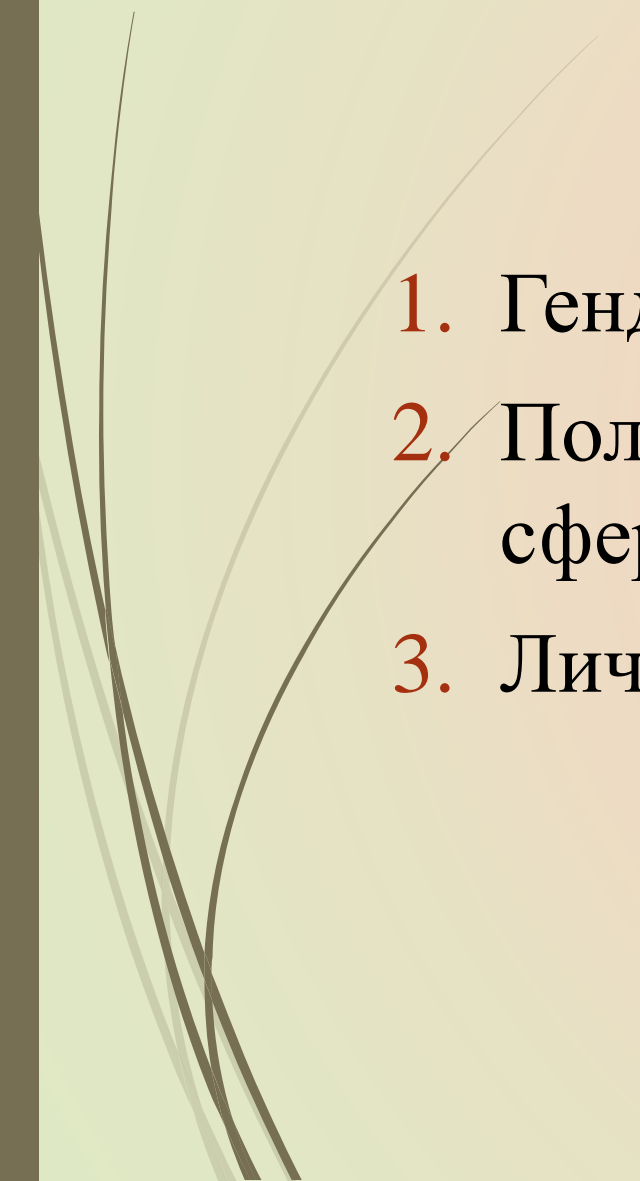


Лекция №2

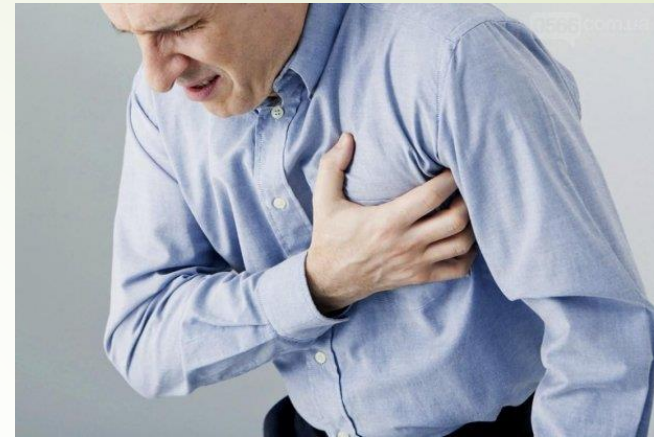
Сравнение здоровьесберегающего поведения и психологических особенностей мужчин и женщин.



План лекции

1. Гендерная демография и здоровьесбережение.
 2. Половые различия в психомоторной и когнитивной сферах личности
 3. Личностные особенности мужчин и женщин.
- 

Гендерная демография и здоровьесбережение



- Для ответа на этот вопрос - кто больше и чаще болеет — мужчины или женщины, и соответственно, кто более здоров - нужно учитывать множество факторов: страну, культуру, характер заболевания, возрастную группу, критерии оценки здоровья.
- Если взять такой показатель, как обращение к врачу и субъективные жалобы, то женщины болеют гораздо чаще. Однако причиной этого оказывается не частота и тяжесть заболеваний, а то, что во многих культурах осуждаются мужчины, нарушающие стереотип «сильного пола», в который входят такие черты, как «крепкое здоровье» и невнимание к болезненным симптомам.
- Толкот Парсонс, говоря о свойственном женщинам экспрессивном стиле общения, считал естественным для них демонстрировать свою болезненность, поскольку общество позволяет им быть слабыми, и женщины с готовностью принимают эту роль (1951)

