

УДК 159.922.5-055.2-053
DOI: 10.26565/2225-7756-2019-67-12

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ТІЛА ТА САМОСТАВЛЕННЯ У ЖІНОК РІЗНОГО ВІКУ

Фещенко Катерина Андріївна, магістрантка факультету психології Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна, майдан Свободи, 4, Харків, 61022.

Луценко Олена Львівна, доктор психологічних наук, професорка кафедри прикладної психології Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна, майдан Свободи, 6, Харків, Україна, 61022.

Feshchenko Kateryna, Master Student of the Faculty of Psychology V. N. Karazin Kharkiv National University, 6 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine, 61022.

Lutsenko Olena, Doctor of Psychological Science, Professor of the Department of Applied Psychology, V. N. Karazin Kharkiv National University, 6 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine, 61022.

Фещенко Екатерина Андреевна, магистрант факультета психологии Харьковского национального университета имени В.Н. Каразина, пл. Свободы, 6, Харьков, Украина, 61022.

Луценко Елена Львовна, доктор психологических наук, профессор кафедры прикладной психологии Харьковского национального университета имени В.Н. Каразина, пл. Свободы, 6, Харьков, Украина, 61022.

ORCID - 0000-0001-9922-9523
olena.lutsenko@karazin.ua

Анотація. В статті розглянуто проблему взаємозв'язку ставлення до власного тіла та самоствавлення у жінок різного віку. Викладено результати емпіричного дослідження, у якому зроблено порівняння цих змінних у жінок молодого та зрілого віку. Доведено, що жінки віком від 41 до 60 років мають більше зв'язків між ставленням до свого тіла та різними аспектами самоствавлення (самоповага, самозвинувачення, аутосимпатія тощо), ніж жінки віком 20-40 років. Вивчено вплив соціальних характеристик на ставлення до себе та своєї зовнішності, а саме використання косметики, одягу та аксесуарів. Отриманим фактам запропоноване еволюційне пояснення.

Ключові слова: самоствавлення; ставлення до тіла; незадоволеність тілом; соціальні характеристики зовнішності; еволюція.

Abstract. The article considers the problem of the relationship between the attitude to the own body and self-attitude of different aged women. Self-attitude is a phenomenon that reflects a general positive or negative attitude to own personality. Many scientists such as Z. Freud, A. Adler, O.O. Skugarevsky, S.V. Sivukha emphasized the importance of the body in forming a person's mental characteristics. Attitude to the own body is formed in the process of socialization through social institutions, art, science, everyday experience. In this research there was studied the relationship between the attitude to the own body and self-attitude of different aged women. Sample included women of two age groups: 20-40, 41-60. It was found out that dissatisfaction with own body in both groups was not expressed. We revealed that self-esteem of functional (endurance, strength, flexibility, speed, agility), anatomical (face, figure, legs, hands) and social (clothing, accessories, and cosmetics) characteristics of their bodies are on the high levels in both groups. Women between 41 and 60 have more interconnections between attitude to their bodies and different aspects of self-attitude (self-esteem, self-accusation, self-sympathy, etc.) in comparison with women of 20-40 ages. Middle-aged women tend to have higher self-acceptance and self-esteem than the younger group. From an evolutionary perspective, women are interested in being attractive to men. It increases their chances of getting a healthy partner who will provide them with the resources they need to raise their children. Studies show that men unconsciously pay attention to body proportions, skin quality and other health indicators. In our opinion, social characteristics have evolutionary importance. Social characteristics correlate with the expected attitudes of others in group of middle-aged women. Artificial appearance enhancement is aimed at attracting men and scaring away potential rivals. Perhaps women initially attract the opposite sex due to anatomical features, and when their body starts to change, they pay more attention to social ones.

Keywords: self-attitude; attitude to the own body; body dissatisfaction; social characteristics of appearance; evolution.

Аннотация. В статье рассмотрена проблема взаимосвязи отношения к своему телу и самооотношения у женщин разного возраста. Изложены результаты эмпирического исследования, в котором сравнивались группы молодых и зрелых женщин. У женщин в возрасте от 41 до 60 лет зафиксировано больше взаимосвязей между отношением к своему телу и различными аспектами самооотношения (самоуважение, самообвинение, аутосимпатия и т. д.), по сравнению с женщинами-

ми 20-40 лет. Изучено влияние социальных характеристик на отношение к себе и своей внешности. В качестве социальных характеристик взято использование косметики, одежды и аксессуаров. Полученным фактам предложено эволюционное объяснение.

Ключевые слова: самоотношение; отношение к телу; неудовлетворенность телом; социальные характеристики внешности; эволюция.

Сучасна масова культура приділяє багато уваги зовнішньому вигляду. Образи красивих людей використовують майже у всіх сферах життя. Людина – цілісна істота, тому є очевидним той факт, що тіло та психіка взаємозалежні. Із дорослішанням жіноче тіло зазнає змін, до яких треба адаптуватися. Багато сучасних теорій щодо незадоволення тілом вважають, що цей феномен може бути найбільш прямим або безпосереднім попередником розвитку харчових розладів – булімії та анорексії [15]. Знання особливостей того, як пов'язані ставлення до свого тіла та самоствавлення, дасть змогу краще розуміти жінок різного віку та підвищити якість психологічної допомоги.

