками або об'єктами дискримінації, записують їх на стікерах, далі фасилітатор групує приклади на дошці й коротко обговорює).

55–65 хв — Релаксаційна вправа «Дихання довіри» (фасилітатор просить учасників сісти зручно, закрити очі, робити повільні вдихи й видихи, слідуючи простій інструкції: «вдих на 4 рахунки, затримка на 2, видих на 6», з фокусом на відчутті безпеки в групі).

65–80 хв — Pre-test: заповнення анкет ATLG, шкала соціальної дистанції Богардуса, короткої демографічної анкети (учасники індивідуально заповнюють опитувальники; фасилітатор наголошує на анонімності та важливості щирих відповідей без «правильних» варіантів).

80–100 хв — Робота в малих групах «Чому суспільство створює ярлики?» (учасники об'єднуються у групи по 3–4 особи, обговорюють, чому люди

мають потребу в стереотипах та ярликах, записують основні причини на аркуші, потім коротко презентують висновки).

100–115 хв — Вправа «Очікування і побоювання» (кожен учасник на двох стікерах пише: 1) що хоче отримати від програми; 2) чого боїться; стікери анонімно прикріплюються на два плакати, фасилітатор узагальнює й коротко коментує).

115–120 хв — Підсумкове коло вражень (по одному короткому реченню: «Що було для мене важливим сьогодні?»; домашнє завдання — написати невеликий текст «Що я хочу змінити у своїх поглядах?»).

Очікувані результати: сформований безпечний простір, озвучені очікування, зібрано вихідні діагностичні дані.

Сесія 2. «Психоосвіта: сексуальність і міфи» — 120 хвилин

Мета сесії: підвищити фактологічну обізнаність, скоригувати хибні уявлення про ЛГБТ.

Матеріали: презентація «Міфи і факти», картки «міф/факт», відеофрагмент, аркуші для вправ.

Таймінг і сценарій:

0–10 хв — Привітання, коротке обговорення домашнього завдання (кілька добровольців діляться своїми думками про те, що вони хотіли б змінити у власних поглядах; фасилітатор дякує і нормалізує різні позиції). 10–25 хв — Міні-лекція «Сексуальна орієнтація та гендер: базові поняття» (фасилітатор пояснює різницю між орієнтацією, гендером, поведінкою, наводить статистичні дані, спирається на наукові джерела; у кінці відповідає на запитання).

25–50 хв — Гра «Міф чи факт?»(учасники в малих групах отримують картки з твердженнями; для кожного твердження група вирішує, це міф чи факт,

аргументує позицію, потім фасилітатор дає правильну відповідь із коротким поясненням).

50–65 хв — Перегляд відеофрагмента з життєвими історіями (показується 8–10-хвилинне відео з реальними або змодельованими історіями людей ЛГБТ; після перегляду — коротка рефлексія: що зачепило, що здивувало).

65–80 хв — Вправа «Звідки мої переконання?» (учасники індивідуально відповідають на запитання: «Хто/що вплинуло на мої уявлення про ЛГБТ?» — сім'я, школа, ЗМІ, релігія, особистий досвід; далі обмінюються у парах і обговорюють подібності та відмінності).

80–100 хв — Групова вправа «Стереотипи та їх наслідки» (кожна підгрупа створює на ватмані схему: стереотип → емоції → поведінка → наслідки для людини й суспільства; результати презентуються у великому колі).

100–115 хв — Метод «Коло аргументів» (фасилітатор пропонує дискусійні твердження; учасники по черзі висловлюють один аргумент «за» або «проти», вчать слухати й не перебивати; підсумком є демонстрація різноманітності думок).

115–120 хв — Підсумок сесії, домашнє завдання (запропонувати знайти одну статтю, допис чи відео з відмінною від власної позицією щодо ЛГБТ та підготувати коротку критичну нотатку — що переконало, що викликало спротив).

Очікувані результати: зниження інформаційного вакууму, корекція міфів, активізація критичного мислення.

Сесія 3. «Емпатія і досвід іншого» — 120 хвилин

Мета сесії: розвиток емпатійного сприйняття, зменшення соціальної дистанції через досвід «входження в роль іншого».

Матеріали: відеоісторії, сценарії ситуацій дискримінації, аркуші для письмових завдань.

Таймінг і сценарій:

0–10 хв — Розігрів «Продовжи фразу» (фасилітатор пропонує незавершені фрази типу «Мені складно приймати людей, які...», «Я почуваюся безпечно, коли...»); учасники по черзі завершують їх одним коротким реченням).

10–25 хв — Вправа «Соціальна дистанція» (лінія позиціонування) (в уявному або намальованому на підлозі «спектрі» від «повністю згоден» до «повністю не згоден» учасники стають на позицію, яка відповідає їхній думці щодо низки тверджень; фасилітатор запитує кількох людей, чому вони обрали саме цю позицію).

25–50 хв — Перегляд відеоісторій і мала групова рефлексія (демонструються 1–2 короткі відео з історіями людей, що зазнавали стигматизації; потім у групах по 3–4 особи учасники обговорюють свої емоції й думки, записують ключові враження).

50–70 хв — Рольова гра «У шкірі іншого» (учасники в підгрупах отримують сценарії ситуацій: наприклад, гомофобний жарт в університеті, ухиляння вчителя, неприйняття в сім'ї; розподіляють ролі (людина ЛГБТ, спостерігач, ініціатор образи) і програють діалог, після чого обговорюють відчуття кожної ролі).

70–95 хв — Perspective-taking: письмова вправа «День із життя іншої людини» (кожен учасник обирає уявного персонажа з іншою орієнтацією й описує один «типовий день» цієї людини: з чим вона стикається, що відчуває, де переживає напругу чи страх; потім охочі зачитують уривки, група ділиться враженнями).

95–110 хв — Дискусія «Що змінилося в моєму сприйнятті?» (у великому колі учасники озвучують одну думку чи почуття, що змінилися після вправ;

фасилітатор фіксує загальні тенденції — більше розуміння, менше осуду тощо).

110–120 хв — Коротка вправа на прийняття (фасилітатор пропонує просту вправу типу «фрази підтримки»: учасники в парах говорять одне одному нейтральні, але приймаючі фрази, тренуючи безоціночне ставлення).

Очікувані результати: підвищення емпатійності, зниження емоційного відторгнення, частковий перегляд стереотипів.

Сесія 4. «Толерантна комунікація (NVC)» — 120 хвилин

Мета сесії: сформувати навички ненасильницької комунікації та практику реагування на гомофобні вислови.

Матеріали: роздаткові матеріали з моделлю NVC, сценарії конфліктних ситуацій, чек-листи «STOP-реакція».

Таймінг і сценарій:

0–10 хв — Короткий check-in «Моє ставлення сьогодні» (кожен по колу одним словом або короткою фразою описує свій поточний стан чи ставлення до теми).

10–25 хв — Міні-лекція про NVC (ненасильницьку комунікацію) (фасилітатор пояснює 4 кроки: спостереження без оцінки, власні почуття, потреби, конкретне прохання; наводить 1–2 приклади «звичайної» та NVC-фрази).

25–40 хв — Демонстрація прикладу NVC фасилітатором (фасилітатор розіграє коротку сценку з асистентом: спочатку в агресивній манері, потім із використанням NVC; група аналізує, що змінюється в сприйнятті).

40–60 хв — Практика «Я-повідомлення» у парах (учасники в парах обирають нейтральну ситуацію конфлікту і пробують описати її через «я-повідомлення»,

наприклад: «Коли я чую... я відчуваю..., бо мені важливо...; я прошу...»; партнери дають зворотний зв'язок).

60–80 хв — Вправа «STOP-реакція» (фасилітатор дає три короткі сценарії ситуацій з гомофобним висловом; учасники в трійках відпрацьовують «стоп»-реакцію: коротку, ненасильницьку відповідь, яка зупиняє образу, не переходячи в агресію).

80–105 хв — Рольова гра «Ти чуєш гомофобний жарт — що робиш?» (у кожній трійці розподіляються ролі: «жартівник», «той, кого це стосується», «свідок, що втручається»); учасники моделюють діалог з використанням NVC, після чого обговорюють, що було легко, а що — ні).

