

# ТЕОРЕТИКО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ РОЗВИТКУ ЕСТЕТИЧНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ «Я-ТІЛЕСНОГО»

**Шклярук Юлія Вікторівна**

здобувач вищої освіти факультету публічного управління,  
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Науковий керівник: Томчук Михайло Іванович**

ORCID ID: 0000-0002-4508-1495

доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

*Україна*

**Актуальність теми, розробка її у науковій вітчизняній та зарубіжній літературі.** В останні роки все більшого значення набуває проблема впливу зовнішності людини на її успішність у різних сферах діяльності людей. Існує думка, що людина з привабливою зовнішністю може досягати більших успіхів у житті, краще налагоджувати соціальні стосунки і є більш щасливою.

Про значення вроди, і роль «Я» згадується вже у античності та давньогрецькій філософії Сократа, Платона. Ґрунтовні дослідження цієї проблеми в зарубіжній психології починаються з середини минулого століття, а в Україні – лише в останні роки.

Результати психологічних досліджень доводять значущість образу фізичного «Я» у формуванні особистості, розкривають механізми впливу самооцінки «Я-фізичного» на поведінку людини у соціумі. У зарубіжній літературі дана тема досліджувалася В. Бернсом, І. Россі, Є. Ланглуа, Д. Лавгроув. У вітчизняній психології ця тема вивчалася О. Жидко, А. Креславським та іншими.

**Мета статті:** проаналізувати особливості розвитку естетичних переживань «Я-тілесного» у «Я-концепції» особистості

**Виклад основного матеріалу.** Кожна людина має усвідомлену уяву про своє «Я тепер» і «Я в майбутньому», що дозволяє їй планувати події життя та адаптувати різні аспекти своєї особистості. Ця здатність організовувати життєвий шлях відповідно до своїх цілей і цінностей є ознакою високого рівня розвитку особистості. Я-концепція, яка включає переконання, оцінки та поведінкові тенденції, є ключовим компонентом самосвідомості. Вона впливає на процеси саморегуляції та самоорганізації, визначаючи, як людина інтерпретує свій досвід і формує свої очікування. Я-концепція є стабільною, але водночас динамічною і змінною в результаті постійної взаємодії з соціальним середовищем.

Першими, хто досліджував тіло як частину «Я» в історії психології, були представники психоаналізу. З. Фройд акцентував увагу на ключовій ролі тіла як психологічного об'єкта у розвитку его-структур і в генезі психопатології, зокрема, в появі симптомів конверсійної істерії. За З. Фройдом, соматичні прояви мають символічний характер: вони виступають як «мова тіла», через яку проявляються заборонені інстинктивні імпульси та захисні сили. У генетичній теорії Фройда процес розвитку представляється як зміна «локалізації лібідо», де фіксація інтересу до певної частини тіла стає початковою точкою формування характеру певного типу [3; 80].

А. Адлер, досліджуючи процес формування особистості, виявив тісний зв'язок між тілесним-Я та самооцінкою. Він підняв питання про те, як цей зв'язок впливає на соціальну поведінку: не лише наявність тілесного дефекту, а його сприйняття (тілесний образ Я) визначає формування особистості і часто призводить до розвитку прагнення перевершити інших. У психології існують різні підходи до визначення місця і ролі тілесного -Я в Я-концепції людини – від майже повного виключення його із структури

самосвідомості до розгляду фізичного Я як одного з провідних чинників організації психіки (хоча очевидний зсув у бік першого підходу) [3;79].

Подібний підхід до розуміння ролі тілесного-Я у загальній Я-концепції можна назвати «функціональним», оскільки він передбачає наявність численних аспектів самосвідомості, серед яких є і тілесне-Я. Проте специфічні риси тілесного-Я в рамках цього підходу описані менш детально порівняно з іншими елементами структури. Водночас, специфіка тілесного-Я є безсумнівною: на відміну від емоційності, духовності або соціального статусу, тілесність є матеріальним об'єктом, який безпосередньо доступний чуттєвому сприйняттю. Інший тип відносин між тілесним-Я і Я-концепцією описаний у «генетичних» схемах, пов'язаних, зокрема, з працями З. Фрейда і Є. Еріксона. Цей підхід стверджує, що Я-фізичне є основою і передумовою формування самосвідомості на ранніх етапах онтогенезу.

