



ΤΟΞΙΚΗ ΑΡΡΕΝΩΠΟΤΗΤΑ

Πώς η κοινωνία τροφοδοτεί την τοξική αρρενωπότητα: Κοινωνικές προσδοκίες και συμμόρφωση στις νόρμες του παραδοσιακού ανδρικού ρόλου

Κατερίνα Καρανάσιου

Μαρία Βασιλείου

Μικαέλλα Γιαλλουρίδου

ΨΧ78: Εφαρμοσμένη Κοινωνική Ψυχολογία

Τμήμα ψυχολογίας, Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

Χειμερινό Εξάμηνο 2024-2025

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Ορισμός

- Μυθοποιητικό Ανδρικό Κίνημα

-Χαρακτηριστικά

ΘΕΩΡΙΕΣ

- Θεωρίες Ρόλων Φύλου

- Νόρμες

ΕΡΕΥΝΑ ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗΣ

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ

ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ



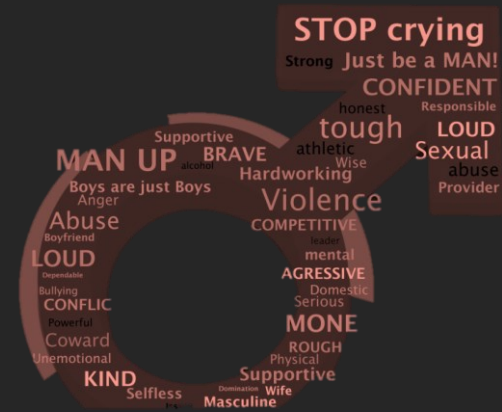
Τοξική
Αρρενωπότητα

Παραδοσιακή
Αρρενωπότητα

Ηγεμονική
Αρρενωπότητα

ΟΡΙΣΜΟΣ

- Σύμφωνα με την APA, η παραδοσιακή αρρενωπότητα διακρίνεται από στωικότητα, ανταγωνιστικότητα, κυριαρχία και επιθετικότητα, η οποία είναι, στο σύνολό της, επιβλαβής (Parras, 2019), χαρακτηρίζοντάς την ως προσκόλληση σε μια σειρά από έμφυλες στάσεις, που εκδηλώνονται συχνότερα σε συμπεριφορές των ανδρών.
- Ο ηγεμονικός ανδρισμός (που έχει διαδοθεί ως τοξικός ανδρισμός) ορίζεται ως τα αρνητικά και κοινωνικά αποτρεπτικά χαρακτηριστικά και συμπεριφορές που συνδέονται με τα εξιδανικευμένα κοινωνικά ανδρικά πρότυπα (Connell, 1987· Courtenay, 2000· Kupers, 2005).



ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

- Υπερανταγωνιστικότητα (Marasco, 2018).
- Ανάγκη επιβολής κυριαρχίας (σωματική, σεξουαλική και πνευματική) (Σπυριδάκης, 2024).
- Ατομικιστική αυτάρκεια (αυτοδύναμοι, ανεξάρτητοι σε ακραίο βαθμό, επιτυχία) (Marasco, 2018).
- Τάση προς τη βία (Sculos, 2017).
- Σοβινισμός (πατριαρχική στάση απέναντι στις γυναίκες – αίσθημα ανωτερότητας) (Σπυριδάκης, 2024).
- Στερεοτυπικές πεποιθήσεις σε σχέση με την σεξουαλικότητα και την έκφραση φύλου (Σπυριδάκης, 2024).
- Σεξισμός, ομοφοβία (Marasco, 2018).
- Συνεχόμενο αίσθημα ανάγκης απόδειξης ανδρισμού (Harrington, 2020).

ΜΥΘΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΑΝΔΡΙΚΟ ΚΙΝΗΜΑ



- Πρώτες εμφανίσεις του όρου «τοξική αρρενωπότητα» στις αρχές της δεκαετία του 1980 από τον ψυχολόγο Shepherd Bliss.
- Η επινόηση του ορισμού έγινε στο πλαίσιο προσπάθειας περιγραφής των τοξικών εκφράσεων του αρρενωπού φύλου (Roberts, 2019).
- Στόχος κινήματος: η απελευθέρωση των ανδρών από τα κυρίαρχα δυτικά ανδρικά ιδανικά και πρότυπα συμπεριφοράς (Gremillion, 2011).