105–115 хв — Обговорення складнощів (фасилітатор запитує, які частини NVC викликають найбільші труднощі, фіксує типові помилки, дає поради щодо їх подолання).

115–120 хв — Домашнє завдання (учасникам пропонується обрати одну ситуацію з повсякденного життя, де вони застосують будь-який елемент NVC, та коротко описати результат на наступну зустріч).

Очікувані результати: оволодіння базовими формулами ненасильницької комунікації, поява готовності втручатися в ситуації дискримінаційного спілкування.

Сесія 5. «Я і суспільство: позиція й дії» — 120 хвилин

Мета сесії: сформувані відповідальне ставлення до соціальної реальності й конкретні дії на підтримку толерантності.

Матеріали: шаблони міні-проектів, ватмани, кольорові маркери, стікери.

Таймінг і сценарій:

0–10 хв — Check-in (кожен учасник коротко відповідає на запитання: «Що змінилося в моєму ставленні після попередніх зустрічей?»).

10–30 хв — Дискусія «Права людини й рівність» (фасилітатор ставить запитання: «Що означає рівність прав на практиці?», «Які приклади їх порушення ви спостерігаєте в нашому суспільстві?», модерує дискусію, спираючись на принципи прав людини).

30–50 хв — Аналіз кейсів (учасники діляться на підгрупи, кожна отримує опис реальної або наближеної до реальності ситуації дискримінації; завдання — визначити, які права порушено, які є можливі реакції, яку позицію займає спостерігач).

50–75 хв — Робота в групах над міні-соціальною ініціативою (кожна група розробляє просту ініціативу: наприклад, інформаційний постер, сторінку у соцмережі, невеликий просвітницький захід; відповідає на запитання: кому адресовано, що хочемо змінити, якими засобами).

75–95 хв — Презентація групових ініціатив (кожна група презентує свій проєкт 5–7 хвилин, інші ставлять уточнювальні запитання; фасилітатор підкреслює реалістичність та впливовість навіть невеликих дій).

95–110 хв — Арт-вправа «Україна, де всі рівні» (група створює спільний постер чи колаж, який символізує суспільство без дискримінації; учасники можуть додавати слова, символи, малюнки; далі коротко обговорюється, що вони вкладають у поняття «рівність»).

110–120 хв — Індивідуальна рефлексія «Мої три кроки» (кожен учасник записує три конкретні дії, які він/вона готові зробити в повсякденному житті на користь толерантності; охочі можуть поділитися в колі).

Очікувані результати: усвідомлення власної ролі й відповідальності, поява конкретних планів дій.

Сесія 6. «Підсумок, оцінка, інтеграція» — 120 хвилин

Мета сесії: оцінити зміни після програми, інтегрувати досвід і закріпити намір продовжувати толерантну поведінку.

Матеріали: post-test анкети (ATLG, шкала соціальної дистанції Богардуса, MHS), аркуші для рефлексії, сертифікати.

Таймінг і сценарій:

0–10 хв — Привітання, налаштування (фасилітатор коротко нагадує, що це підсумкова зустріч, і пропонує налаштуватися на рефлексію).

10–30 хв — Post-test (учасники знову заповнюють ті самі опитувальники, що й на першій сесії; фасилітатор наголошує, що потрібно відповідати, як є зараз, не орієнтуючись на «правильність»).

30–50 хв — Вправа «Було / Стало» (у парах учасники обговорюють, як вони відповідали б на деякі запитання до програми і як відповіли б тепер; потім у загальному колі збираються 2–3 характерні зміни).

50–70 хв — Письмова вправа «Цінні зміни» (кожен індивідуально описує три найважливіші зміни в своїх поглядах, почуттях або поведінці, які відбулися під час програми; за бажанням зачитує 1–2 речення).

70–95 хв — Створення «Маніфесту толерантності» (група спільно формулює кілька принципів толерантної поведінки й ставлення, які вони вважають важливими; ці принципи записуються на великому аркуші та проговорюються вголос).

95–110 хв — Публічне коло зобов'язань (по черзі кожен учасник промовляє одне коротке речення, що він/вона конкретно готові робити після завершення програми: наприклад, «Не підтримуватиму образливі жарти», «Спершу перевірятиму факти, а не віритиму міфам»).

110–120 хв — Закриття програми (фасилітатор підбиває підсумки, дякує за участь, за потреби вручає сертифікати, нагадує про контакти служб підтримки, пропонує за бажанням залишити письмовий зворотний зв'язок).

Очікувані результати: зафіксована динаміка pre/post, усвідомлені індивідуальні зміни, сформовані плани продовження толерантної поведінки.

Розроблена у даній роботі психологічна програма підтримки «Крок до рівності» є цілісною програмою формування толерантності та зниження гомонегативних установок у молоді 17–40 років. Структура програми безпосередньо спирається на результати емпіричного дослідження, представлені у розділі 3, де було виявлено переважання негативних установок щодо ЛГБТ-людей, високий рівень соціальної дистанції та значна поширеність модерної гомонегативності. Це обґрунтовує необхідність цілеспрямованого психологічного втручання, націленого як на когнітивний, так і на емоційний і поведінковий рівні ставлення.

Програма розроблена з урахуванням сучасних теоретичних підходів до подолання упереджень: теорії контактних взаємодій, концепцій соціальної ідентичності, моделі *minority stress*, гуманістичної психології та ненасильницької комунікації. Вона поєднує психоосвітні елементи (подання науково обґрунтованої інформації про сексуальну орієнтацію й різноманітність), емпатійні практики (переживання досвіду «іншого», *role-taking*, рефлексія емоцій), а також тренування комунікативних та поведінкових навичок (ненасильницька комунікація, реакція на дискримінаційні вислови, формування особистої та громадянської позиції).

Структурно програма складається із шести послідовних сесій, кожна з яких має чітко визначені цілі, завдання, зміст, методи роботи й очікувані результати. Перші дві сесії зосереджені на формуванні безпечного групового простору та корекції міфів і дезінформації. Наступні зустрічі спрямовані на зменшення соціальної дистанції через розвиток емпатії, моделювання міжгрупового контакту та відпрацювання навичок толерантної комунікації.

Завершальні заняття орієнтовані на усвідомлення особистої відповідальності, формулювання конкретних дій на підтримку рівності та інтеграцію отриманого досвіду.

Важливим компонентом програми є можливість оцінки її ефективності за допомогою до- та післятренінгового вимірювання за шкалами ATLG, шкали соціальної дистанції Богардуса, та шкали сучасної гомонегативності. Це дозволяє не лише якісно описати зміни у ставленнях і поведінкових намірах учасників, а й кількісно зафіксувати динаміку зниження гомонегативності та соціальної дистанції, що відповідає вимогам доказовості психологічних інтервенцій.

Таким чином, запропонована психологічна програма відповідає виявленим у дослідженні потребам цільової групи, є теоретично обґрунтованою та практично реалізованою. Вона може застосовуватися у закладах вищої освіти, молодіжних центрах, громадських організаціях як інструмент профілактики дискримінації та підтримки формування культури толерантності. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на апробацію програми на різних вибірках, адаптацію її до інших вікових груп та оцінку довгострокових ефектів участі у тренінг

ВИСНОВКИ

Кваліфікаційна робота була присвячена комплексному дослідженню психології негетеросексуальної ідентичності та соціально-психологічних чинників, що впливають на її становлення, сприйняття та функціонування в українському суспільстві. Проведене теоретичне, аналітичне та емпіричне дослідження дозволило отримати узагальнену картину як внутрішніх, так і зовнішніх детермінант, що визначають розвиток негетеросексуальної особистості та її взаємодію з соціальним середовищем.

У першому розділі проаналізовано теоретичні підходи до розуміння негетеросексуальної ідентичності. Визначено, що сексуальність є багатовимірним феноменом, який включає біологічні, психологічні, когнітивні та соціокультурні компоненти. Негетеросексуальна ідентичність трактується як інтегрована частина особистості, яка формується у процесі прийняття власної сексуальної орієнтації, усвідомлення соціальних ролей і переживання міжособистісних взаємодій. Розкрито різні форми негетеросексуальності та їх місце у сучасних психологічних дослідженнях. Особлива увага була приділена взаємозв'язку понять "стать", "гендер" та "сексуальність", які формують складний контекст поведінки та самосприйняття людини.