Тісно стикаються і багато в чому перетинаються з генетичними схемами рівневі теорії самосвідомості. Згідно з концепцією О.Продан, структурними одиницями самосвідомості є ціннісні орієнтації, які формуються на різних етапах онтогенезу: 1) орієнтація на визнання своєї внутрішньої психічної сутності і зовнішніх фізичних даних; 2) орієнтація на визнання свого імені; 3) орієнтація на соціальне визнання; 4) орієнтація на фізичні, психічні і соціальні ознаки певної статі; 5) орієнтація на значущі цінності у минулому, теперішньому і майбутньому; 6) орієнтація на основі права в суспільстві; 7) орієнтація на обов'язок перед людьми [4].

О. Продан визначає самосвідомість як психологічну структуру, що складається з ланок, які розвиваються згідно з певними закономірностями. На відміну від універсальної структури свідомості, зміст цієї структури є індивідуальним для кожної людини. Одна з ланок самосвідомості — це фізичне (тілесне) Я, яке розглядається як уявлення про власну зовнішність і усвідомлення своєї статевої приналежності[4].

На рівні соціального індивіда активність людини поєднана з соціальною спільністю. Вона регулюється нормами, правилами, звичаями, статутами. Я-образ полегшує людині орієнтацію в системі цих активностей за рахунок формування в ній системи самоідентичності: статевої, вікової, соціально-психологічної. На рівні особистості активність суб'єкта спричиняється перш за все потребою в саморегуляції, і основою Я-образу стає диференційована складова, спрямована на виділення особистості з соціуму, і така, що забезпечує її самоактуалізацію [1].

Таким чином, досвід, пов'язаний зі сприйняттям і «переживанням» людиною власного тіла, розглядається як важлива характеристика і умова формування самосвідомості. Але його подальша роль в загальній структурі самосвідомості або взагалі опускається або визнається, що фізичне Я є складним біосоціальним комплексом.

Згідно з психоаналітичними уявленнями, формування границь образу тіла починається на ранніх стадіях розвитку і визначає подальше формування образу тіла-Я. Спочатку дитина не розрізняє зовнішній світ об'єктів і внутрішній світ своїх бажань, її уявлення про власне тіло зливається з образом тіла матері. Концепція «Я» як незалежної сутності починає розвиватися у віці від двох до трьох років. Фізичний контакт з матір'ю створює основу для накопичення досвіду, що веде до усвідомлення меж власного тіла. Дослідження показують, що люди з чітко визначеними межами образу тіла значною мірою орієнтуються на зовнішній світ: це проявляється в їхній автономії, легкому адаптуванні до оточення і зацікавленості в соціальних контактах. Натомість у осіб з нечітко визначеними межами образу тіла спостерігаються слабка автономія, високий рівень психологічного захисту і невпевненість у соціальних взаємодіях.

Процес розрізнення «Я» і «Не-Я» і зміцнення границь «Я» супроводжується поступовим формуванням схеми власного тіла. Це

поняття було запропоноване Боньєром у 1893 році. Науковець обґрунтовує пластичну модель власного тіла, яку кожен будує, виходячи з соматичних відчуттів. У сучасній психології поширений підхід до розуміння образу тіла як складної комплексної єдності сприймань, установок, оцінок, уявлень, пов'язаних і з тілесною зовнішністю і з функціями тіла: це той «базис, на якому розгортається подальший розвиток Я-концепції» [2].

Найбільш зовнішньо орієнтованим компонентом самосприйняття є уявлення людини про свою фізичну зовнішність. Саме цей аспект фізичного образу безпосередньо веде нас до соціально-психологічних питань. Як було зазначено раніше, як образ тіла, так і схема тіла формуються в процесі соціальної взаємодії. Проте ці процеси відбуваються на дуже ранньому етапі розвитку і, як правило, завершуються до початку свідомого життя людини.

