

Н. М. Даниленкоаспірант кафедри практичної психології
Харківський національний педагогічний університет
імені Г. С. Сковороди

СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОЇ ЗОВНІШНОСТІ В СТРУКТУРІ ЦІННІСНИХ І СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ ДІВЧАТ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

У статті представлено результати емпіричного дослідження взаємозв'язку складників ставлення до власної зовнішності, смисложиттєвих і ціннісних орієнтацій дівчат юнацького віку. Визначено тісний позитивний зв'язок складників ставлення до власної зовнішності дівчат-юнок з усіма складниками смислу життя, крім прагнення до вдосконалення своєї зовнішності і ситуативної незадоволеності образом тіла, які негативно пов'язані зі смисложиттєвими орієнтаціями. Встановлено термінальні й інструментальні цінності, що найбільш тісно пов'язані зі ставленням до власної зовнішності дівчат юнацького віку.

Ключові слова: ставлення до власної зовнішності, смисложиттєві орієнтації, ціннісні орієнтації, термінальні цінності, інструментальні цінності, дівчата, юнацький вік.

Постановка проблеми. Ставлення до зовнішності сучасної людини перебуває під значним впливом із боку засобів масової інформації (далі – ЗМІ), реклами, телебачення, кінематографа тощо. Нереалістичність ідеалу зовнішності, надання зовнішності підвищеної цінності й значущості призводить до незадоволеності багатьох людей власним зовнішнім виглядом, появи на тлі даної незадоволеності психологічних проблем, порушень психологічного й психічного здоров'я. Схильність до впливу пов'язаних із зовнішнім виглядом соціокультурних стандартів дослідники даної проблематики зумовлюють різноманітними внутрішньоособистісними чинниками, зокрема особливостями ціннісно-сислової сфери особистості.

Значна кількість досліджень ставлення до власної зовнішності присвячена її вивченню в людей із дефектами зовнішності, з порушеннями харчової поведінки, в осіб, залежних від косметичних процедур або орієнтованих на хірургічну зміну свого зовнішнього вигляду. У віковому аспекті представлені в літературі дослідження головним чином стосуються осіб підліткового й зрілого віку. Водночас актуальним здається вивчення психологічних особливостей, що сприяють формуванню позитивного ставлення до власної зовнішності в юнацькому віці, який характеризується пошуком свого місця у світі, смислу життя, зі становленням справжнього авторства у визначенні й реалізації свого власного способу життя, свого саморозвитку [1; 2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Зв'язок ставлення до власної зовнішності з характеристиками ціннісно-сислової сфери особистості, окремих ціннісно-сислових утворень потрапляє у фокус уваги сучасних дослідників. Так, Л. Баранська під час вивчення психологіч-

них механізмів, що беруть участь у формуванні конструктивної мотивації діяльності, спрямованої на самовдосконалення зовнішнього вигляду, відзначає їхню зумовленість ціннісно-сисловими характеристиками. Результати проведених автором досліджень показали, що мотивація звернення до естетичної хірургії зумовлена ціннісно-сисловими викривленнями і, як наслідок, підміною саморозвитку обмеженою квазітворчою активністю щодо своєї зовнішності [3, с. 15].

Т. Леві виділяє об'єктний та суб'єктний спосіб ставлення людини до свого зовнішнього вигляду. За об'єктного ставлення зовнішній вигляд має інструментальну цінність, людина ставить до своєї зовнішності як до засобу досягнення певних цілей, а позитивність стосовно зовнішності визначається ефективністю в досягненні даних цілей. Система дій щодо власної зовнішності складається за таких умов із підвищеного самоконтролю, маніпулювання собою, настановами на самокорекцію. У разі суб'єктного ставлення до своєї зовнішності його характер визначається станом задоволення потреб, пов'язаних із самовираженням, самореалізацією, пошуком власного призначення. Дії ж стосовно свого зовнішнього вигляду визначаються зусиллями, які будуть сприяти самовираженню. У разі суб'єктного ставлення зовнішність виражає внутрішній світ людини й виступає як термінальна цінність, пов'язана зі здатністю бути собою, зберігати свою індивідуальність [4, с. 5–7].