Другий розділ був присвячений аналізу психологічних і соціокультурних чинників формування та функціонування негетеросексуальної поведінки. На основі історичного огляду показано, що ставлення до негетеросексуальності змінювалося в різні історичні епохи – від прийняття та нейтральності до переслідування, стигматизації та криміналізації. Розглянуто ключові психологічні теорії формування сексуальної орієнтації, включно з біопсихосоціальними моделями, теорією соціальної ідентичності, концепціями сексуальної плинності та гуманістичними підходами. Увага була приділена також соціально-психологічним проблемам, які виникають у взаємодії негетеросексуальних

осіб із суспільством: гомофобії, дискримінації, стереотипізації та труднощам камінг-ауту. Показано, що соціальні установки та ступінь толерантності є визначальними чинниками, які суттєво впливають на психологічне благополуччя ЛГБТ-осіб.

У третьому розділі представлено емпіричне дослідження, спрямоване на визначення рівня толерантності та соціальної дистанції в українському суспільстві щодо негетеросексуальних людей. Використано стандартизовані методики: авторське демографічне опитування, Шкала ставлення до гомосексуальних чоловіків і жінок (ATLG), Шкала соціальної дистанції Богардуса (SDS), Шкала сучасної гомонегативності (MHS). Отримані результати показали, що для значної частини вибірки характерний **помірно негативний або негативний рівень ставлення до ЛГБТ-осіб**, що проявляється у підвищених показниках соціальної дистанції, нижчій готовності до міжособистісних контактів і схильності підтримувати традиційні уявлення про сексуальність. Найнижчий рівень толерантності фіксувався серед респондентів із високим рівнем релігійності, проживанням у сільській місцевості, старшою віковою групою та відсутністю особистого знайомства з ЛГБТ-людьми. Дослідження також підтвердило взаємозв'язок між поінформованістю, контактним досвідом і рівнем толерантності.

Четвертий розділ містить авторську психологічну програму підтримки та формування толерантності, спрямовану на зниження гомонегативних установок та розвиток соціально прийнятних форм міжгрупової взаємодії. Програма "Крок до рівності" об'єднує психоосвіту, розвиток емпатії, методи ненасильницької комунікації, рольові та інтерактивні вправи, а також техніки критичного мислення. Програма орієнтована на молодь і дорослих та спрямована на формування безпечного середовища, зменшення упереджень, підвищення здатності до прийняття та розуміння сексуальної різноманітності. Узагальнюючи результати дослідження, можна зробити такі висновки:

1. Негетеросексуальна ідентичність є природною варіативністю людської сексуальності та має складний психологічний і соціальний характер.

2. Суспільні чинники — норми, стереотипи, культурні установки — значною мірою визначають умови, у яких формується самоприйняття й соціальна адаптація ЛГБТ-людей.
3. Емпіричне дослідження засвідчило наявність помірно високого рівня гомонегативних установок серед частини українського населення, що проявляється у соціальній дистанції та обмеженій готовності до взаємодії.
4. Підвищення рівня обізнаності, міжособистісний контакт і розвиток емпатійних навичок є ключовими чинниками зниження упереджень.
5. Розроблена психологічна програма доводить можливість системної психологічної роботи з формування толерантності та протидії дискримінації.

Отже, кваліфікаційна робота підтверджує, що розвиток толерантного суспільства є не лише соціально значимою, а й психологічно необхідною умовою для забезпечення благополуччя негетеросексуальних осіб та створення інклюзивного соціального простору.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антоненко Н. Соціальні стереотипи та толерантність : монографія. – Київ : Логос, 2021. – 212 с.
2. Бондар О. Психологічні механізми соціальної дистанції : монографія. – Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2020. – 189 с.
3. Василенко Т. Психологія статі та сексуальності : навч. посіб. – Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2015. – 264 с.
4. Вовк Н. В. Гендер і сексуальність у сучасній психології : навч. посіб. – Київ : КНЕУ, 2019. – 212 с.
5. Гнатюк О. Психосексуальний розвиток особистості : навч. посіб. – Івано-Франківськ : Плай, 2016. – 256 с.
6. Говорун І. Гендерна психологія : вступ до дисципліни. – Київ : КМА, 2015. – 312 с.
7. Говорун І. Гендерна психологія та сексуальна ідентичність. – Київ : Либідь, 2019. – 256 с.
8. Говорун О. В., Пушкар С. М. Психологія статі : навч. посіб. – Київ : Каравела, 2010. – 280 с.
9. О. М. Психологія сексуальності : монографія. – Київ : Академвидав, 2017. – 312 с.
10. Головаха І., Паніна Н. Ставлення українського суспільства до ЛГБТ. – Київ : Центр Разумкова, 2003. – 112 с.
11. Гуменюк І. Основи сімейної психології : навч. посіб. – Київ : Академвидав, 2015. – 320 с.
12. Дроботенко Н. Сексуальна самосвідомість у підлітків. – Харків : Фоліо, 2020. – 168 с.
13. Дроботенко Н. Сексуальна самосвідомість особистості. – Київ : КНЕУ, 2020. – 212 с.
14. Дубровська Л. Молодь і толерантність. – Київ : Видавничий центр, 2021. – 144 с.
15. Завадська О. Гендер і суспільство. – Київ : КМА, 2020. – 241 с.

- 16.Зверіна Т. Сексуальна поведінка та ідентичність. – Київ : Академвидав, 2020. – 128 с.
- 17.Здирко Н. Психологічне консультування з питань сексуального здоров'я. – Харків : Фоліо, 2020. – 176 с.
- 18.Львіна О. Психосоціальні аспекти сексуальної ідентичності. – Київ : Логос, 2018. – 232 с.
- 19.Калениченко Л. Репродуктивне здоров'я молоді. – Київ : Логос, 2018. – 240 с.
- 20.Кизь Г. Основи сексології. – Львів : ЛНУ ім. І. Франка, 2013. – 216 с.
- 21.Кизь Г. Психологічна адаптація ЛГБТ-осіб. – Київ : Академвидав, 2021. – 210 с.
- 22.Кизь Г. Психологія сексуальності. – Львів : ЛНУ ім. І. Франка, 2019. – 248 с.
- 23.Клименко Н. Гендер і сексуальність в українській культурі. – Київ : Либідь, 2017. – 248 с.
- 24.Клименко Н. Психологія статі та сексуальності. – Харків : ХНУ ім. В. Каразіна, 2017. – 248 с.
- 25.Клименко Н. Статеворольова та сексуальна ідентичність в Україні. – Київ : Наукова думка, 2017. – 212 с.
- 26.Комарова Ю. Сексуальна ідентичність молоді. – Одеса : СВД, 2021. – 176 с.
- 27.Кочарян І. Сексологія та сексопатологія. – Харків : ХНМУ, 2010. – 312 с.
- 28.Кочарян І. Психологія гендеру та сексуальності. – Львів : Літопис, 2020. – 192 с.
- 29.Маркова М. Психологія інтимності та близькості. – Львів : Сполом, 2021. – 180 с.
- 30.Москаленко В. Сексуальна ідентичність та психічне здоров'я. – Київ : Центр навчальної літератури, 2018. – 176 с.
- 31.Поліщук О. Психологія дискримінації. – Київ : Академвидав, 2019. – 188 с.
- 32.Савченко С. Гендерна ідентичність. – Львів : ВСЛ, 2020. – 204 с.
- 33.Савченко S. Sexual flexibility and identity formation // Social Psychology. – 2020. – P. 67–75.