Уявлення про власну зовнішність також закладається у дитини відносно рано, але доповнюється і корегується пізніше. Особливістю його формування є тісний зв'язок з емоційно-ціннісним ставленням.

Основи самооцінки формуються в ранньому дитинстві, і ключовим фактором є характер відносин між дитиною та батьками. Неприязнь, відчуження та неповага можуть спричинити негативне ставлення до себе, що включає критику власних рис і зовнішності. В результаті самооцінка зовнішності стає менш пов'язаною з реальними фізичними характеристиками дитини і більше залежить від ставлення батьків і оточення. Оцінка власної зовнішності може впливати на загальну самооцінку, а позитивне ставлення до себе може робити зовнішній вигляд привабливішим у власних очах: «Зріст людини, її вага, статура, колір шкіри, очей, волосся і ін. здатні стати провідними складовими її ставлення до себе, головними чинниками, що визначають її відчуття цінності, адекватності і прийнятності своєї особистості» [2].

У підлітковому та юнацькому віці самооцінка зовнішності набирає особливої важливості. Оцінка з боку значущих осіб, зокрема однолітків і

вчителів, має велике значення. Це часто пов'язано з впливом суспільних стереотипів щодо маскулінності або фемінності. Крім того, юнацькі стандарти краси та «прийнятного» вигляду часто є завищеними та нереалістичними. Виявлення будь-яких уявних фізичних недоліків може серйозно фруструвати підлітків, викликаючи тривогу і дезадаптацію [3;6].

Ключовим аспектом проблеми самооцінки зовнішності є гендерні відмінності в її прояві. Існують дані, які підтверджують, що дівчата в 14-15 років значно більше стурбовані тим, як їх сприймають інші, ніж хлопці; вони частіше бувають чутливими до критики та насмішок. Висока значущість зовнішності у дівчат поєднується з традиційним акцентом на «фемінні» якості, такі як схильність до емоційності і виразності. Ряд гендерних досліджень показує, що для формування «жіночого» типу характеру важливу роль відіграє орієнтація на міжособистісне спілкування та прагнення привернути увагу і сподобатися. Орієнтація на зовнішню оцінку (красу) пронизує базові смислові структури особистості дівчини і впливає на її ставлення до себе, де очікування позитивного ставлення від інших часто пов'язане з її впевненістю в собі.

**Висновки.** Таким чином, зовнішність людини відіграє важливу роль у житті. Надмірна увага до власного тіла в юнацькому віці, а також постійний аналіз цього аспекту особистості зазвичай свідчать про тривогу і незадоволеність своїм виглядом. З часом, отримуючи схвалення від оточення, яке підтверджує відповідність певним стандартам, рівень тривоги зменшується, і формується відчуття гармонії тіла та душі, що сприяє позитивному розвитку самосприйняття.

### **Список використаної літератури**

1. Моляко Р. В. Психокорекційні стратегії деформацій Я-образу зовнішності в юнацькому віці. Практична психологія та соціальна робота, 2004. № 6. С. 78–80.

2. Меднікова Г. І. Самооцінка та рівень домагань особистості як динамічна система: дис. кандидата психологічних наук. Харків, 2002. 194 с.
3. Потапенко Я. О. Гносеологічні категорії "тіло" та "тілесність" у сучасному українському історіографічному дискурсі. Вісник Черкаського університету, 2012. Вип. 222. С. 3-8.
4. Продан О. О. Особливості структури процесу самоусвідомлення у вітчизняних і зарубіжних дослідженнях. Вісник післядипломної освіти, 2012. Вип. 8. С. 282-289. Доступно: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpo\\_2012\\_8\\_45](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpo_2012_8_45)

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

**Шпак Еліна Борисівна**

здобувач вищої освіти факультету публічного управління,  
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Науковий керівник: Томчук Михайло Іванович**

ORCID ID: 0000-0002-4508-1495

доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

*Україна*

**Актуальність теми, розробка її у науковій вітчизняній та зарубіжній літературі.** Формування професіоналізму у студентів було і є одним із найважливіших завдань закладів освіти як нашої країни, так і світу загалом. Усвідомлений вибір фаху, відповідальність за цей вибір та правильний розвиток у обраному напрямку є ключем до досягнення