Вперше термін самоствавлення ввів грузинський вчений Н.І. Сарджвеладзе [9]. Основа його теорії – взаємодія людини та соціуму. Особистість людини складається із соціального статусу, установок до зовнішнього світу та самоствавлення. На думку вченого, самоствавлення містить самосвідомість, самооцінку, емоційне ставлення до себе, саморегуляцію та самопізнання.

Самоствавлення здорової особистості є механізмом зворотного зв'язку, який вказує на благополуччя або неблагополуччя. Тобто, якщо людина починає ставитися до себе гірше, то це ознака того, що вона щось робить неправильно. Загальне самоствавлення (самоповага, самооцінка) є цілісним утворенням, що відображає загальне позитивне або негативне ставлення до своєї особистості [8].

Вчені минулого так чи інакше підкреслювали важливість тілесного у формуванні психічних особливостей людини. За З. Фрейдом, особистість проходить через психосексуальні фази, де відбувається локалізація лібідю на певних ділянках тіла (ерогенних зонах) [2]. Фіксація на певному етапі сприяє формуванню відповідного характеру [11]. За теорією А. Адлера, недосконалість органів спонукає людину ставати більш досконалим не тільки у фізичному плані [13].

Н.І. Сарджвеладзе [9] вважав, що самоствавлення може бути суб'єкт-суб'єктне та суб'єкт-об'єкте. Кожен з цих видів має емоційну, когнітивну та конотативну сторону. Для першого типу властива позиція внутрішнього глядача. Людина розуміє, а не просто пояснює свої вчинки. Особистість хоче реалізувати себе, приймати свою унікальність, її зусилля спрямовані на самовираження. Для другого типу характерне дистанційне ставлення до себе, а Я – утворення, що сприяє або не сприяє досягненню мети, само по собі цінності не має. Емоційна реакція на своє Я може бути позитивною або негативною. Особистість займає позицію стороннього глядача. Поведінка направлена на корекцію себе та сильний самоконтроль.

Н.І. Сарджвеладзе, Ш.Н. Чхартишвили та більшість сучасних вчених вважають, що людина має три виміри: біологічний, соціальний та психологічний [9]. Самоствавлення у біологічному вимірі містить, за Сарджвеладзе [9], ставлення до зовнішності та анатомічних характеристик, до функціонально-психологічних можливостей. До соціального виміру відносяться соціальний статус, ставлення до себе як до носія культурних норм. Психологічний рівень включає ставлення до своїх сенсомоторних властивостей, емоційних особливостей, інтелектуальних можливостей, вольових якостей, ставлення до себе як до неповторної особистості. Н.І. Сарджвеладзе [9] наголошує, що всі ці виміри можуть носити суб'єкт-суб'єктний або суб'єкт-об'єктний характер. Якщо узагальнити, то описані властивості самоствавлення можна перенести на ставлення до свого тіла (біологічний вимір).

З іншого боку, образ тілесного Я має бути пов'язаний із загальним самоствавленням і на нього впливають різні емоційні та когнітивні явища. За О.О. Скугаревським та С.В. Сивухою [10], наявність незадоволеності тілом може впливати на афективну та когнітивну сферу людини, її поведінку.

Образ фізичного Я за А.Г. Черкашиною [14] є соціальним феноменом, складовими якого є певні критерії зовнішньої привабливості: анатомічні, соціальні та функціональні. До анатомічних характеристик відносяться зовнішній вигляд різних частин тіла, пропорції. До функціональних – витривалість, сила, гнучкість, швидкість та спритність. До соціальних – одяг, аксесуари, косметика. Ставлення до образу фізичного Я формується в процесі соціалізації через різні соціальні інститути, мистецтво, науку, повсякденний досвід.

З точки зору еволюційного підходу, жінки зацікавлені у тому, щоб бути привабливими для чоловіків. Це підвищує їх шанси отримати партнера, який забезпечить необхідними ресурсами для виховання дітей. Дослідження показали, що чоловіки несвідомо звертають увагу на пропорції тіла, якість шкіри та інші показники здоров'я [7]. Тіло жінки з віком змінюється, тому вона докладає багато зусиль для підтримання власної привабливості: займається спортом, відвідує косметолога тощо [1].

Оскільки ставлення до тіла у жінок може змінюватися протягом онтогенезу, важливим є вивчення ролі вікового чинника. За Г. Крайг [4] дорослість поділяється на ранню (друге і третє десятиліття життя), середню (четверте та п'яте десятиліття) та пізню (60-65 років). Рання дорослість – період піку біологічних функцій людини, у психологічному та професійному плані – час становлення. Задачі цього віку: створення сім'ї, адаптація до ролі дорослої людини, планування майбутнього. Середня дорослість супроводжується фізичними змінами. Людина помічає ознаки старіння. Це може викликати депресію, відчуття втрати жіночності. Окрім цього, у середньому віці починається уповільнення реакцій нервової системи, скелет стає менш рухомих та гнучким, шкіра втрачає еластичність, накопичується

жирова тканина. У психологічному плані середній вік – той період, коли людина переосмислює своє життя, оцінює його. Це може викликати амбівалентні почуття. Рання та середня дорослість для жінок – це їх репродуктивний період, коли їм особливо важливо бути привабливими та мати підтримку з боку партнера. Тому дослідження цих вікових періодів у жінок є особливо важливим для вивчення самоставлення і ставлення до власного тіла.