ΘΕΩΡΙΑ ΡΟΛΩΝ ΦΥΛΟΥ

- Οι κοινωνικοί ρόλοι και οι πολιτισμικές προσδοκίες διαμορφώνουν τη συμπεριφορά των ανθρώπων με βάση το βιολογικό φύλο.
- Έμφυτη ανάγκη να υιοθετηθεί ο παραδοσιακός ρόλος του φύλου του ατόμου (Pleck, 1981).
- Κοινωνικές και προσωπικές πιέσεις → συμμόρφωση στους ρόλους.
- Εσωτερίκευση ρόλων ως ταυτότητες φύλου → αίσθηση του εαυτού ως αρσενικό ή θηλυκό (Wood & Eagly, 2012).

Μετριοπαθείς και ταπεινοί άνδρες → ανίκανοι για θέση ηγεσίας



don't cry...

ΝΟΡΜΕΣ

- Νόρμες είναι οι κανόνες και τα πρότυπα που καθοδηγούν και περιορίζουν τη συμπεριφορά του ατόμου μέσα στην κοινωνία (Cialdini & Trost, 1999).

«Τα μεγάλα αγόρια δεν κλαίνε»

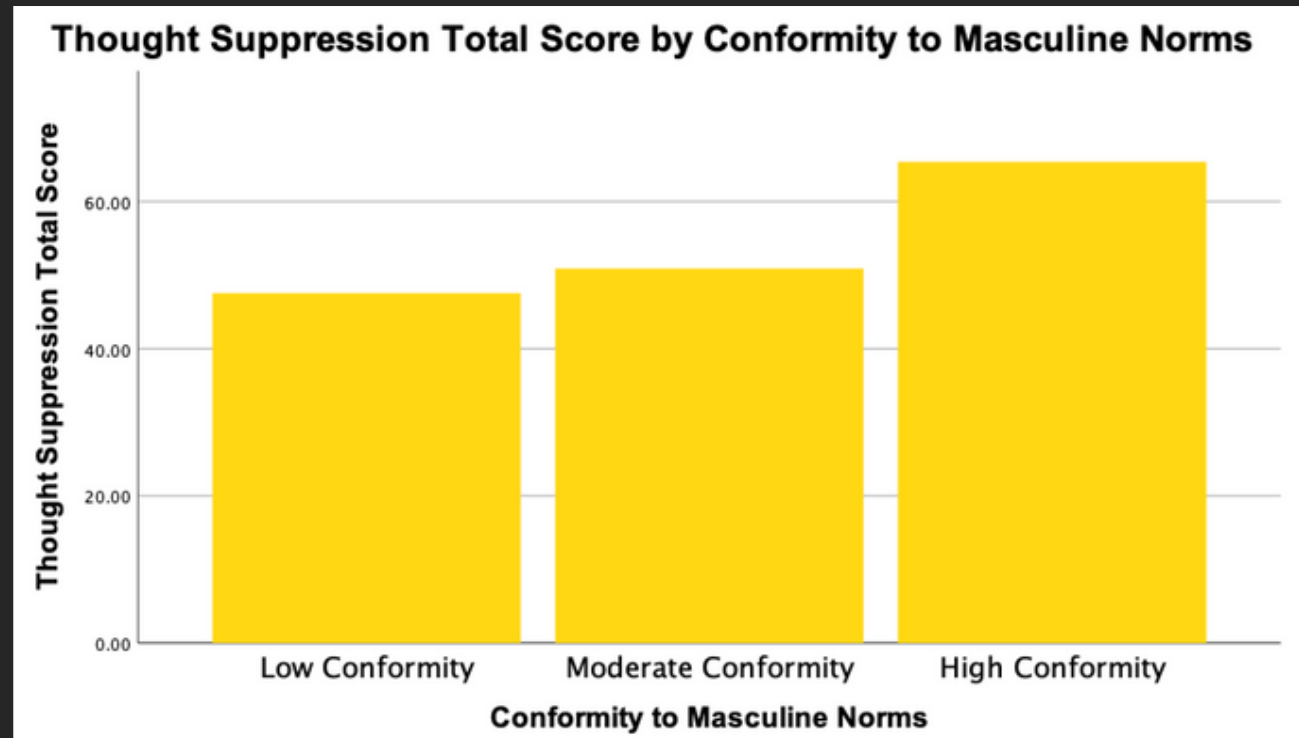
- Υποδεικνύεται ποια συμπεριφορά είναι αποδεκτή ή μη, για το φύλο τους, σε κοινωνικές καταστάσεις.
- Επιβράβευση στη συμμόρφωση των ανδρών στους κοινωνικούς κανόνες (APA, 2018).
- Τιμωρία στη μη συμμόρφωση, είτε σωματικά είτε συναισθηματικά από άλλους άνδρες (APA, 2018).
- Ο παραδοσιακός ανδρισμός αναπτύσσεται από την παιδική ηλικία, μέσω της ανδρικής αλληλεπίδρασης.