Ожидаемая продолжительность жизни мужчин и женщин

- ▶ Показатель продолжительности жизни наиболее четко отражает биологическую и социальную выживаемость каждого пола
- ▶ По данным на 2017 год средний возраст смерти мужчин в Российской Федерации составил 67,5 года, а соответствующий показатель среди женщин - 77, 6 лет; соответственно **разница между этими показателями составляет более 10 лет.**
- ▶ **Чем более развитой и социально благополучной является страна в целом или ее отдельный регион, тем меньше разница в ожидаемой продолжительности между женщинами и мужчинами** (например, в Швеции разница в ожидаемой продолжительности жизни всего лишь 4 года). В Москве ожидаемая продолжительность жизни составила 79,8 лет у женщин и 71,5 лет у мужчин, а в Рязанской области 75,8 и 63 года, соответственно **разница между полами в ожидаемой продолжительности в Москве почти в два раза ниже, чем в нашем регионе (по данным на 2011 год).**
- ▶ Одной из наиболее распространенных причин, объясняющих раннюю смертность мужского населения, является опасное в отношении здоровья поведение мужчин, большая распространенность вредных привычек, работа в тяжелых и опасных условиях. Следует заметить, что **с увеличением доли женщин, занятых на производстве, а также постепенным распространением среди них привычек и форм поведения, считавшихся ранее прерогативой мужчин, женский потенциал сохранения здоровья стал нарушаться, что негативно сказалось на качестве жизни, безопасности и репродуктивности женщин.**

Статистика заболеваемости и смертности мужчин и женщин

- ▶ **Анализ причин смертности мужчин и женщин** в России показывает кратные различия в уровне смертности мужчин и женщин вследствие внешних причин (**в 3,4 раза**), инфекционных и паразитарных болезней (**в 2,9 раз**) и болезней органов дыхания (**в 2,4 раза**). Мужчины чаще погибают от причин, не связанных с состоянием здоровья (криминал, несчастные случаи и аварии), а также в связи с профессиональной вредностью и нездоровым образом жизни (алкоголизм, табакокурение, наркотики).
- ▶ **Онкология.** Если среди заболевших женщин наиболее часто опухоли локализируются в репродуктивных органах, то новообразования у мужчин чаще всего относятся к органам дыхания (трахеи, бронхов, легкого), превышая показатели женщин по этой локализации в 4,5 раза.
- ▶ **Динамика заболеваний, передаваемых половым путем** (в том числе ВИЧ), алкоголизма, показывает, что при нынешнем безусловном «доминировании» мужчин происходит постепенное сближение показателей по мужскому и женскому населению
- ▶ Мужчины кратно превосходят женщин по числу завершенных суицидов (**среднемировой коэффициент примерно 4:1**). Попытка самоубийства женщины часто имеет в качестве мотива «крик о помощи»; поэтому способ самоубийства избирается менее фатальным (например, медикаментозное отравление)

Гендерные особенности здоровьесберегающего поведения

Типы «трудных» пациентов-мужчин

Строго следующие гендерным стереотипам «мужественности»

- Игнорируют симптомы болезни, поэтому, поздно обращаются к врачу
- Причины – особенности гендерного воспитания мужчин старшего и среднего поколения, а также неверие в возможности медицины

Целеустремленные ипохондрики

- Чрезмерно обращают внимание на болезненные симптомы
- Готовы пройти всевозможные обследования, лишь бы добиться результата (не выздоровления, а того, для чего это затевалось – «больничный», возможность избежать службы в армии, доказать что-либо близким)

Гендерные особенности здоровьесберегающего поведения

Психологические особенности пациенток-женщин

- ▶ В отличие от мужчин, более ориентированных на результат диагностики и лечения, **для большинства пациенток не менее важен процесс**, а именно возможность получить ответы на многочисленные вопросы, не всегда имеющие прямое отношение к болезни, ощутить поддержку, заботу и интерес врача не только к болезни, но и к ней самой.
- ▶ Женщины в большей степени настроены вести здоровый образ жизни; в первую очередь это касается здорового питания, диет и биодобавок.
- ▶ Поскольку гендерное воспитание формирует женщин ответственными не только за свое здоровье, но и за здоровье членов семьи, они, как правило, **более информированы в медицинской сфере**. Более того, они «перегружены» медицинской информацией из интернета, СМИ, ТВ, и при расхождении назначений врача с рекомендациями «интернет-специалистов», **часто склонны не доверять врачам**.
- ▶ В то же время, при сформированных доверительных отношениях с врачом их лечение протекает эффективнее; одним из показателей является **достоверно большее влияние на пациенток эффекта плацебо**.