34. Стельмах Н. Гендерні ідентичності ХХІ століття. – Львів : Літопис, 2020. – 203 с.
35. Стовбир С. Сексуальна культура молоді. – Тернопіль : ТНПУ, 2017. – 198 с.
36. Ткач Л. Історія гомосексуальності в Україні. – Львів : ВСЛ, 2022. – 192 с.
37. Ткач О. Сексуальна орієнтація і гендерний розвиток у підлітків. – Львів : ВСЛ, 2022. – 184 с.
38. Ткач О. Сексуальна ідентичність та гендерна роль. – Львів : Ліра-К, 2016. – 224 с.
39. Українська Гельсінська спілка з прав людини. Права ЛГБТ в Україні: аналітичні звіти 2020–2022. – Київ, 2020–2022.
40. Український інститут соціальних досліджень. Толерантність українського суспільства. – Київ, 2022. – 64 с.
41. Центр «Наш світ». Рівень толерантності до ЛГБТ в Україні. – Київ : Наш світ, 2022. – 58 с.
42. КМІС. Ставлення населення України до одностатевих партнерств. – Київ, 2022. – 48 с.
43. МОН України. Посібник з недискримінації в освіті. – Київ, 2021. – 72 с.
44. Allport G. The Nature of Prejudice. – Cambridge : Addison-Wesley, 1954. – 537 с.
45. American Psychological Association. Guidelines for Psychological Practice with LGB Clients. – Washington, DC : APA, 2012. – 50 с.
46. Amnesty International. Annual Human Rights Report. – London : Amnesty International, 2021. – 112 с.
47. Arriola J. Sexual identity development in adolescence // Journal of Adolescent Research. – 2020. – С. 234–249.
48. Bancroft J. Human Sexuality and Its Problems. – Edinburgh : Churchill Livingstone, 2009. – 592 с.
49. Barker M., Scheele J. Queer: A Graphic History. – London : Icon Books, 2016. – 176 с.

50. Basson R. Are traditional models of female sexual response relevant today? // JSMT. – 2001. – C. 385–404.
51. Baumeister R. The Cultural Animal. – Oxford : OUP, 2005. – 416 c.
52. Baumeister R. Self and Identity. – New York : Psychology Press, 2013. – 288 c.
53. Bem S. The Lenses of Gender. – Yale UP, 1993. – 272 c.
54. Bem D. Exotic Becomes Erotic // Psychological Review. – 1996. – C. 320–335.
55. Blackwell C. LGBT identity and mental health // AJCP. – 2021. – C. 122–143.
56. Bogardus E. A Social Distance Scale // Sociology and Social Research. – 1933. – P. 265–271 c.
57. Bos H., Sandfort T. Sexual orientation and gender identity // Annual Review of Psychology. – 2015. – C. 435–461.
58. Brzek R., Pondelickova K. Historical Perspectives on Same-Sex Practices in Central Europe. – Prague : Karolinum Press, 1992. – 176 c.
59. Bullough V., Bullough B. Sexual Variance in Society and History. – New York : Harper & Row, 1993. – 352 c.
60. Bullough V., Bullough B. Human Sexuality: An Encyclopedia. – New York : Garland, 1994. – 480 c.
61. Butler J. Gender Trouble. – New York : Routledge, 1990. – 232 c .
62. Cass V. Homosexual Identity Formation // Journal of Homosexuality. – 1979. – C. 219–235.
63. Čermák I. Sexualita člověka. – Praha : Portál, 2005. – 246 c.
64. Connell R. Gender and Power. – Stanford UP, 1987. – 256 c.
65. Diamond L. Sexual Fluidity. – Cambridge : Harvard UP, 2008. – 288 c.
66. Dörner G. Neuroendocrine Factors in Sexual Differentiation and Orientation. – Springer, 1983. – 256 c.
67. Ehrenreich B., English D. For Her Own Good. – New York : Anchor Books, 2005. – 384 c .
68. EU FRA. LGBTI Survey II. – Luxembourg, 2020. – 68 c.
69. Fanel M. Sexual Norms in Early European Societies. – Prague : Academia, 2000. – 212 c.

70. Fausto-Sterling A. *Sex/Gender*. – New York : Routledge, 2012. – 176 c.
71. Fausto-Sterling A. *Sexing the Body*. – New York : Basic Books, 2000. – 304 c.
72. Fisher H. *Anatomy of Love*. – New York : W. W. Norton, 2016. – 320 c.
73. Fish J. *LGBT Health Inequalities*. – Bristol : Policy Press, 2012. – 240 c.
74. Foucault M. *The History of Sexuality*. – New York : Vintage Books, 1999. – 304 c.
75. Giddens A. *Sociology*. – Cambridge : Polity Press, 2013. – 1120 c.
76. Hamer D., Hu S. DNA markers... // *Science*. – 1993. – P. 321–327 c.
77. Heck N., Livingston N. Suicide risk among LGBT youth // *Clinical Psychology Review*. – 2019. – C. 1–11.
78. Herek G., McLemore K. ATLG Scale // *Handbook of Sexuality-Related Measures*. – Routledge, 2011. – C. 415–417.
79. Herek G. Attitudes toward lesbians and gay men // *Journal of Homosexuality*. – 1984. – C. 39–59.
80. Herek G. Hate crimes and sexual stigma // *American Psychologist*. – 2009. – C. 207–217.
81. Houlbrook M. *Queer London*. – Chicago : University of Chicago Press, 2005. – 400 c.
82. Human Rights Watch. *Ukraine: LGBT Rights Review*. – New York : HRW, 2020. – 42 c.
83. Hyde J., DeLamater J. *Understanding Human Sexuality*. – McGraw-Hill, 2017. – 678 c.
84. ILGA-Europe. *Rainbow Europe Index*. – Brussels, 2022. – 38 c.
85. Irvine J. *Disorders of Desire*. – Philadelphia : Temple UP, 2005. – 280 c.
86. Janosova M. *Homosexuality in Czech History*. – Prague : Charles UP, 2000. – 198 c.
87. Janosova J. *Coming Out in Czech Society*. – Prague : Charles UP, 2015. – 198 c.
88. Janoušek J. *Sociální psychologie*. – Praha : Karolinum, 2021. – 314 c.
89. Kaplan R. *Stigma and Sexual Minorities*. – Oxford : OUP, 2018. – 256 c.
90. Kimmel M. *The Gendered Society*. – New York : OUP, 2017. – 432 c.

91. Kinsey A., Pomeroy W., Martin C. *Sexual Behavior in the Human Male*. – Philadelphia : Saunders, 1948. – 804 c.
92. Kinsey A., Pomeroy W., Martin C., Gebhard P. *Sexual Behavior in the Human Female*. – Philadelphia : Saunders, 1953. – 842 c.
93. Klein M. Social context of LGBT identity // *Journal of Social Identity Psychology*. – 2019. – C. 298–309.
94. Kurdek L. Same-sex couples: What we know // *Current Directions in Psychological Science*. – 2004. – C. 251–254.
95. Laumann E. *The Social Organization of Sexuality*. – Chicago : University of Chicago Press,
96. LeVay S. *Gay, Straight, and the Reason Why*. – Oxford : OUP, 2016. – 336 c.
97. Maslow A. *Motivation and Personality*. – New York : Harper & Row, 1970. – 369 c.
98. Masters W., Johnson V. *Human Sexual Response*. – Boston : Little, Brown, 1966. – 366 c.
99. Meyer I. Minority Stress... // *Psychological Bulletin*. – 2003. – C. 674–697.
100. Mikulincer M., Shaver P. *Attachment in Adulthood*. – New York : Guilford Press, 2016. – 560 c.
101. Mondimore F. *A Natural History of Homosexuality*. – New York : Yale UP, 1996. – 320 c.
102. Moran L. *Law, Sexuality and Society*. – Oxford : OUP, 2020. – 352 c.
103. Morrison M. A., Morrison T. G. Modern Homonegativity Scale // *Journal of Homosexuality*. – 2002. – C. 15–37.
104. Peplau L., Garnets L. A new paradigm... // *Journal of Social Issues*. – 2000. – C. 320–342.
105. Perales F. The cognitive roots of prejudice... // *Intelligence*. – 2018. – C. 117–127.
106. Pitonyak M. *Sexuality and Identity*. – Prague : Charles UP, 2016. – 178 c.
107. Rado S. A critical examination of the concept of bisexuality // *Psychosomatic Medicine*. – 1940. – C. 459–467.