Однак підвищена увага до догляду за собою, за даними Є. Варлашкіної, може перетворюватися на єдиний ресурс досягнення життєвих цілей і розвитку особистості, призводити до підміни й зсуву базових цінностей (родина, діти, професія тощо) на егоцентричні цінності [5, с. 5].

За результатами досліджень К. Ліоссі, жінки, якщо порівнювати їх із чоловіками, більш схильні сприймати зовнішність як еталон самооцінки й основне джерело уявлень про себе, а підвищена стурбованість жінок щодо свого зовнішнього вигляду багато в чому зумовлена високою значущістю зовнішності в структурі їхніх цінностей [6, с. 163].

О. Капітанова, яка вивчала ставлення до зовнішності студентів обох статей, виявила більшу задоволеність, але й більшу стурбованість зовнішнім виглядом у дівчат порівняно з юнаками. Водночас представники обох статей досить високо оцінюють свій зовнішній вигляд. На задоволеність зовнішнім виглядом студентів як представників юнацького віку впливають самооцінка обличчя й оформлення зовнішності, привабливості зовнішнього вигляду для протилежної статі, а на рівень стурбованості зовнішнім виглядом впливають не стільки самооцінка фізичних компонентів зовнішнього вигляду, скільки його оформлення [7, с. 133–134].

У дослідженні І. Касабової, спрямованому на вивчення особливостей використання одягу як засобу самопред'явлення фемінінними і маскулінними дівчатами, встановлено, що дівчата проявляють досить велику цікавість до різних аспектів зовнішності, а під час вибору одягу орієнтуються на його практичність, зручність, естетичність, але головним мотивом є вираження власної індивідуальності [8, с. 141].

Мета статті – визначити характер зв'язку складників ставлення до власної зовнішності та смисложиттєвих і ціннісних орієнтацій у дівчат юнацького віку.

Виклад основного матеріалу. Під час організації емпіричного дослідження ми виходили із прийнятого нами попередньо визначення ставлення до власної зовнішності, під яким розуміється значущий, емоційно насичений компонент ціннісно-смислової сфери особистості, що регулює її переживання, взаємини із соціальною реальністю, впливає на оцінку людиною власних життєвих перспектив, на задоволеність собою і власним життям [9, с. 73].

Виходячи з даного визначення, ставлення до власної зовнішності як інтегральний феномен включає такі складові частини: задоволеність власним тілом, вплив образу тіла на якість життя, задоволеність своїм зовнішнім виглядом, задоволеність своєю зовнішністю в ситуативному аспекті, стурбованість своїм зовнішнім виглядом, оцінно-змістовні інтерпретації різних компонентів зовнішності, ставлення до відображеного зовнішнього вигляду, відповідність зовнішнього вигляду віковим і рольовим характеристикам, прагнення до вдосконалення своєї зовнішності.

Дослідження проводилося з використанням методик «Шкала оцінки рівня задоволеності влас-

ним тілом» О. Скугаревського, «Ставлення до свого зовнішнього вигляду: задоволеність, стурбованість» В. Лабунської, «Оцінно-змістовна інтерпретація зовнішнього вигляду» В. Лабунської, «Вплив образу тіла на якість життя» і «Ситуативна незадоволеність образом тіла» Т. Кеш в адаптації Л. Баранської, С. Татаурової, «Тест смисложиттєвих орієнтацій» Д. Леонтьєва, «Методика вивчення ціннісних орієнтацій» М. Рокіча в адаптації Д. Леонтьєва.

У дослідженні брали участь 62 студентки Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди та Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого віком 19–21 рік, у яких на етапі попереднього дослідження були визначені оцінки власної зовнішності та задоволеність нею в межах середнього діапазону.