Загалом, зв'язок ставлення до власного тіла та самоставлення у жінок у науковій психологічній літературі досліджений недостатньо.

Тому **метою нашого дослідження** є виявлення взаємозв'язків між самоставленням та ставленням до свого тіла у жінок з урахуванням вікового чинника.

Методи та вибірка дослідження. У дослідженні взяли участь 60 жінок. У першу групу ввійшли досліджувані віком від 20 до 40 років (30 осіб), у другу – від 41 до 60 (30 осіб).

Для проведення дослідження було використано такі методики:

1) «Тест-опитувальник самоставлення» В.В. Століна, С.Р. Пантілеєва [12], що вимірює показники: загальний показник глобального самоставлення, інтегральні фактори самоповаги, аутосимпатії, очікуваного ставлення від інших, самоінтересу, та 7 первинних показників: самовпевненість, ставлення від інших, самоприйняття, самокерівництво, самозвинувачення, самоінтерес, саморозуміння. Цю методику було використано для вивчення самоставлення.

2) «Опитувальник образу власного тіла» О.О. Скугаревського, С.В. Сивухи [10], що вимірює один показник задоволеності/незадоволеності власним тілом. Цю методику було використано для вивчення ставлення до власного тіла загалом в термінах задоволеності/незадоволеності. Вона має критичне порогове значення (13 балів), вище якого ставлення до власного тіла кваліфікується як виражена незадоволеність.

3) Методика дослідження самоставлення до образу фізичного Я А.Г. Черкашиної [14], що вимірює анатомічні, функціональні та соціальні характеристики образу Фізичного Я в контексті суб'єктивного ставлення. Цю методику, як і попередню, було використано для оцінювання ставлення до власного тіла, але вже не лише в загальному сенсі, але і дуже детально, зокрема, серед анатомічних характеристик оцінюються ставлення до 4-х груп елементів: обличчя в цілому, фігура, ноги, руки. Обличчя оцінюється за 13 ознаками, фігура за 15-тю, ноги за 6-ма, та руки за 6-ма. Наприклад, у обличчі оцінюються такі ознаки, як: волосся (густота, фактура, колір, якість); шкіра (якість, колір); овал обличчя; форма чола; брови; очної ареал; ніс; губи; зуби; підборіддя; вухна раковина; особа в профіль.

Функціональні характеристики тіла оцінюються за п'ятьма головними групами: витривалість (3 ознаки), сила (4 ознаки), гнучкість (4 ознаки), швидкість (2 ознаки) та спритність (3 ознаки). Наприклад, оцінка спритності включає такі ознаки, як утримання рівноваги, ходу, виразність руху.

Соціальні характеристики образу тіла оцінюються у методиці через 3 головні групи: одяг (включає 7 ознак), аксесуари (включає 5 ознак) та косметику (включає 7 ознак). Наприклад, одяг оцінюється через такі елементи, як відповідність до напрямів моди; поєднання колірної гами з кольором шкіри, очей, волосся; комфортність (зручність); індивідуальність стилю; відповідність пропорціям фігури; відповідність віку; відповідність соціальній ролі.

Математична обробка результатів дослідження виконана в програмі STATISTICA 7.0 з використанням методу оцінки розбіжностей між середніми Манна-Уїтні та кореляційного аналізу Спірмена.

Результати

Характеристики самоставлення та задоволеності тілом у жінок. Результатом інтеграції емоційних проявів щодо свого Я є глобальне самоставлення, що було виміряно за допомогою опитувальника самоставлення В.В. Століна та С.Р. Пантілеєва [12]. Глобальне самоставлення у жінок ранньої дорослості (молодих) відповідає середньому рівню, а у жінок середньої дорослості (зрілих) відповідає високому рівню. Проте ці розбіжності не є значущими ($U = 333,5$; $p_{дв} \geq 0,05$).

Молоді жінки мають самоповагу у середньому в 61,1 бал (середній рівень), а зрілі жінки мають вищу самоповагу – в 78,6 балів (високий рівень), що їх значуще відрізняє ($U = 318,5$; $p_{дв} \leq 0,05$). Тобто жінки старше 40 років більш вірять у власні сили та здібності, вважають себе більш самостійними, сприймають себе такими, що можуть контролювати власне життя. Це можна пояснити тим, що зрілі жінки імовірно вже мають певні досягнення, посіли певне місце у соціумі, реалізували себе у професійному плані, часто мають власну сім'ю, на відміну від молодих жінок.

Погоджується з попереднім і наступний факт, що зрілі жінки мають тенденцію до вищого самоприйняття та самокерування, ніж молоді жінки. Проте, виявлено брак впевненості у собі в обох групах.

