

# ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАВЛЕННЯ ЮНОК ДО СВОЄЇ ЗОВНІШНОСТІ

УДК:155.9.613.8

**Шклярук Юлія Вікторівна**

Здобувачка вищої освіти факультету публічного управління,  
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»  
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Томчук Михайло Іванович**

доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології  
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

**Актуальність дослідження.** У сучасному суспільстві зовнішності відведена одна з пануючих ролей. Практично кожна людина прагне відповідати власному ідеалу краси такому, який на сьогоднішній день суспільство вважає еталонним. У сучасному суспільстві занепокоєння людей, особливо молодих через зовнішність досягло масштабів епідемії. Це багато в чому пов'язано з тим, що люди часто формують стереотипні судження про інших на основі їхнього зовнішнього вигляду. Ставлення особистості до свого зовнішнього вигляду формується впродовж всього її життя. Врода істотно впливає на якість життя людини, оскільки її упевненість в своїй зовнішній привабливості пов'язана з соматичним, психологічним і соціальним благополуччям, визначає особливості сексуально-партнерських взаємин і професійної реалізації [1; 79].

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Уявлення людини про свій фізичний вигляд і її оцінка безпосередньо пов'язані з очікуваннями і прогнозами щодо реакцій на себе інших людей

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,

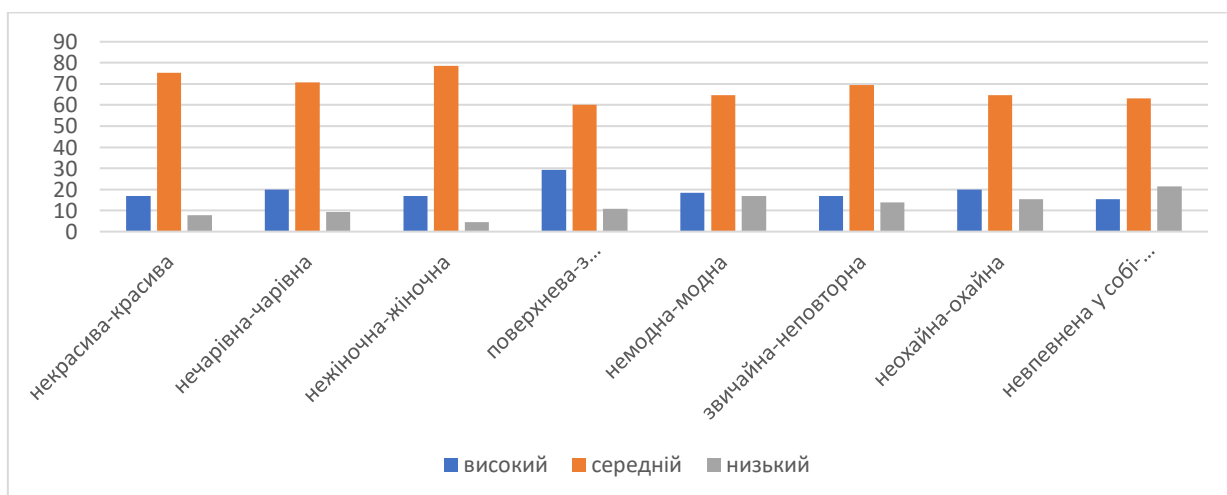
що визначають її відчуття цінності, адекватності і прийнятності своєї особистості» [2].

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 фемінінності. Крім того, юнацькі стандарти краси та «прийняттого» вигляду часто є завищеними та нереалістичними. Виявлення будь-яких уявних фізичних недоліків може серйозно фруструвати підлітків, викликаючи тривогу і дезадаптацію [3;6].

Для більш поглибленого вивчення ставлення особистості до власної вроди і задоволеності собою було проведено дослідження за опитувальником полярні профілі на основі методу особистісного диференціалу Ч.Осгуда, що дозволяє здійснити аналіз самооцінки особистості, так і незалежних окремих характеристик, соціальних установок та стереотипів.

Використавши методіку ми отримали такі результати, а саме: за шкалою некрасива – красива, 16,9 % дівчат виявили високий рівень визнання себе красивими (рис.1).

*Рисунок 1*



### **Результати дослідження особистісних якостей юнок за методикою полярні профілі ( N = 65 )**

Середній рівень впевненості в своїй красі виявлено у 75,4 % юнок. Тобто вони вважають свою зовнішність достатньо красивою, але не завжди. У 7,7 %

респондентів виявлено низький рівень визнання себе красивими. Найчастіше визнання краси залежить від оцінки іншими вроди, для таких людей є характерна залежність від думки іншої людини, неспроможність оцінити саму себе, що призводить до заниження самооцінки та характерних для неї нерішучості, невпевненості. Визнання себе чарівною у більшості досліджуваних на середньому рівні 70,8 %. Це вказує на те, що вони усвідомлюють естетичний ефект своєї зовнішності, у них сформоване уявлення про власну вроду, водночас є вплив ефектів порівняння себе з модними еталонами, що впливає на самоприйняття.