108. Rogers C. *On Becoming a Person*. – Boston : Houghton Mifflin, 1961. – 420 c.
109. Ryan C. Family acceptance and LGBT youth // *Pediatrics*. – 2014. – C. 155–162.
110. Sadová M. *Sexualita a identita*. – Praha : Triton, 2019. – 276 c.
111. Sandfort T. Sexual health and minority stress // *Health Psychology*. – 2014. – C. 620–628.
112. Savin-Williams R. *The New Gay Teenager*. – Cambridge : Harvard UP, 2005. – 336 c.
113. Seligman M. *Learned Optimism*. – New York : Vintage, 2006. – 336 c.
114. Smith E. Social identity and sexual minorities // *Journal of Applied Social Psychology*. – 2020. – C. 145–154.
115. Tajfel H., Turner J. *The Social Identity Theory of Intergroup Behavior*. – Chicago : Nelson-Hall, 1986. – 42 c.
116. Turner J. Self-concept and categorization // *European Journal of Social Psychology*. – 1999. – C. 699–715.
117. UN Women. *Gender, Equality and SOGI Issues*. – New York : UN Women, 2020. – 44 c.
118. UNICEF. *Protection of LGBT adolescents*. – Geneva : UNICEF, 2021. – 36 c.
119. World Health Organization. *Defining Sexual Health*. – Geneva : WHO, 2006. – 35 c.
120. World Health Organization. *Sexual health, human rights and the law*. – Geneva : WHO, 2015. – 63 c.
121. World Health Organization. *Sexual health and human rights*. – Geneva : WHO, 2018. – 102 c.
122. World Health Organization. *ICD-11*. – Geneva : WHO, 2019. – 6. c.
123. Wright L. The psychology of sexual orientation // *Journal of Personality Research*. – 2017. – C. 233–240.
124. Žitná A. *Sexualita a společnost*. – Brno : Masaryk UP, 2019. – 233 c.
125. Zychlinska Z. *Identity in Adolescence*. – Brno : Masaryk UP, 2021. – 198 c.

ДОДАТКИ

Додаток А

Демографічна анкета (авторська)

Інструкція для респондента:

Будь ласка, дайте відповіді на наведені нижче запитання. Дані є анонімними та використовуються виключно для наукових цілей.

1. Стать:

- Жіноча
- Чоловіча
- Інша

2. Вік (у роках):

Ваша відповідь: _____

3. Рівень освіти:

- Середня
- Середня спеціальна
- Вища

4. Тип місцевості, у якій ви проживаєте:

- Село
- Мале місто (до 100 тисяч осіб)
- Середнє місто (100-500 тисяч осіб)
- Велике місто (більше 500 тисяч осіб)

5. Рівень релігійності (за шкалою від 1 до 5):

(1 — зовсім нерелігійний/-на, 5 — дуже релігійний/-на)

Оцініть: 1 2 3 4 5

6. Чи маєте ви особистий контакт з ЛГБТ-людьми?

Так

Ні

7. Якщо «так», зазначте тип контакту:

Родич

Друг/подруга

Знайомий/-а

Колега

Додаток Б

Attitudes Toward Lesbians and Gay Men Scale, Revised 5-Item Version.

Шкала ставлення до гомосексуальних чоловіків та жінок, 5-пунктова версія (ATLG-R-S5).

Автор: Грегорі М. Герек (Gregory M. Herek).

Таблиця 1. ATG-R-S5 (ставлення до гомосексуальних чоловіків)

| № | Оригінальне твердження (English) | Переклад (Українською) |
|---|--|---|
| 1 | Sex between two men is just plain wrong. | «Секс між двома чоловіками просто неправильний.» |
| 2 | I think male homosexuals are disgusting. | «Я вважаю, що чоловіки-гомосексуали — огидні.» |
| 3 | Male homosexuality is a natural expression of sexuality in men. (reverse scored) | «Чоловіча гомосексуальність — природний прояв сексуальності в чоловіків.» (зворотне кодування) |
| 4 | Male homosexuality is a perversion. | «Чоловіча гомосексуальність — це збочення.» |
| 5 | Male homosexuality is merely a different kind of lifestyle that should not be condemned. (reverse scored) | «Чоловіча гомосексуальність — це просто інший спосіб життя, який не слід засуджувати.» (зворотне кодування) |

Таблиця 2. ATL-R-S5 (ставлення до гомосексуальних жінок)

| № | Оригінальне твердження (English) | Переклад (Українською) |
|---|---|---|
| 1 | Sex between two women is just plain wrong. | «Секс між двома жінками просто неправильний.» |
| 2 | I think female homosexuals (lesbians) are disgusting. | «Я вважаю, що лесбійки — огидні.» |
| 3 | Female homosexuality is a natural expression of sexuality in women. (reverse scored) | «Жіноча гомосексуальність — природний прояв сексуальності в жінок.» (зворотне кодування) |
| 4 | Female homosexuality is a perversion. | «Жіноча гомосексуальність — це збочення.» |
| 5 | Female homosexuality is merely a different kind of lifestyle that should not be condemned. (reverse scored) | «Жіноча гомосексуальність — це просто інший спосіб життя, який не слід засуджувати.» (зворотне кодування) |

Шкала соціальної дистанції Богардуса.

Автор: Еморі Богардус (Emory S. Bogardus).

Пункти шкали:

1. Прийняв/-ла б ЛГБТ-людину як члена моєї родини.
2. Прийняв/-ла б ЛГБТ-людину як мого близького друга.
3. Прийняв/-ла б ЛГБТ-людину як сусіда на моїй вулиці.
4. Прийняв/-ла б ЛГБТ-людину як мого колегу по роботі/навчанні.
5. Прийняв/-ла б ЛГБТ-людину як громадянина моєї країни.
6. Не хотів/-ла б мати жодного контакту з ЛГБТ-людьми.

Modern Homonegativity Scale (MHS)

Шкала сучасної гомонегативності (MHS)

Автор: Марі Е. Кайт (Mary E. Kite, Ball State University)

Таблиця 1. MHS-G (ставлення до геїв)

| № | Оригінальне твердження (English) | Переклад (Українською) |
|---|--|---|
| 1 | Gay men have all the rights they need.* | Геї-чоловіки мають усі необхідні їм права.* |
| 2 | Gay men have become far too confrontational in their demand for equal rights.* | Геї-чоловіки стали надто конфронтаційними у вимогах рівних прав.* |
| 3 | Gay men should stop shoving their lifestyle down other people's throats.* | Геї-чоловіки повинні припинити нав'язувати свій спосіб життя іншим людям.* |
| 4 | Gay men seem to focus on the ways in which they differ from heterosexuals, and ignore the ways in which they are similar.* | Геї-чоловіки, здається, зосереджуються на відмінностях від гетеросексуалів і нехтують спільними рисами.* |
| 5 | Gay men who are "out of the closet" should be admired for their courage.* (R) | Геї-чоловіки, які відкрито заявляють про свою орієнтацію, заслуговують на захоплення за сміливість.* (R) |
| 6 | Many gay men use their sexual orientation so that they can obtain special rights and privileges.* | Багато геї-чоловіків використовують свою сексуальну орієнтацію, щоб отримати особливі права та привілеї.* |
| 7 | Gay men no longer need to protest for equal rights.* | Геї-чоловікам більше не потрібно протестувати за рівні права.* |

| № | Оригінальне твердження (English) | Переклад (Українською) |
|----|--|--|
| 8 | In today's tough economic times, Canadians' tax dollars shouldn't be used to support gay men's organizations.* | У сучасні складні економічні часи податки канадців не повинні витратитися на підтримку організацій гей-чоловіків.* |
| 9 | The notion of universities providing degrees in gay and lesbian studies is ridiculous. | Ідея про те, що університети надають ступені з гей- та лесбійських студій, є абсурдною. |
| 10 | Gay men should stop complaining about the way they are treated in society, and simply get on with their lives. | Гей-чоловіки повинні припинити скаржитися на своє ставлення у суспільстві та просто продовжувати жити своїм життям. |
| 11 | Celebrations such as "Gay Pride Day" are ridiculous because they assume that an individual's sexual orientation should constitute a source of pride. | Свята, такі як «Gay Pride Day», абсурдні, оскільки припускають, що сексуальна орієнтація людини має бути джерелом гордості. |
| 12 | If gay men want to be treated like everyone else, then they need to stop making such a fuss about their sexuality/culture. | Якщо гей-чоловіки хочуть, щоб до них ставилися як до всіх інших, їм слід припинити робити акцент на своїй сексуальності та культурі. |