Щодо ставлення до власного тіла, то середнє значення показника незадоволеності тілом за методикою Скугаревського та Сивухи у молодих жінок дорівнює 5,73 балів, а у зрілих жінок – 5,77 балів, що є близьким до верхньої межі норми (6 балів). Розбіжність між показниками першої та другої групи не є значущими ($U = 443$; $p_{дв} \geq 0,05$). Тобто, жінки обох вікових груп сприймають своє тіло як задовільне, але не вважають його ідеальним.

Жінки обох груп високо оцінюють анатомічні, функціональні та соціальні показники образу фізичного Я за методикою А.Г. Черкашиної (високий рівень задоволеності характеристиками тіла діагностується при значенні показника від 7 балів). Виключенням є самооцінка функціональних характеристик свого фізичного Я жінками ранньої дорослості (6,6 балів), яка трохи не досягла високого рівня. За рівнем задоволеності цими характеристиками відмінностей між двома віковими групами виявлено не було – див. табл. 1.

Таблиця 1

Середні показники самоставлення до образу фізичного Я за методикою А.Г. Черкашиної

Назви характеристик	Рівень задоволеності характеристиками тіла у жінок			Важливість характеристик тіла для жінок		
	20-40 років	41-60 років	U-критерій	20-40 років	41-60 років	U-критерій
Анатомічні	8	7,5	374	7,6	7,8	351
Функціональні	6,6	7	367	8,13	8,4	313,5**
Соціальні	7,7	7,4	422,5	7,8	8,2	318*

** $p_{дв} \leq 0,01$ * $p_{дв} \leq 0,05$

Проте, як видно з табл. 1, у показниках важливості характеристик образу фізичного Я зафіксовані певні розбіжності. Для жінок зрілого віку функціональні та соціальні ознаки є більш важливими, ніж для молодих жінок.

Серед функціональних характеристик образу фізичного Я за А. Г. Черкашиною виділяються витривалість, сила, швидкість, спритність та гнучкість тіла. Жінки більш старшого віку вважають гнучкість тіла важливішою, ніж більш молоді жінки: середній показник молодшої групи – 7,46, старшої групи – 8,24 ($U = 276$; $p_{дв} \leq 0,01$). А саме, важливішою для жінок 41-60 років є гнучкість гомілково-стугневого суглобу ($U = 253,5$; $p_{дв} \leq 0,01$), хребту ($U = 325,5$; $p_{дв} \leq 0,05$) та кульшового суглобу ($U = 318$; $p_{дв} \leq 0,05$).

Серед соціальних характеристик за А. Г. Черкашиною виділяються одяг, аксесуари та косметику. Саме за важливістю останньої зрілі жінки перевищують молодих – див. табл. 2.

Таблиця 2

Порівняння важливості соціальних характеристик у жінок різного віку

Назви характеристик	Важливість характеристик		
	Жінки 20-40 років	Жінки 41-60 років	U-критерій
Одяг	8,05	8,2	370,5
Аксесуари	7,4	7,9	347,5
Косметика	8,0	8,6	304*

* $p_{дв} \leq 0,05$

До косметики у методиці А. Г. Черкашиної [14] входять 7 ознак: макіяж, манікюр, педикюр, духи, зачіска, сполучуваність з одягом, сполучуваність з кольоротипом зовнішності. Більшу важливість останньої для жінок більш старшого віку можна пояснити тим, що використання косметичних засобів дозволяє жінкам почуватися більш впевнено щодо власної привабливості. Косметика дозволяє приховати ознаки старіння або відволікти від них увагу, наприклад, через дуже гарний запах духів, стильну зачіску, манікюр тощо.

Взаємозалежність самоставлення та задоволеності тілом. З метою пошуку зв'язків між самоставленням та задоволеністю тілом був проведений кореляційний аналіз цих показників окремо в групах жінок різного віку. Виявлено, що у жінок обох вікових груп глобальне самоставлення та загальна незадоволеність тілом за методикою Скугаревського-Сивухи зворотно взаємозв'язані ($r_s = -0,47$; $p_{дв} \leq 0,01$ для більш молодшої групи та $r_s = -0,60$; $p_{дв} \leq 0,002$ для старшої групи). Тобто, особа, яка має негативне ставлення до власної особистості, може переносити це негативне ставлення і на своє тіло. Можливий і зворотній варіант, коли незадоволеність тілом знижує глобальне самоставлення. Це узгоджується з поглядами О.О. Скугаревського та С.В. Сивухи [10] про те, що наявність незадоволеності тілом може впливати на афективну та когнітивну сферу людини, її поведінку.