За результатами кореляційного аналізу визначений тісний взаємозв'язок показників складників ставлення до власної зовнішності та смисложиттєвих орієнтацій дівчат юнацького віку. Визначені позитивні зв'язки поєднують складники смислу життя з усіма складниками ставлення до власної зовнішності, крім прагнення до вдосконалення своєї зовнішності і ситуативної незадоволеності образом тіла, які пов'язані зі смисложиттєвими орієнтаціями негативно (табл. 1).

Отже, дівчата юнацького віку з більш позитивним ставленням до власної зовнішності характеризуються наявністю життєвих цілей, які надають життю осмисленості, спрямованості та часової перспективи, сприйняттям процесу свого життя як цікавого, емоційно насиченого й сповненого смислом, задоволеністю своєю самореалізацією, уявленням про себе як про особистість, що контролює події власного життя, здатна вільно ухвалювати рішення і втілювати їх у життя.

Зниження рівня осмисленості життя супроводжується зниженням задоволеності власним тілом і зовнішністю, стурбованістю своїм зовнішнім виглядом, зниженням самооцінки власного обличчя, тіла, оформлення власної зовнішності, своєї виразної поведінки, відображеної зовнішності, відповідності зовнішнього вигляду віку і статусу дівчат, упевненості в позитивному впливі власної зовнішності на якість свого життя, але зростанням кількості ситуацій, в яких дівчата незадоволені власним тілом і збільшенням прагнення до вдосконалення своєї зовнішності. За достатньої зрозумілості отриманих результатів може з'явитися питання щодо одночасного підвищення або зниження задоволеності власним тілом і зовнішністю та стурбованості ними в разі збільшення або зниження осмисленості життя. Варто зазначити, що питання щодо співвідношення задоволеності зовнішнім виглядом і стурбованості ним було предметом розгляду в дослідженні О. Капітанової.

Дослідницею визначено, що стурбованість зовнішнім виглядом виникає в людини у зв'язку із припущенням про негативне враження, яке деякі компоненти її зовнішнього вигляду можуть справити на інших людей у ситуаціях взаємодії. Стурбованість своїм зовнішнім виглядом може виникати на тлі як задоволеності, так і незадоволеності ним [7, с. 72].

Під час інтерпретації результатів кореляційного аналізу показників ставлення до власної зовнішності й ціннісних орієнтацій враховувалося, що більш вагомими для особистості цінності мають менший ранг в ієрархії за результатами методики М. Рокіча.

За результатами кореляційного аналізу визначено, що найбільша кількість зв'язків поєднують складники ставлення до власної зовнішності і термінальні цінності щасливого сімейного життя і наявності хороших, вірних друзів. Так, виявилось, що зі зростанням цінності щасливого сімейного життя зростає рівень задоволеності дівчат власною зовнішністю ($r = -0,432$, $p < 0,01$), рівень самооцінки власної виразної поведінки ($r = -0,308$, $p < 0,05$), оцінки відповідності зовнішнього вигляду статусу ($r = -0,329$, $p < 0,01$), оцінки впливу образу власного тіла на якість життя ($r = -0,315$, $p < 0,01$), але слабшає прагнення до вдосконалювання своєї зовнішності ($r = 0,305$, $p < 0,05$) і ситуаційна незадоволеність образом тіла ($r = 0,345$, $p < 0,01$). Зростання цінності наявності хороших і вірних друзів супроводжує зростання прагнення до вдосконалювання своєї зовнішності ($r = -0,408$, $p < 0,01$), але зниження рівня самооцінки власного обличчя ($r = 0,277$, $p < 0,05$) і відповідності зовнішнього вигляду віку ($r = 0,412$, $p < 0,01$). Цінність життєвої мудрості підвищується разом із рівнем задоволеності власним тілом ($r = -0,345$, $p < 0,01$). Зростання цінності матеріально забезпеченого життя супроводжує зниження оцінки впливу

образу власного тіла на якість життя ($r = 0,233$, $p < 0,05$), зростання цінності щастя інших – зниження задоволеності власним зовнішнім виглядом ($r = 0,419$, $p < 0,01$), зростання цінності продуктивного життя – зниження оцінки відображеної зовнішності ($r = 0,225$, $p < 0,05$).