Таблиця 2. MHS-L (ставлення до лесбійок)

| № | Оригінальне твердження (English) | Переклад (Українською) |
|---|---|---|
| 1 | The notion of universities providing degrees in gay and lesbian studies is ridiculous.* | Ідея про те, що університети надають ступені з гей- та лесбійських студій, є абсурдною.* |
| 2 | Celebrations such as "Gay Pride Day" are ridiculous because they assume that an individual's sexual orientation should constitute a source of pride.* | Свята, такі як «Gay Pride Day», абсурдні, оскільки передбачають, що сексуальна орієнтація людини має бути джерелом гордості.* |
| 3 | Lesbian women should stop shoving their lifestyle down other people's throats.* | Лесбійки повинні припинити нав'язувати свій спосіб життя іншим людям.* |
| 4 | Lesbian women seem to focus on the ways in which they differ from heterosexuals, and ignore the ways in which they are the same.* | Лесбійки, здається, зосереджуються на відмінностях від гетеросексуалів і нехтують спільними рисами.* |
| 5 | Many lesbian women use their sexual orientation so that they can obtain special rights and privileges.* | Багато лесбійок використовують свою сексуальну орієнтацію, щоб отримати особливі права та привілеї.* |
| 6 | Lesbian women have become far too confrontational in their demand for equal rights.* | Лесбійки стали надто конфронтаційними у своїх вимогах рівних прав.* |
| 7 | Lesbian women who are "out of the closet" should be admired for their courage.* (R) | Лесбійки, які відкрито заявляють про свою орієнтацію, заслуговують на захоплення за сміливість.* (R) |
| 8 | In today's tough economic times, Canadians' tax dollars shouldn't be used to support lesbian organizations.* | У сучасні складні економічні часи податки канадців не повинні витрачатися на підтримку організацій лесбійок.* |

| № | Оригінальне твердження (English) | Переклад (Українською) |
|----|--|---|
| 9 | If lesbians want to be treated like everyone else, then they need to stop making such a fuss about their sexuality/culture.* | Якщо лесбійки хочуть, щоб до них ставилися як до всіх інших, їм слід припинити робити акцент на своїй сексуальності та культурі.* |
| 10 | Lesbian women should stop complaining about the way they are treated in society, and simply get on with their lives.* | Лесбійки повинні припинити скаржитися на ставлення до них у суспільстві та просто продовжувати жити своїм життям.* |
| 11 | Lesbian women no longer need to protest for equal rights. | Лесбійкам більше не потрібно протестувати за рівні права. |
| 12 | Lesbian women have all the rights they need | Лесбійки мають усі необхідні їм права. |

*Твердження із зірочкою є зворотно скоринговими (reverse-scored items).

Графічно зображені результати демографічного анкетування

1. Розподіл за статтю

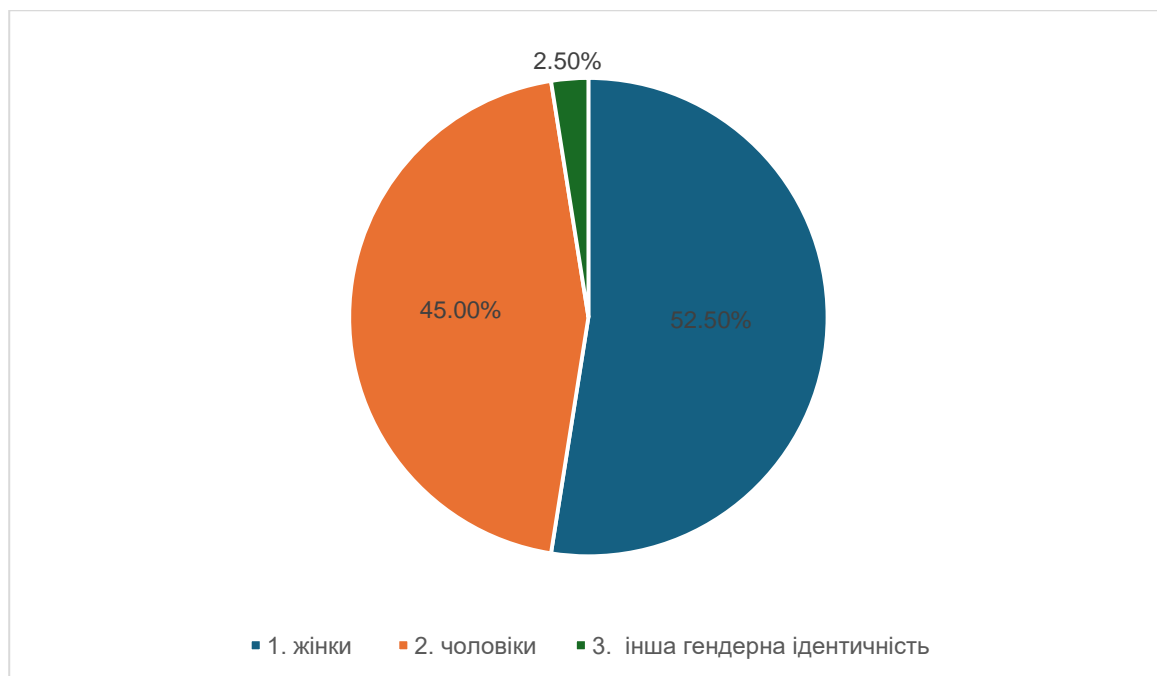


Рис.Д.1.

Діаграма демонструє, що вибірка є відносно збалансованою за статтю: жінки становлять 52,5 %, чоловіки — 45,0 %, а 2,5 % респондентів ідентифікують себе поза бінарними гендерними категоріями. Така структура дозволяє проводити порівняльний аналіз між групами, зокрема щодо рівня гомонегативних установок.

2. Розподіл за віком

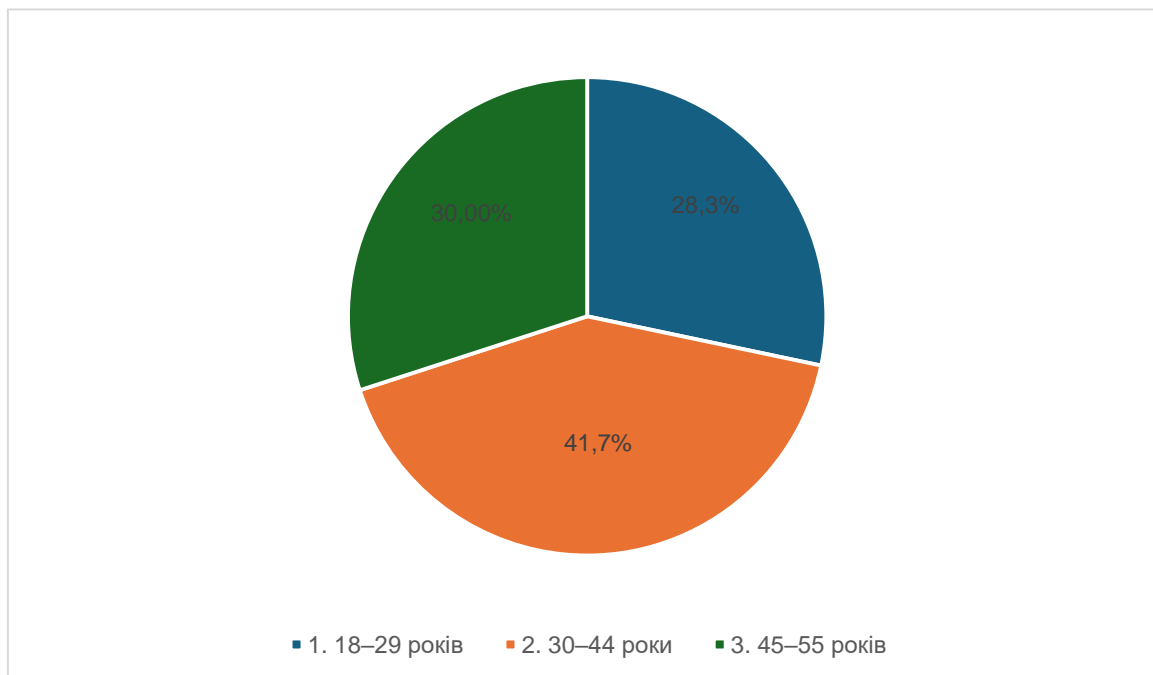


Рис.Д.2.