Щодо окремих компонентів самоставлення, то із невдоволенням образом тіла зворотним чином пов'язаний показник самоінтересу ($r_s = -0,41$; $p_{дв} \leq 0,05$ для більш молодшої групи та $r_s = -0,42$; $p_{дв} \leq 0,05$ для старшої групи). Тобто жінка, що негативно ставиться до свого тіла, втрачає інтерес до себе. Можлива і інша ситуація, коли відсутність інтересу до себе змушує жінку не слідкувати за своєю зовнішністю, що потім призводить до негативного оцінювання власного тіла. Виявлений прямий зв'язок між невдоволенням образом власного тіла та самозвинуваченням як компонентом самоставлення ($r_s = 0,50$; $p_{дв} \leq 0,01$ для більш молодшої групи та $r_s = 0,46$; $p_{дв} \leq 0,02$ для старшої групи). Жінки можуть докоряти собі, якщо їх зовнішність не відповідає певному стандарту. Зворотнім зв'язком пов'язане саморозуміння як компонент самоставлення та незадоволеність тілом ($r_s = -0,41$; $p_{дв} \leq 0,05$ для обох груп). Відсутність саморозуміння може змушувати жінку більш суворо оцінювати свою зовнішність.

Окрім зв'язків, вказаних вище, у зрілих жінок встановлено й ті, які відсутні у молодих жінок. Це все лише негативні зв'язки незадоволеності тілом з іншими компонентами самоставлення: самоповагою, аутосимпатією, очікуваним ставленням від інших, самовпевненістю та самоприйняттям.

Таким чином, жінки віку 41-60 більше негативних аспектів ставлення до себе відчують через тілесні недоліки, або переносять негативні аспекти самоставлення на власне тіло.

Самозвинувачення та незадоволеність власним тілом прямо пов'язані в обох групах, як було показано вище. Проте, є відмінність, яку ми встановили завдяки методиці дослідження ставлення до образу фізичного Я А.Г. Черкашиної. У молодих жінок самооцінка анатомічних характеристик не корелює із самообвинуваченням ($r_s = -0,24$; $p_{дв} \geq 0,05$), але показник важливості анатомічних характеристик пов'язаний із самообвинуваченням ($r_s = 0,4$; $p_{дв} \leq 0,05$). Тобто коли наявне самозвинувачення, молоді жінки починають більш важливими вважати анатомічні характеристики власного тіла, замість того, щоб сприймати їх як даність, яка є успадкованою і яку часто практично не можна змінити. У зрілих жінок спостерігається інша картина: самооцінка анатомічних характеристик має прямий зв'язок із самообвинуваченням ($r_s = 0,52$; $p_{дв} \leq 0,05$), тоді як важливість анатомічних характеристик не пов'язана із самообвинуваченням ($r_s = 0,01$; $p_{дв} \geq 0,05$). Тобто зрілі жінки у випадку високого самообвинувачення як частини самоставлення ставлять собі високі оцінки анатомічних характеристик тіла. Вони начебто компенсують загальне самозвинувачення високою оцінкою форм тіла. І навпаки, у зрілих жінок у випадку низького самозвинувачення власні анатомічні характеристики тіла оцінюються нижче. Вони приймають себе такими як є, з усіма можливими недоліками, і не відчують потреби у звинуваченні себе загалом. Таким чином, у зрілих жінок оцінка анатомічних характеристик грає роль захисного механізму при самозвинуваченні, а у молодих жінок таким механізмом є модуляція важливості анатомічних характеристик, а не їх пряма оцінка.

Функціональні характеристики образу фізичного Я у молодих жінок пов'язані із глобальним самоставленням ($r_s = 0,42$; $p_{дв} \leq 0,05$) та аутосимпатією ($r_s = 0,38$; $p_{дв} \leq 0,05$). Таким чином, можливість вільно рухатися, витримувати фізичне навантаження впливає на позитивне ставлення до себе. У зрілих жінок функціональні характеристики також пов'язані із глобальним самоставленням ($r_s = 0,40$; $p_{дв} \leq 0,05$) та аутосимпатією ($r_s = 0,41$; $p_{дв} \leq 0,05$). Але лише зрілі жінки мають зв'язок самообвинувачення із самооцінкою функціональних характеристик ($r_s = -0,50$; $p_{дв} \leq 0,01$). Тобто чим вище зрілим жінкам властиве самозвинувачення як частина самоставлення, тим нижче вони оцінюють функціональні можливості свого тіла. Чим менше зрілим жінкам властиве самозвинувачення, тим краще вони оцінюються власну тілесну функціональність. Це може бути наслідком впливу самозвинувачення на оцінку своїх фізіологічних властивостей, такі жінки починають концентруватися на проблемах та недоліках тіла, зміни в якому все більше притягують жіночу увагу з віком, оскільки вони пов'язані з втратою привабливості. Протилежна залежність обумовлювала б більше самозвинувачення при низькій оцінці тілесної функціональності. З віком здатність тіла до виконання фізичних навантажень поступово згасає. Жінки, що помітили це, можуть відчувати провини, незадоволеність собою. Більш молоді жінки ще не відчують таких проблем. Проте, будь якому випадку ставлення до тілесних можливостей знаходиться у тісному зв'язку із загальним самоставленням, що більш виражене у старших жінок.

У зрілих жінок були виявлені також прямі зв'язки між глобальним самоставленням та соціальними характеристиками образу фізичного Я – див. табл. 3. Подібні зв'язки в молодшій групі відсутні. Таким чином, наявність красивого одягу, прикрас та макіяжу допомагає жінкам старше 40-ка років ставитися до себе краще. З іншого боку, любов до себе може впливати на кращий догляд за собою.