ΕΡΕΥΝΑ ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗΣ ΤΩΝ ΑΝΔΡΩΝ ΜΕ ΤΑ ΗΓΕΜΟΝΙΚΑ ΑΝΔΡΙΚΑ ΠΡΟΤΥΠΑ ΡΟΛΩΝ ΤΩΝ ΦΥΛΩΝ (Genuchi & Lacy, 2021)

- Στόχος έρευνας: η συσχέτιση της συμμόρφωσης σε ανδρικές νόρμες και της καταστολής των σκέψεων (thought suppression).
- Δείγμα: 785 άνδρες που ζουν στις ΗΠΑ και πρόσφατα βίωσαν ένα στρεσογόνο γεγονός στη ζωή τους.
- Οι συμμετέχοντες ήταν κυρίως λευκοί (66%), παντρεμένοι(87,3), και ετεροφυλόφιλοι (81,4%), με μέσο όρο ηλικίας 37,78 ετών (SD = 14,05).
- Ερευνητικό Ερώτημα: Κατά πόσο η συμμόρφωση των ανδρών στα ηγεμονικά ανδρικά πρότυπα ρόλων των φύλων συσχετίζεται με υψηλότερα επίπεδα καταπίεσης της σκέψης (ts).
- Μέθοδος- Ψυχομετρικά Εργαλεία: The Male Role Norms Inventory-Short Form και το The White Bear Thought Suppression Inventory (WBSI).

Αποτελέσματα Έρευνας

- Μέτρια θετική συσχέτιση μεταξύ της συνολικής συμμόρφωσης των ανδρών προς τον ηγεμονικό ανδρισμό και της καταπίεσης των σκέψεων [$r(783) = .45, p < .001$].
- Συμμετέχοντες με υψηλότερη συμμόρφωση με τις ανδρικές νόρμες τείνουν να εμπλέκονται σε καταστολή σκέψεων συχνότερα.



ΠΟΙΟΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΠΗΡΕΑΣΕΙ ΤΗ ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ ΣΤΙΣ ΝΟΡΜΕΣ;

A. Συνομήλικοι

- φόβος αποκλεισμού, ανάγκη για συμπερίληψη
- επικίνδυνες συμπεριφορές (αλκοόλ, βία, κλπ.)
- Iwamoto & Smiler (2017): Αγόρια > Κορίτσια

B. Πατρική Φιγούρα

- Μη συναισθηματικά διαθέσιμος, παραδοσιακός πατέρας, απουσία έκφρασης θετικών συναισθημάτων, αγριότητα με στόχο την υπακοή → έμφαση σε κυρίαρχες αρρενωπές νόρμες → επιδράσεις στην ανάπτυξη του παιδιού και την αντίληψη εαυτού (Petts et al., 2018)

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ

- Καταπίεση έκφρασης συναισθημάτων (Marasco, 2018· Waling, 2019).
- Φόβος μην φανούν αδύναμοι (Waling, 2019).
- Ευαλωτότητα στην εκδήλωση ψυχικών διαταραχών (κατάθλιψη) (Waling, 2019· Seidler, 2016).
- Αποφυγή αναζήτησης βοήθειας από επαγγελματίες ψυχικής υγείας (Yousaf et al., 2015).
- Συγκρούσεις στις διαπροσωπικές σχέσεις (Σπυριδάκης, 2024· Liff, 2024).
- Ενδοοικογενειακή και σεξουαλική βία, γυναικοκτονίες (Bhana, 2012· Makhanya, 2023· Messerschmidt, 2017).
- Υποτίμηση γυναικείων χαρακτηριστικών στους άνδρες (Σπυριδάκης, 2024· Liff, 2024).
- Ριψοκίνδυνες συμπεριφορές προς την υγεία τους (αλκοολισμός, αυτοκτονία, χρήση ουσιών, έντονη σωματική άσκηση, ΣΜΝ) (Kirby & Kirby, 2019).