Найбільшу частку вибірки становлять респонденти віком 30–44 роки (41,7 %), тоді як групи 18–29 та 45–55 років охоплюють 28,3 % і 30,0 % відповідно. Переважання осіб середнього та старшого віку узгоджується з вищими показниками гомонегативних установок, виявленими у подальшому аналізі.

3. Рівень освіти респондентів

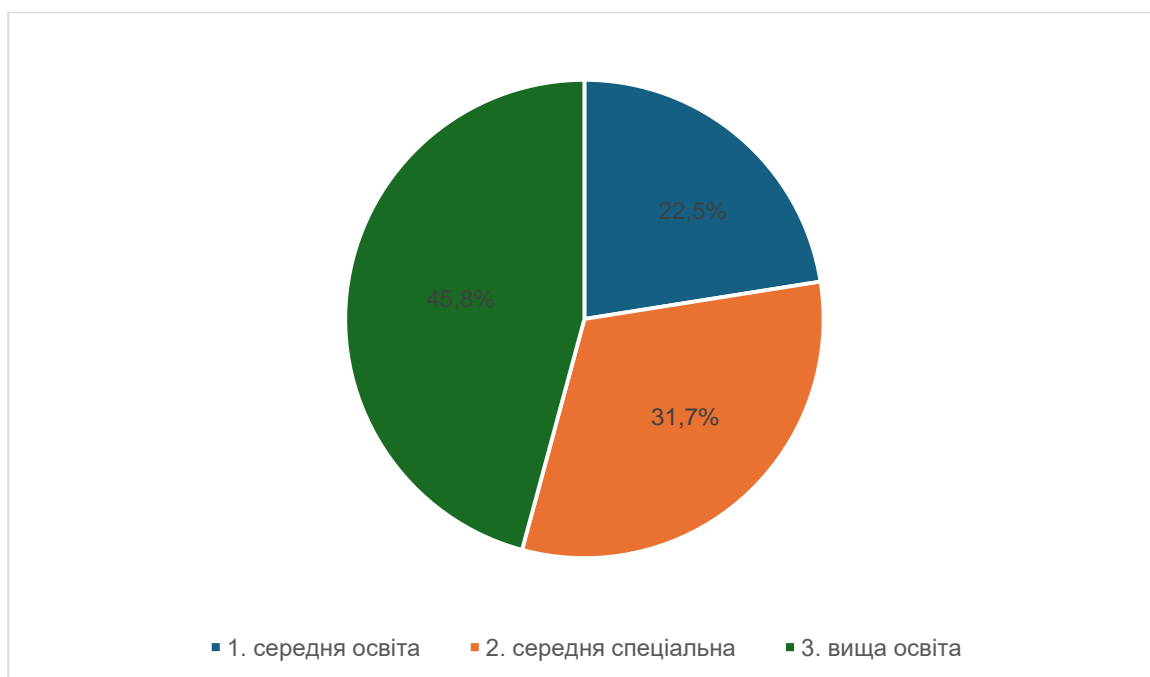


Рис.Д.3.

Розподіл показує, що 45,8 % учасників мають вищу освіту, тоді як респонденти з середньою спеціальною та середньою освітою становлять разом 54,2 %.

4. Тип місцевості проживання

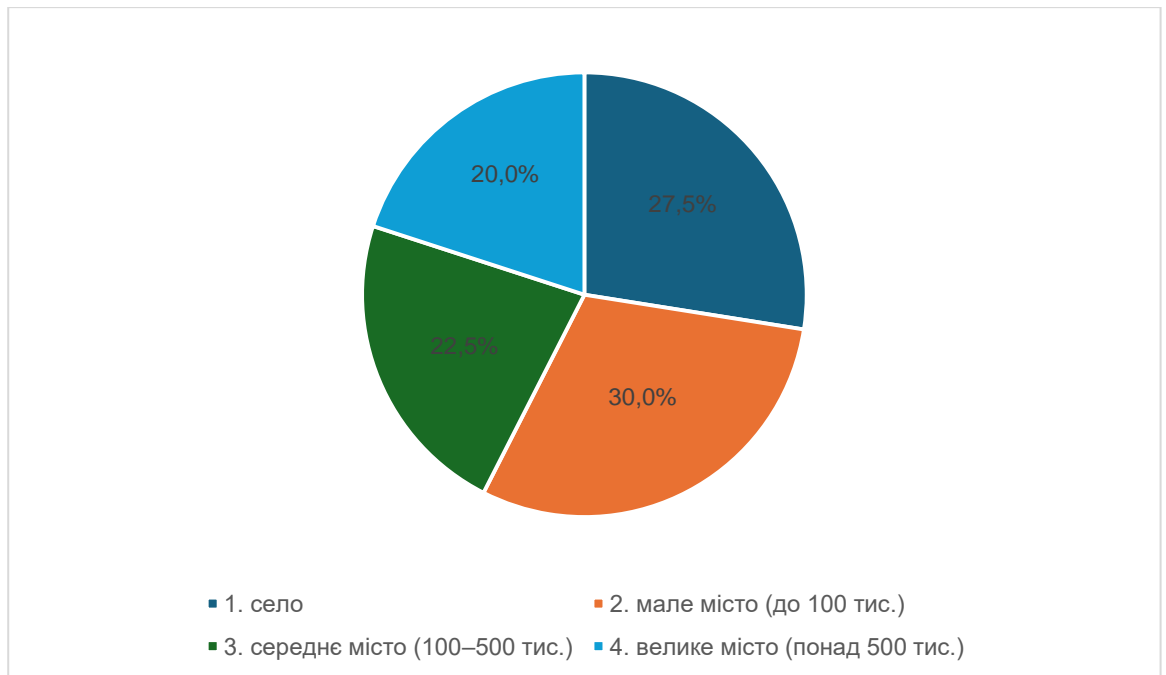


Рис.Д.4.

Як видно з діаграми, більшість респондентів проживають у сільських населених пунктах (27,5 %) та малих містах (30,0 %). Лише 42,5 % проживають у середніх або великих містах. Переважання респондентів із більш консервативних соціальних середовищ корелює з вищими показниками негативних установок.

5. Рівень релігійності

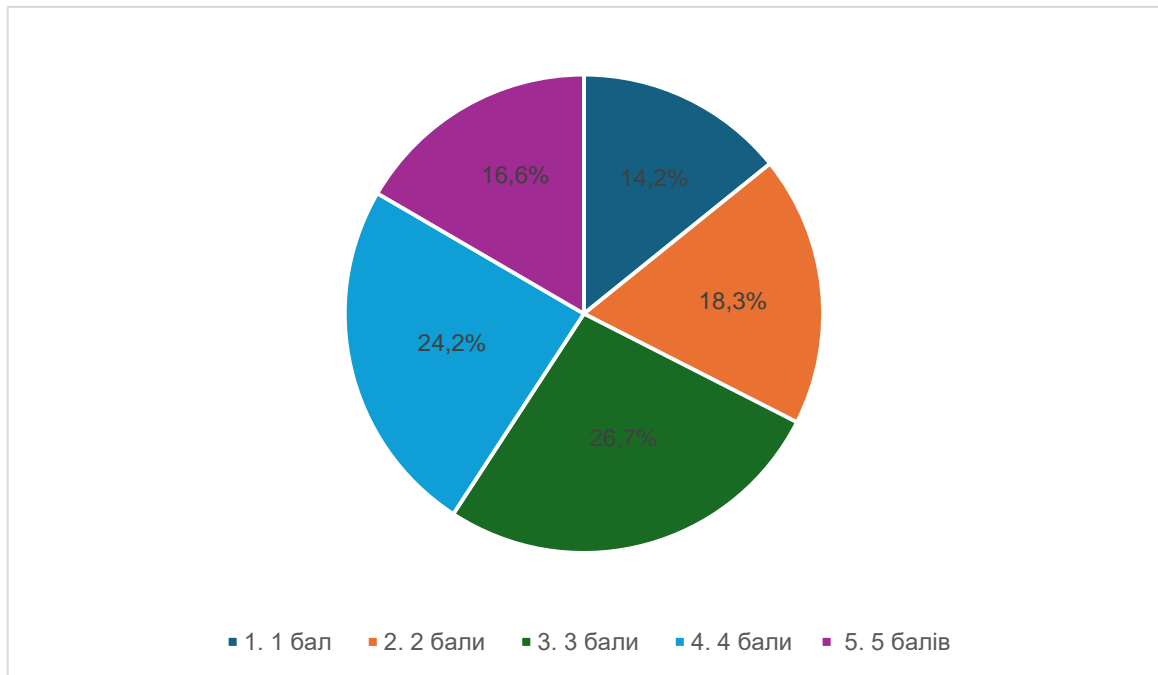


Рис.Д.5.