За результатами кореляційного аналізу складників ставлення до власної зовнішності й інструментальних цінностей визначено, що цінність незалежності підвищується разом із задоволеністю власним обличчям ($r = -0,349$, $p < 0,01$) і відповідністю зовнішності статусу ($r = -0,316$, $p < 0,05$), а знижується зі збільшенням прагнення до вдосконалювання власної зовнішності ($r = 0,389$, $p < 0,01$). Цінність сміливості в обстоюванні своїх поглядів підвищується зі зростанням рівня задоволеності власним тілом ($r = -0,361$, $p < 0,01$), а знижується зі зростанням оцінки впливу образу власного тіла на якість життя ($r = 0,345$, $p < 0,01$). Зростання цінності чесності супроводжує підвищення задоволеності власною зовнішністю ($r = -0,340$, $p < 0,01$), а зростання цінності ефективності в справах – підвищення самооцінки оформлення зовнішності ($r = -0,322$, $p < 0,05$) і відповідності зовнішності віку ($r = -0,354$, $p < 0,01$).

Зростання цінності відповідальності супроводжує зниження самооцінки відповідності зовнішності статусу ($r = 0,314$, $p < 0,05$) і віку ($r = 0,347$, $p < 0,01$), зростання цінності терпимості – зниження задоволеності власним зовнішнім виглядом ($r = 0,401$, $p < 0,01$), зростання цінності широти поглядів – зниження оцінок відображеної зовнішності ($r = 0,373$, $p < 0,01$), оформлення зовнішності ($r = 0,428$, $p < 0,01$) і обличчя ($r = 0,319$, $p < 0,05$), а також рівня задоволеності зовнішнім виглядом ($r = 0,286$, $p < 0,05$).

Висновки. Визначений під час емпіричного дослідження тісний позитивний зв'язок складників

Таблиця 1

Коефіцієнти кореляції смисложиттєвих орієнтацій і показників ставлення до власної зовнішності дівчат юнацького віку

Складники ставлення до власної зовнішності	Смисложиттєві орієнтації					
	Загальний показник	Цілі	Процес	Результат	ЛК – Я	ЛК – життя
Задоволеність власним тілом	0,403**	0,515**	0,466**	0,544**	0,196	0,421**
Стурбованість своїм зовнішнім виглядом	0,452**	0,257*	0,405**	0,305*	0,261*	0,400**
Прагнення до вдосконалювання своєї зовнішності	-0,483**	-0,479**	-0,434**	-0,503**	-0,488**	-0,404**
Оцінка власного обличчя	0,531**	0,537**	0,516**	0,612**	0,496**	0,613**
Оцінка власного тіла	0,279*	0,280*	0,378**	0,411**	0,213*	0,441**
Оцінка оформлення власної зовнішності	0,291*	0,228*	0,253*	0,351**	0,268*	0,429**
Оцінка своєї виразної поведінки	0,468**	0,559**	0,599**	0,401**	0,460**	0,598**
Оцінка відображеної зовнішності	0,506**	0,209	0,526**	0,541**	0,418**	0,422**
Задоволеність своєю зовнішністю	0,473**	0,264*	0,528**	0,440**	0,221*	0,484**
Відповідність зовнішнього вигляду віку	0,200	0,148	0,158	0,190	0,229*	0,282*
Відповідність зовнішнього вигляду статусу	0,489**	0,481**	0,420**	0,469**	0,494**	0,569**
Вплив образу тіла на якість життя	0,393**	0,486**	0,518**	0,474**	0,486**	0,370**
Ситуативна незадоволеність образом тіла	-0,376**	-0,241*	-0,432**	-0,331**	-0,412**	-0,402**

ставлення до власної зовнішності дівчат з усіма складниками смислу життя, крім прагнення до вдосконалювання своєї зовнішності і ситуативної незадоволеності образом тіла, які пов'язані зі смисложиттєвими орієнтаціями негативно, підтверджує можливість визначення ставлення до власної зовнішності як компонента ціннісно-сміслової сфери особистості.