Таблиця 3

Взаємозв'язок глобального самоставлення та самооцінки соціальних характеристик зовнішності у жінок середньої дорослості

Показники	Соціальні характеристики зовнішності в цілому	Одяг	Акcesуари	Косметика
Глобальне самоставлення	$r_s = 0,70^*$	$r_s = 0,67^*$	$r_s = 0,65^*$	$r_s = 0,73^*$

* $p_{дв} \leq 0,05$

Також у зрілих жінок спостерігається зв'язок між сприйняттям ставлення інших (як компонентом самоставлення) та самооцінкою соціальних характеристик їх зовнішності, що може свідчити, що вони очікують краще або гірше ставлення від інших в залежності від їх зовнішнього вигляду (табл. 4).

Таблиця 4

Взаємозв'язок очікуваного ставлення інших та самооцінки соціальних характеристик зовнішності у жінок середньої дорослості

Показники	Соціальні характеристики	Одяг	Акcesуари	Косметика
Очікуване ставлення інших	$r_s = 0,52^*$	$r_s = 0,50^*$	$r_s = 0,51^*$	$r_s = 0,55^*$

* $p_{дв} \leq 0,05$

Це можна інтерпретувати як те, що таким чином жінки можуть демонструвати свій соціальний статус та приховувати втрату привабливості молодості.

Також лише в представниць старшої групи був виявлений зворотний зв'язок самозвинувачення (як компонента самоставлення) та соціальних характеристик зовнішності (табл. 5).

Таблиця 5

Взаємозв'язок самозвинувачення та самооцінки соціальних характеристик у жінок середньої дорослості

Показники	Соціальні характеристики (загальний показник)	Одяг	Аksesуари	Косметика
Самозвинувачення	$r_s = -0,45^*$	$r_s = -0,41^*$	$r_s = -0,38^*$	$r_s = -0,54^*$

* $p_{дв} \leq 0,05$

Можливі два варіанти інтерпретації такого результату. Почуття провини в бік себе може сформувати установку на те, що жінка не заслуговує на гарний одяг, косметику тощо, або вони їй не потрібні. Депресивні почуття часто приводять до небажання слідкувати за собою, байдужості до власного зовнішнього вигляду [11]. Або може бути інший напрямок цієї закономірності: незадоволеність даними соціальними характеристиками змушує жінку відчувати провини.

Оскільки соціальні характеристики зовнішності виявилися тісно пов'язаними із самоставленням залежно від віку жінок, ми вирішили перевірити зв'язки між незадоволеністю тілом, вимірною методикою Скугаревського-Сивухи, та ставленням до соціальних характеристик образу фізичного Я за методикою А.Г. Черкашиної – див. табл. 6.

Таблиця 6

Взаємозв'язок незадоволеності тілом та соціальними характеристиками у жінок різного віку

Показники		Соціальні характеристики (загальний показник)	Одяг	Аksesуари	Косметика
Незадоволеність тілом	Жінки 20-40 р.	$r_s = -0,40$			$r_s = -0,39$
	Жінки 41-60 р.	$r_s = -0,52$	$r_s = -0,42$	$r_s = -0,47$	$r_s = -0,53$

* $p_{дв} \leq 0,05$

Як видно з таблиці 6, у молодих жінок наявний негативний зв'язок самооцінки соціальних характеристик зовнішності, а також, самооцінки користування косметикою із незадоволеністю тілом, а у жінок середньої дорослості він навіть сильніший. Тобто чим вище незадоволеність тілом у жінок, тим нижчими будуть і їхні оцінки соціальних характеристик зовнішності і навпаки: з зростанням задоволеності тілом збільшується оцінка соціальних характеристик зовнішності. У старших жінок незадоволеність/задоволеність тілом пов'язана, крім самооцінки використання косметики, ще і з використанням одягу та аксесуарів. Таким чином усі характеристики ставлення до власного тіла погоджені між собою – загальна незадоволеність тілом супроводжується незадоволеністю соціальними характеристиками зовнішності, а загальна задоволеність тілом супроводжується задоволеністю соціальними характеристиками зовнішності.

Дискусія. Отриманий нами факт, що позитивне самоставлення прямо пов'язане з задоволеністю тілом погоджується із іншими дослідженнями. Зокрема, у дослідженні Б. С. Іздоржик з колегами, проведеному зі 150 дорослими польськими жінками віком 20-55 років [16] виявлено, що жінки з високою загальною самооцінкою мають більш високу суб'єктивну самооцінку щодо своєї фізичної привабливості. Проте не навпаки. Намагання дотримуватися ідеального образу тіла, а саме, бути стрункими і побоювання набрати вагу – не були змінними, що пояснювали загальну самооцінку та стійкість до стресів. Такі компоненти емоційного ставлення до тіла виявились передвісниками лише обмежувальної поведінки щодо їжі та схильності до фізичних навантажень.