Половые различия в психомоторике

- В обзоре Эвелин Маккоби и Кэрол Джеклин (1974) выделено 4 статистически значимых психологических отличия между полами (**способности к ориентированию в пространстве, математические способности, речевые навыки и агрессивность**).
- Исследования психомоторных качеств мужчин и женщин проводятся более 100 лет. Результаты показывают превосходство мужчин в освоении грубой моторики, а женщин — в тонкой моторике — в силе рук, женщин — в дифференцировке мышечных усилий. При этом, **двигательное созревание девочек происходит раньше, чем мальчиков**.
- Следует говорить, скорее, о **своеобразии полов в развитии моторики**. У **мужчин оно скачкообразное** (с резкими спадами и подъемами), у женщин — плавное. Мужчины лучше осваивают новые движения, а женщины — стереотипные. Мужчины и женщины добиваются равной успешности волевого усилия, но по разным причинам: мужчины — благодаря большей силе, а женщины — благодаря большим энергетическим тратам. Техника подъема тяжестей при выполнении рабочих движений у мужчин и женщин также отличается своеобразием, имеются свои преимущества и недостатки у обоих полов.
- Причиной моторных половых различий являются как биологические (разное строение тела у мужчин и женщин; различие в силе; влияние различных гормонов; различная мозговая локализация моторных функций), так и социальные факторы — **большая склонность к риску у мальчиков и мужчин, подражание сверстникам и взрослым представителям своего пола и социальное подкрепление**. Имеющиеся данные следует учитывать при составлении программ двигательного развития мальчиков и девочек, мужчин и женщин.

Средний уровень успешности выполнения тестов на различные способности

Тесты, лучше выполняемые женщинами	Тесты, выполняемые одинаково успешно мужчинами и женщинами	Тесты, лучше выполняемые мужчинами
<ul style="list-style-type: none">• Беглость речи (устной и письменной)• Распознавание эмоций• Тонкие моторные навыки• Простые арифметические операции• Ассоциативная память	<ul style="list-style-type: none">• Словарный запас• Способность собирать объект из частей• Вербальное мышление• Общий показатель вербального интеллекта• Общий показатель невербального интеллекта	<ul style="list-style-type: none">• Полнезависимость• Сложные математические операции• Понимание пространственных связей• Направленные моторные навыки (пример – метание дротика в цель)

Личностные особенности мужчин и женщин

- ▶ 1. **Экстраверсия** в большей степени выражена у мальчиков и мужчин.
- ▶ 2. **Честность/ лживость.** Традиция признавать лживость чертой женщин берет начало с работы Вейнингера. Объяснение состоит в разном осознании мужчинами и женщинами механизмов психологической защиты, лежащих в основе неправды: **у женщин первоисточником обмана является «маленькая» ложь**, в основе которой лежит желание наилучшим образом выглядеть в глазах собеседника. Ложь мужчины более осознана и целенаправленна, **мужчины чаще понимают, с какой целью они это делают.**
- ▶ 3. **Конформность.** В качестве причины большей подверженности женщин внешнему влиянию часто называют то, что они – более социальные и стараются сохранить добрые и гармоничные отношения в группе.



Личностные особенности мужчин и женщин

- 4. **Альтруизм.** Альтруизм как незаметная, заботливая помощь у женщин контрастирует с «кавалерскими» видами помощи у мужчин, либо их готовностью совершить действия, требующие «героических усилий».
- 5. **Эмпатия и эмоциональность.** Женские социальные роли требуют эмпатийной отзывчивости, тогда как мужские предписывают мужчинам быть сильными, стремиться к власти и соревнованию — качества, несовместимые с эмпатийной отзывчивостью. Однако, эмоции – сложное психологическое явление. Наиболее выражены гендерные различия именно во внешней экспрессии выражения эмоций. Женщины более свободны во внешнем проявлении большего спектра эмоций, как положительной, так и отрицательной окраски, обладают большей способностью распознавать эмоции и владеть ими для достижения каких-либо целей. Уже в подростковом возрасте девочки лучше вербализуют свои эмоции.
- 6. **Агрессивность.** Безусловно, физическая агрессия более характерна для мужчин, хотя факты говорят и о физической женской агрессии, особенно в подростковом возрасте. Большая физическая слабость женщины побуждает их прибегать к вербальной агрессии, например, в форме интриг, провокации чувства вины
- 7. **Тревожность.** В большинстве исследований установлена большая тревожность женщин. Мартина Хорнер, исследуя мотивацию достижений с помощью варианта проективной методики ТАТ Хекхаузена обнаружила феномен избегания успеха (боязни успеха, значительно чаще встречающийся у женщин). Оказалось, что 90% мужчин, предвкушая будущий успех в обучении, работе, бизнесе, связывали его с положительными эмоциями. 65% женщин были обеспокоены теми последствиями, которые могли сопровождать их профессиональный успех. Феномен был назван мотивом избегания (или боязнью) успеха.