ΣΥΝΔΕΣΗ ΤΟΞΙΚΗΣ ΑΡΡΕΝΩΠΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΒΙΑΣ

Με βάση την βιοκοινωνική θεωρία (Corvo, 2019):

- Η ευθύνη δεν βαραίνει αποκλειστικά τους ίδιους τους άνδρες.
- Υπάρχει αλληλεπίδραση βιολογικών, ψυχολογικών και κοινωνιολογικών παραγόντων (Corvo, 2019).
- Η κακομεταχείριση στην πρώιμη ζωή, η έκθεση στη βία και τα προβλήματα προσκόλλησης αλληλεπιδρώντας με γενετικούς παράγοντες κινδύνου, δημιουργούν μια πρωτογενή αναπτυξιακή ευαισθησία στον επακόλουθο κίνδυνο για ενδοοικογενειακή βία κατά τη διάρκεια της ζωής (Corvo, 2019).

ΝΕΥΡΟΒΙΟΛΟΓΙΚΟΙ	ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΟΙ
Τραυματισμοί εγκεφάλου (TBI) (Biegon, 2021)	Βραδύτερος ρυθμός ωρίμανσης κατά τα πρώτα χρόνια της ζωής (λιγότερο κοινωνικά προσαρμοσμένα) (Zero To Three, 2019)
Παραγωγή χαμηλής δραστηριότητας του γονιδίου MAOA, του χρωματοσώματος X (Byrd & Manuck, 2014).	Δυσκολία στην αυτορρύθμιση (Corvo, 2019)
Ύπαρξη χαμηλού καρδιακού ρυθμού ηρεμίας (Choy et al., 2017· Portnoy et al., 2014)	Μεγαλύτερη ανάγκη για υποστήριξη από τους φροντιστές (ανεπαρκής) (Corvo, 2019)
Υψηλότερα επίπεδα τεστοστερόνης (Eme, 2015· Geary, 2021· Hines, 2011· Hooven, 2021· Yildirim & Derksen, 2012).	Ανεπαρκής κάλυψη των αναγκών της βραδείας ανάπτυξης (Corvo, 2019)

Η αλληλεπίδραση νευροβιολογικών και αναπτυξιακών παραγόντων:

- αυξάνει τις πιθανότητες για μακροπρόθεσμα προβλήματα συμπεριφοράς (Corvo, 2019),
- λιγότερο ανεπτυγμένα κοινωνικο-συναισθηματικά (Corvo, 2019),
- λιγότερο ικανά να ρυθμίσουν το άγχος (Corvo, 2019),
- αυξημένη πιθανότητα παρορμητικής και αντικοινωνικής συμπεριφοράς και ψυχοπαθολογιών (Beaver, 2016· McDonough-Carlan & Beauchaine, 2018).



ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ

- ΑΡΑ: Κατευθυντήριες Γραμμές για την Ψυχολογική Πρακτική για αγόρια και άνδρες.
- Μοντέλο Θετικής Ψυχολογίας/Θετικού Ανδρισμού (PPPM model) (Kiselica, 2016).
- The Mankind Project International (ΜΚΡΙ) (Burke et al., 2010).
- Θεραπεία Εκφραστικών Τεχνών (McNiff, 2009).

ΑΡΑ: Κατευθυντήριες γραμμές για την ψυχολογική πρακτική για αγόρια και άντρες

- Η δημοσίευση του ΑΡΑ έδωσε το έναυσμα για διάλογο σχετικά με την τοξικότητα των παραδοσιακών ρόλων αρρενωπότητας.
- Διατυπώνονται δέκα κατευθυντήριες γραμμές για τους ψυχολόγους που επιδιώκουν να αυξήσουν την ευαισθητοποίηση, τις γνώσεις και τις δεξιότητές τους στην ψυχολογική πρακτική με αγόρια και άνδρες.