В літературі з еволюційної психології можна знайти припущення, що на зорі людства одяг був ранньою формою художньої експресії, що підкреслював високий статус та підвищував ефективність залицянь [7]. Таким чином, людям з самого початку може бути властиво прикрашати себе. Можливо, той факт що соціальні характеристики корелюють із очікуваним ставленням інших саме у жінок середньої дорослості, пояснюється намаганням компенсувати вікові зміни.

У наших роботах [5, 6] розроблено поняття жіночого кокетства. Жіноче кокетство спрямоване на привабливості чоловіків та має адаптивне значення. Успішна у цьому сенсі жінка має можливість обирати найкращого чоловіка, який забезпечить їй здорове потомство та необхідні ресурси для його виховання. Досліджувані соціальні характеристики зовнішності також спрямовані на привабливості чоловіків та відлякування потенційних суперниць, що може бути складовою мистецтва жіночого кокетства. Таким чином, коли у жінок зрілого віку анатомічні характеристики зовнішності та молодість перестають грати головну роль для привабливості чоловіків, вони починають більше використовувати штучні засоби покращення зовнішності та приховання віку – косметику, аксесуари, одяг. Проте незадоволеність тілом та соціальними характеристиками зовнішності з віком зростає, що свідчить про важливість цих характеристик для жінок старшого віку, переживання ними втрати привабливості та адаптивних характеристик у стосунках з протилежною статтю [17].

Висновки. Зрілі жінки у порівнянні з молодими жінками характеризуються кращим самоставленням в аспектах самоприйняття та самоповаги. Загальне (глобальне) самоставлення як у

молодих, так і у зрілих жінок значуще не відрізняється, хоча нормативний рівень самоставлення у зрілих жінок характеризується як високий, а у молодих жінок як середній.

В цілому як молодим, так і зрілим жінкам властива задоволеність власним тілом. Проте у жінок більш старшого віку незадоволеність власним тілом проявляється сильніше, ніж у молодих жінок. Це підтверджує відому еволюційно-психологічну закономірність, згідно якої привабливість жінок для протилежної статі вище у молодому віці, коли стан їх тіла, здоров'я та репродуктивна функція знаходяться у максимальному розквіті.

Жінки як молодого, так і зрілого віку високо оцінюють функціональні (витривалість, сила, гнучкість, швидкість, спиритність), анатомічні (самооцінки обличчя, фігури, ніг, рук) та соціальні (одяг, аксесуари та косметика) характеристики власного тіла. Для зрілих жінок функціональні та соціальні характеристики є більш важливими, ніж для молодих. Таким чином, для зрілих жінок більш благополучним аспектом особистості є самоставлення, а для молодих жінок – ставлення до власного тіла.

У всіх жінок задоволеність власним тілом пов'язана з глобальним позитивним самоставленням та з різними специфічними показниками самоставлення, але у жінок старше 40 років таких зв'язків значно більше.

Самооцінка більшості соціальних характеристик зовнішності (одяг, аксесуари та косметика) взаємопов'язана із різними аспектами самоставлення лише у зрілих жінок. Задоволеність тілом погоджена з високою оцінкою соціальних характеристик зовнішності, так само як і протилежний випадок, а саме, якщо спостерігається незадоволеність тілом, вона супроводжується і низькою оцінкою соціальних характеристик зовнішності.

Усі результати дослідження можуть бути наслідком більш широкої закономірності, за якою для жінок з віком втрата привабливості молодості викликає негативні переживання незадоволеності тілом, проте водночас, і позитивні переживання кращого загального самоставлення, пов'язаного з вищим соціальним статусом та досягненнями жінок зрілого віку.

Перспективою подальшого дослідження є вивчення взаємозалежностей самоставлення, задоволеності власним тілом та самооцінкою образу фізичного Я у жінок з різним рівнем жіночого кокетства. Це дозволить дослідити адаптивні переваги самоставлення та ставлення до власного тіла у жінок, які більш або менш успішні у стосунках з представниками протилежної статі.

Література

1. Басс Д. Эволюция сексуального поведения: стратегии поиска партнеров. Москва: Альпина Паблишер, 2017. 510 с.
2. Бурлачук Л. Ф., Кочарян А. С, Жидко М. Е. Психотерапия. Санкт-Петербург: Питер, 2007. 480 с.
3. Ильин В. П. Психология взрослости. Санкт-Петербург: Питер, 2007. 542 с.
4. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. Санкт-Петербург: Питер, 2007. 940 с.
5. Луценко Е. Л. Женское кокетство как эволюционный адаптивный механизм. Эволюционная и сравнительная психология в России: традиции и перспективы / Под ред. А. Н. Харитоновна. Москва, 2013. С. 287-295.
6. Луценко О. Л. Закономірності психологічної адаптації людини на сучасному етапі еволюції: дис. д-ра. псих. наук: 19.00.01. Харків, 2018. 446 с.
7. Палмер Д., Палмер Л. Эволюционная психология. Секреты поведения Homo sapiens. Санкт-Петербург: Прайм-Еврознак, 2003. 382 с.
8. Панталеон С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. Москва: МГУ, 1991. 110 с.
9. Сарджвеладзе Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. Тбилиси: Мецниереба, 1989. 187 с.
10. Скугаревский О. А., Сивуха С. В. Образ собственного тела: разработка инструмента для оценки. Психологический журнал. 2006. №2. С. 41-48.
11. Соколова Е. Т. Николаева В. В. Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях. Москва: Аргус, 1995. 359 с.
12. Столин В. В. Самосознание личности. Москва: МГУ, 1983. 288 с.
13. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. Санкт-Петербург: Питер, 2003. 608 с.
14. Черкашина А. Г. Методика исследования самоотношения к образу физического Я. Вестник Самарской гуманитарной академии. 2008. № 2. С. 71-88.
15. Brytek-Matera A., Schiltz L. Association between attitudes towards body image, negative emotions about one's own body and self- -state representations in a clinical sample of eating disordered women // Archives of Psychiatry and Psychotherapy. 2011. N. 2. P. 37-43.
16. Izydorczyk B. C., Rąba M., Sitnik-Warchulska K. Resilience, self-esteem, and body attitude in women from early to late adulthood // Health Psychology Report. 2018. V. 6, N. 3. P. 193-206.
17. Kenrick D. T., Keefe R. C. Age preferences in mates reflect sex differences in human reproductive strategies // Behavioral and Brain Sciences. 1992. V. 15, N. 1. P. 75-91.