Результати демонструють градацію релігійності від 1 до 5 балів, де найбільшу частку становлять респонденти з середнім рівнем релігійності (3–4 бали) — 40,8 %. Високий рівень (5 балів) мають 16,6 % опитаних. Подальший статистичний аналіз підтвердив, що релігійність є значущим предиктором гомонегативних установок.

6. Наявність особистого контакту з ЛГБТ-людьми

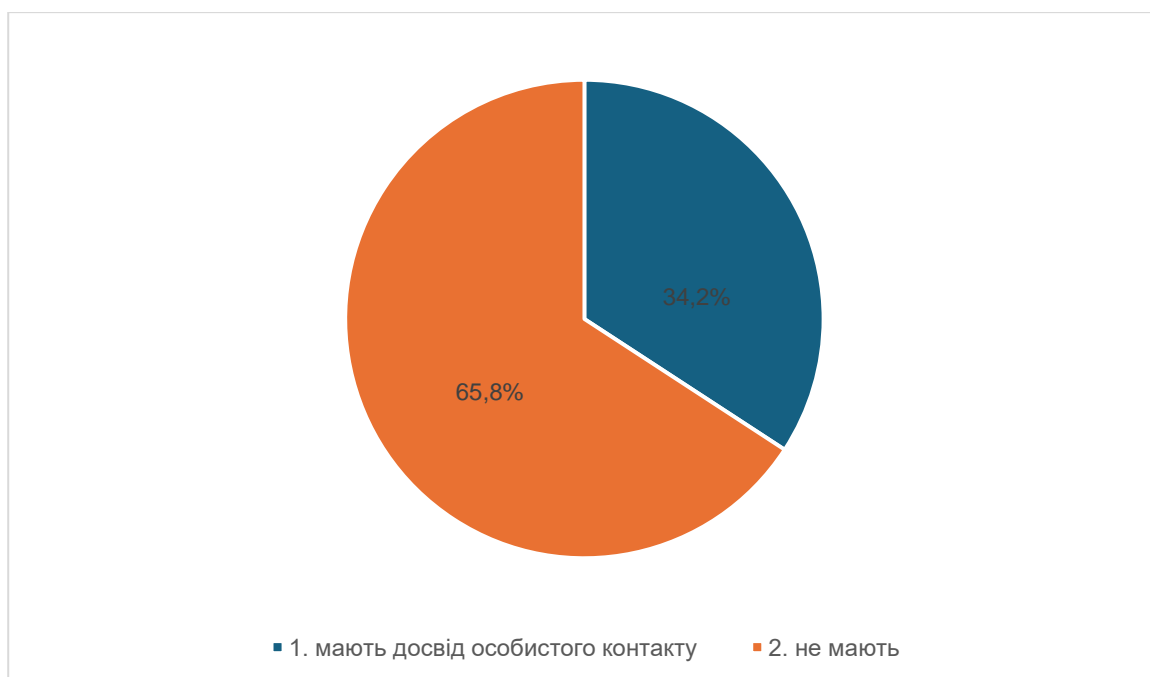


Рис.Д.6.

Згідно з результатами, 65,8 % респондентів не мають особистого досвіду взаємодії з ЛГБТ-людьми, тоді як 34,2 % такий досвід мають. Відсутність контакту виявилася пов'язаною з вищими рівнями гомонегативних установок за всіма вимірюваними шкалами.

7. Тип особистого контакту (серед тих, хто має досвід)

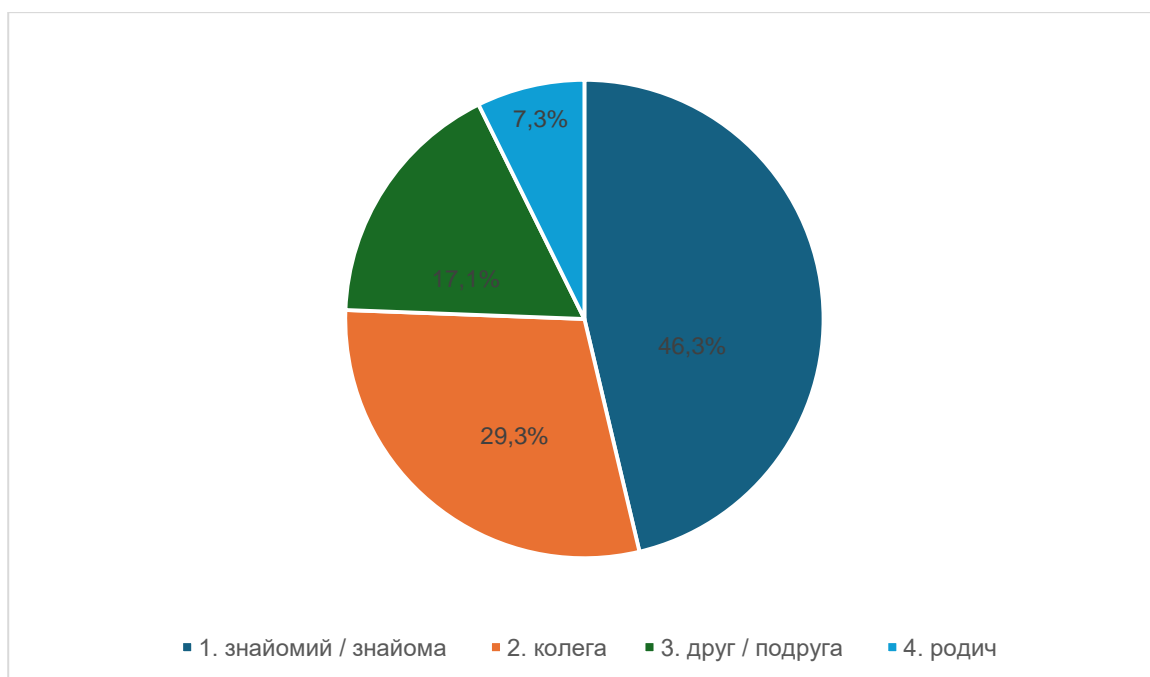


Рис.Д.7.

Серед респондентів, які мають особистий контакт з ЛГБТ-людьми, найчастіше зазначають знайомих (46,3 %) та колег (29,3 %). Дружні зв'язки становлять 17,1 %, а родинні — 7,3 %. Ближчі форми контакту (дружні та родинні) трапляються рідше, однак саме вони найсильніше пов'язані зі зниженням гомонегативних установок.



Звіт подібності

Метадані

Назва організації

Melitopol State Pedagogical University named after V.Khmelnyskyi

Заголовок

Галас_Р_магістерська робота

Автор Науковий керівник / Експерт

Галас РОлександр Непша

підрозділ

Melitopol State Pedagogical University named after V.Khmelnyskyi

Обсяг знайдених подібностей

Коефіцієнт подібності визначає, який відсоток тексту по відношенню до загального обсягу тексту було знайдено в різних джерелах. Зверніть увагу, що високі значення коефіцієнта не автоматично означають плагіат. Звіт має аналізувати компетентна / уповноважена особа.



17001

Кількість слів



132920

Кількість символів