AMERICAN
PSYCHOLOGICAL
ASSOCIATION



ΑΡΑ: Κατευθυντήριες γραμμές για την ψυχολογική πρακτική για αγόρια και άντρες

- Οι ψυχολόγοι επιδιώκουν να:
 1. Αναγνωρίσουν ότι οι αρρενωπότητες κατασκευάζονται με βάση κοινωνικά, πολιτισμικά και συγκυριακά πρότυπα.
 2. Αναγνωρίσουν ότι τα αγόρια και οι άνδρες ενσωματώνουν πολλαπλές πτυχές της κοινωνικής τους ταυτότητας σε όλη τη διάρκεια της ζωής τους.
 3. Κατανοούν τον αντίκτυπο της εξουσίας, των προνομίων και του σεξισμού στην ανάπτυξη των αγοριών και των ανδρών και στις σχέσεις τους με τους άλλους.
 4. Αναπτύξουν μια ολοκληρωμένη κατανόηση των παραγόντων που επηρεάζουν τις διαπροσωπικές σχέσεις των αγοριών και των ανδρών.
 5. Ενθαρρύνουν τη θετική συμμετοχή του πατέρα και τις υγιείς οικογενειακές σχέσεις.

ΑΡΑ: Κατευθυντήριες γραμμές για την ψυχολογική πρακτική για αγόρια και άντρες

- Οι ψυχολόγοι επιδιώκουν να:
 6. Υποστηρίξουν εκπαιδευτικές προσπάθειες που ανταποκρίνονται στις ανάγκες των αγοριών και των ανδρών.
 7. Μειώσουν τα υψηλά ποσοστά προβλημάτων που αντιμετωπίζουν τα αγόρια και οι άνδρες και τα οποία εκδηλώνονται στη ζωή τους, όπως η επιθετικότητα, η βία, η κατάχρηση ουσιών και οι αυτοκτονίες.
 8. Βοηθήσουν τα αγόρια και τους άνδρες να εμπλακούν σε συμπεριφορές που σχετίζονται με την υγεία.
 9. Οικοδομήσουν και να προωθήσουν ψυχολογικές υπηρεσίες με ευαισθησία ως προς το φύλο.
 10. Κατανοούν και προσπαθούν να αλλάξουν τα θεσμικά, πολιτισμικά και συστημικά προβλήματα που επηρεάζουν τα αγόρια και τους άνδρες μέσω της συνηγορίας, της πρόληψης και της εκπαίδευσης.

The ManKind Project International (MKPI) (Burke et al., 2010)



- Ένας μη κερδοσκοπικός, εκπαιδευτικός και επιμορφωτικός οργανισμός υποστήριξης ανδρών από ομοτίμους.
- Προσφέρει εναλλακτικές ανδρικές νόρμες φύλου και ένα σύστημα υποστήριξης της κοινότητας για να βοηθήσει στην ενίσχυσή τους.
- Εκπαιδεύσεις, εργαστήρια, συνεχείς ομάδες υποστήριξης.
- Στόχοι:
 - αυξημένη συναισθηματική διαθεσιμότητα
 - φιλοκοινωνική συμπεριφορά
 - κοινοτική και κοινωνική υποστήριξη

ΣΥΖΗΤΗΣΗ

“Αν και οι άνδρες επωφελούνται από την πατριαρχία, παράλληλα πλήττονται από αυτήν”

Levant (2019)

- Η παραδοσιακή αρρενωπότητα είναι τοξική στο σύγχρονο κοινωνικό κλίμα καθώς ενισχύει την καταπίεση τόσο των ίδιων των ανδρών όσο και των γυναικών. Η αναγνώριση των ανδρών ως θύματα αυτής της κουλτούρας αποτελεί σημαντικό βήμα αλλά από μόνη της δεν αρκεί.
- Οι έμφυλες συμπεριφορές είναι κοινωνικά κατασκευασμένες, άρα μπορούν να αποδομηθούν.
- Για να διαχειριστούμε την τοξικότητα του παραδοσιακού ανδρισμού, πρέπει να υπάρξει μια στάση για αλλαγή των κοινωνικών κανόνων και της κοινωνικοποίησης των φύλων που είναι βαθιά ενσωματωμένες στην κουλτούρα.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

American Psychological Association, Boys and Men Guidelines Group. (2018). *APA guidelines for psychological practice with boys and men*. Retrieved from <http://www.apa.org/about/policy/psychological-practice-boys-men-guidelines.pdf>

Burke, C. K., Maton, K. I., Mankowski, E. S., & Anderson, C. (2010). Healing men and community: Predictors of outcome in a men's initiatory and support organization. *American Journal of Community Psychology*, 45(1–2), 186–200. <https://doi.org/10.1007/s10464-009-9283-3>

Cialdini, R. B., & Trost, M. R. (1999). Social influence: social norms, conformity, and compliance. In D. Gilbert, S. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (Vol. 2, pp. 151–192). McGraw-Hill.