References

- Bass, D. (2017) *Evolutsiya seksualnogo vlecheniya: strategii poiska partnerov* [The Evolution of Sexual Behavior: Partner Search Strategies]. Moskva: Alpina Publisher.
- Brytek-Matera, A., Schiltz, L. (2011). Association between attitudes towards body image, negative emotions about one's own body and self-state representations in a clinical sample of eating disordered women, *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 2, 37–43.
- Burlachuk, L. F., Kocharyan, A. S., & Zhidko, M. E. (2007). *Psihoterapiya* [Psychotherapy]. Sankt-Peterburg: Piter.
- Cherkashina, A. G. (2008). Metodika issledovaniya samootnosheniya k obrazu fizicheskogo ya [The technique of studying self-relation to the image of the physical Self]. *Vestnik Samarskoy gumanitarnoy akademii*, (2), 71–88.
- H'ell, L., & Zigler, D. (2003). *Teorii lichnosti* [Theories of Personality]. Sankt-Peterburg: Piter.
- Ilin, V. P. (2012). *Psihologiya vzroslosti* [Psychology of Adulthood]. Sankt-Peterburg: Piter.
- Izydorczyk, B. C., Rąba, M., Sitnik-Warchulska, K. (2018). Resilience, self-esteem, and body attitude in women from early to late adulthood. *Health Psychology Report*, 6(3), 193–206. DOI: <https://doi.org/10.5114/hpr.2018.74698>
- Kenrick, D. T., & Keefe, R. C. (1992). Age preferences in mates reflect sex differences in human reproductive strategies. *Behavioral and Brain Sciences*, 15(1), 75-91. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0140525X00067595>
- Krajg G., Bokum D. (2007). *Psihologiya razvitiya* [Psychology of development]. Sankt-Peterburg: Piter.
- Lutsenko, E. L. (2013). Zhenskoe koketstvo kak evolyutsionnyy adaptivnyy mehanizm [Female coquetry as an evolutionary adaptive mechanism]. In A. N. Haritonov (Ed.) *Evolutsionnaya i sravnitel'naya psihologiya v Rossii: traditsii i perspektivy* (pp. 287-295). Moskva: Izd-vo «Institut psihologii RAN».
- Lutsenko, O. L. (2018). *Zakonomirnosti psikhologichnoi adaptatsii liudyny na suchasnomu etapi evoliutsii* [Patterns of person's psychological adaptation at the modern stage of evolution]. Doctor of science's thesis). V.N. Karazin Kharkiv National University. Kharkiv, Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine. Kyiv.
- Palmer, D., Palmer. L. (2003). *Evolucionnaya psihologiya. Sekrety povedeniya Homo sapiens* [Evolutionary psychology. Secrets of Homo sapiens' behavior]. Sankt-Peterburg: Prajm-Evroznak.
- Pantileev, S. R. (1991). *Samootnoshenie kak emotsionalno-otsenoch'naya Sistema* [Self-attitude as an emotional-evaluative system]. Moskva: MGU.
- Sardzhveladze, N. I. (1989). *Lichnost i ee vzaimodeystvie s sotsialnoy sredoy* [Personality and its interaction with social environment]. Tbilisi: Metsniereba.
- Skugarevskiy, O. A., Sivuha S.V. (2006). Obraz sobstvennogo tela: razrabotka instrumenta dlya otsenki [Body perceptive image: developing an assessment tool]. *Psihologicheskiy zhurnal*, (2), 41–48.
- Sokolova, E. T., & Nikolaeva, V. V. (1995). *Osobennosti lichnosti pri pogranychnykh rasstroystvakh i somaticheskikh zabolovaniyakh* [Features of personality in borderline disorders and somatic diseases]. Moskva: Argus, 1995. – 359 p.
- Stolin, V. V. (1983). *Samosoznanie lichnosti* [Self-identity]. Moskva: MGU.