Вивчення зв'язку ставлення до власної зовнішності з термінальними й інструментальними цінностями дівчат юнацького віку дозволило визначити цінності, засновані на позитивній оцінці складників власної зовнішності, задоволеності нею. Такими виявилися цінності щасливого сімейного життя, життєвої мудрості, незалежності, чесності, ефективності в справах, сміливості в обстоюванні власних поглядів. Високий рівень прагнення до вдосконалювання власної зовнішності характеризує дівчат юнацького віку з низьким рівнем осмисленості життя, цінності незалежності, високим рівнем цінності наявності хороших і вірних друзів.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі вбачаємо у вивченні особливостей ставлення до власної зовнішності як компонента ціннісно-сміслової сфери представників юнацького віку обох статей із різними рівнями задоволеності зовнішнім виглядом.

Література:

1. Кузікова С. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці : монографія. Суми : МакДен, 2012. 409 с.

2. Слободчиков В., Исаев Е. Психология развития человека. Развитие субъективной реальности в онтогенезе. Москва : ПСТГУ, 2013. 400 с.
3. Баранская Л. Факторы риска расстройств личностной адаптации у пациентов эстетической хирургии : автореф. дис. ... докт. психол. наук: 19.00.04. Москва, 2010. 44 с.
4. Леви Т. Отношение к телу в структуре самоотношения. *Психология телесности: теоретические и практические исследования: материалы Международной заочной научно-практической конференции*, г. Пенза, 25 марта 2008 г. Пенза, 2008. С. 5–9.
5. Варлашкина Е. Личностные предикторы удовлетворенности образом физического «Я» у женщин в период зрелости : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Ярославль, 2016. 171 с.
6. Lioffi C. Appearance related concerns across the general and clinical populations. Unpublished thesis, City University, London, 2003. 239 p.
7. Капитанова Е. Социально-психологические факторы удовлетворенности студентов своим внешним обликом : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Ростов-на-Дону, 2017. 212 с.
8. Касабова И. Особенности самопредъявления фемининных и маскулинных девушек в межличностном общении : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Ростов-на-Дону, 2016. 188 с.
9. Даниленко Н., Меднікова Г. Проблема ставлення особистості до власної зовнішності в психологічній науці. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. Харків, 2018. Вип. I (57). С. 67–77.

Даниленко Н. Н. Отношение к собственной внешности в структуре ценностных и смысложизненных ориентаций девушек юношеского возраста

В статье представлены результаты эмпирического исследования взаимосвязи составляющих отношения к собственной внешности, смысложизненных и ценностных ориентаций девушек юношеского возраста. Определена тесная положительная связь составляющих отношения к собственной внешности девушек юношеского возраста со всеми составляющими смысла жизни, кроме стремления к совершенствованию своей внешности и ситуативной неудовлетворенности образом тела, которые связаны со смысложизненными ориентациями отрицательно. Установлены терминальные и инструментальные ценности, которые наиболее тесно связаны с отношением к собственной внешности девушек юношеского возраста.

Ключевые слова: отношение к собственной внешности, смысложизненные ориентации, ценностные ориентации, терминальные ценности, инструментальные ценности, девушки, юношеский возраст.

Danylenko N. M. Attitude to one's own appearance in the structure of value and life-purpose orientations of adolescent girls

The article presents the empirical research results of interrelation of the components of attitude to one's own appearance, life-purpose and value orientations of adolescent girls. There is close positive connection of the components of attitude to own appearance of adolescent girls with all the components of life purpose except for aiming at perfection of own appearance and situational body image dissatisfaction which are negatively connected with life-purpose orientations. The article presents the terminal and instrumental values that are more closely connected with attitude to own appearance of adolescent girls.

Key words: attitude to one's own appearance, life-purpose orientations, value orientations, terminal values, instrumental values, adolescent girls.