Connell, R. W. (1987). *Gender and power: Society, the person, and sexual politics*. Allen & Unwin.

Courtenay, W. H. (2000). Constructions of masculinity and their influence on men's well-being: A theory of gender and health. *Social Science & Medicine*, 50(10), 1385–1401.

Corvo, K. (2019). Early-life risk for domestic violence perpetration: Implications for practice and policy. *Infant Mental Health Journal*, 40(1), 152–164. <https://doi.org/10.1002/imhj.21762>

Corvo, K., & Golding, P. (2022). Toxic Masculinity and Patriarchy: Barriers to Connecting Biopsychosocial Risk for Male Violence to Policy and Practice. *Partner Abuse*, 13(4), 420–434. <https://doi.org/10.1891/PA-2022-0020>

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Gremillion, H. (2011). Feminism and the mythopoetic men's movement: Some shared concepts of gender. *Women's Studies Journal*, 25(2), 43–55.
- Iwamoto, D. K., & Smiler, A. P. (2017). Alcohol makes you macho and helps you make friends: The role of masculine norms and peer pressure in adolescent boys' and girls' alcohol use. *Substance Use & Misuse*, 48(5), 371–378.
<https://doi.org/10.3109/10826084.2013.765479>
- Kiselica, M. S., Benton-Wright, S., & Englar-Carlson, M. (2016). Accentuating positive masculinity: A new foundation for the psychology of boys, men, and masculinity. In *APA Handbook of Men and Masculinities* (pp. 123–143). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14594-006>
- Kupers, T. A. (2005). Toxic masculinity as a barrier to mental health treatment in prison. *Journal of Clinical Psychology*, 61(6), 713–724.
- Lacy, H. G., & Genuchi, M. C. (2021, April 23). *Men's conformity to masculine gender role norms: A broad association to thought suppression*. Boise State University Undergraduate Research Showcase. ScholarWorks, Boise State University.
https://scholarworks.boisestate.edu/under_showcase_2021/82/
- Liff, J. (2024). *From Boys to Non-Toxic Men: An Intervention Using Expressive Arts Therapy to Foster Healthy Masculinity in Adult Men* [Master's thesis, Lesley University, USA]. https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/818/
- McNiff, S. (2009). *Integrating the arts in therapy: History, theory, and practice*. Charles C. Thomas.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Pappas, S. (2019). Apa issues first-ever guidelines for practice with men and boys. *Monitor on Psychology*, 50(1). Retrieved from <https://www.apa.org/monitor/2019/01/ce-corner>
- Petts, R. J., Shafer, K. M., & Essig, L. (2018). Does adherence to masculine norms shape fathering behavior? *Journal of Marriage and Family*, 80(3), 704–720. <https://doi.org/10.1111/jomf.12476>
- Pleck, J. H. (1981). *The myth of masculinity*. MIT Press.
- Roberts, L. (2019). *Toxic Masculinity on Television: A Content Analysis of Preferred Adolescent Programs* [Master's thesis, The University of Arizona, USA]. <https://www.proquest.com/openview/71b34435fd656e68abda907193a782bb/1?pqorigsite=gscholar&cbl=18750&diss>
- Van Doorn, G., & March, E. (2020). Hegemonic masculinity, gender, and social distance: the mediating role of perceived dangerousness. *Journal of Gender Studies*, 30(3), 306–316. <https://doi.org/10.1080/09589236.2020.1844000>
- Wood, W., & Eagly, A. H. (2012). Biosocial construction of sex differences and similarities in behavior. *Advances in Experimental Social Psychology*, 46, 55-123. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-394281-4.00002-7>
- Σπυριδάκης, Δ. (2024). Τοξική αρρενωπότητα και περιβαλλοντική συνείδηση [Διπλωματική εργασία, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής]. <https://polynoe.lib.uniwa.gr/xmlui/handle/11400/6435>