На високий рівень розвитку власної чарівності вказали 20,0 % досліджуваних. Це говорить нам про оцінку своєї зовнішності, що спричиняє за собою певне самопочуття своєї чарівності та може визначити характер взаєностосунків між людьми, а також характерною для таких юнок є потреба бути у центрі уваги. Низький рівень визнання себе чарівною характерний для 9,2 % респонденток. Такі дівчата занадто сором'язливі та уникають ситуацій, де потрібно проявляти активність та соціальну сміливість.

Показник жіночності на високому рівні розвитку у 16,9 % студенток, для них характерна розкутість, бажання виділятися та акцентувати увагу на своїй фізичній вроді. Середній рівень зафіксовано у 78,5 % дівчат. Вони мають чітке усвідомлення свого фізичного вигляду, чіткий самообраз є одними з найважливіших внутрішніх умов, що беруть активну участь у формуванні особистості жінки. У 4,6 % досліджуваних показник жіночності на низькому рівні, що може свідчити про невпевненість у собі, та бажання завжди перебувати на самоті, вони є некомунікабельними та замкненими з оточуючими, в незапланованих ситуаціях їм притаманна нерішучість та сором'язливість.

З глибоким внутрішнім світом себе вважають 29,2 % юнок, які мають високий показник, проте у 60,0 % респонденток зафіксовано середній рівень. Ми бачимо, що досліджувані з високим та середнім рівнем розвитку внутрішнього світу цікавості для інших, вважають свою особистість цікавою, відчувають власну цінність, впевнені у тому, що знайдуть спільну мову з достатньо

розумними людьми. Показник низького рівня внутрішнього світу відсутній. Всі досліджувані вважають себе вартими глибокої уваги.

Модними вважають себе 18,5 % юнок. На середньому рівні 64,6% - це свідчить, що більшість приділяють велике значення своєму вигляду (образу) тілу та обличчю, відповідності сучасним тенденціям. За допомогою наслідування моди вони підвищують свою впевненість у собі. З низьким рівнем сучасності 16,9 % опитуваних. Цей відсоток опитуваних мають низький рівень самооцінки, самоповаги та невпевнені у собі.

За шкалою звичайна - неповторна 16,9 % юнок високо оцінюють свою зовнішність, що спричиняє за собою певне самопочуття завищеної самооцінки, впевненості в собі. Таке ставлення може визначати конфліктність в взаєностосунках між людьми. У 13,9 % досліджуваних виявлено низький рівень, вони не вважають себе особливими, тому дуже часто не впевнені в собі, замкнуті. Середній рівень мають 69,2 % юнок, які впевнені в своїх силах, поважають себе, працюють над собою, усвідомлюють свої особливості.

За шкалою охайності високий рівень зафіксовано у 20,0 % . Вони досить вимогливі до себе, самовпевнені, достатньо вольові. У 15,4 % юнок виявлено низький рівень, які не вважають себе охайними, що призводить до заниженої самооцінки. Показник середнього рівня виявлено у 64,6 % досліджуваних. Такі особи намагаються контролювати усі події свого життя, вміють організувати себе, виконують заплановане.

Показник впевненості свідчить про те, що 15,4 % юнок мають високий рівень, 63,1 % - середній рівень розвитку даного показника, 21,5 % респондентів - низький рівень розвитку впевненості у собі. Це нам говорить про те, що більшість досліджуваних оцінюють себе достатньо високо та вважають, що інші також цілком добре їх оцінюють. 21,5% юнок є достатньо інфантильними, не досить вольовими та енергійними, щоб контролювати події у своєму житті.

Отже, усвідомлення особливостей своєї зовнішності впливає на формування багатьох важливих якостей особистості таких, як упевненість в собі, життєрадісність, замкнутість, цілеспрямованість та самооцінку

**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 й незадоволеність своїм виглядом. З часом, отримуючи схвалення від оточення, яке підтверджує відповідність певним стандартам, рівень тривоги зменшується та формується відчуття гармонії тіла й душі, що сприяє позитивному розвитку самосприйняття. Вище зазначені проблеми стануть предметом наших подальших експериментальних досліджень.

### 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.: 19.00. 01. / Харківський державний педагогічний університет ім. Г. С. Сковороди. – Х., 2002. – 194 с.
3. Потапенко Я. О. Гносеологічні категорії «тіло» та «тілесність» у сучасному українському історіографічному дискурсі / Я. О. Потапенко // Вісник Черкаського університету. Серія : Історичні науки. - 2012. - Вип. 222. - С. 3-8.
4. [Продан О. О.](#) Особливості структури процесу самоусвідомлення у вітчизняних і зарубіжних дослідженнях / О. О. Продан // [Вісник післядипломної освіти](#). - 2012. - Вип. 8. - С. 282-289. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpo\\_2012\\_8\\_45](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vpo_2012_8_45)