

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ УПРАВЛІННЯ,  
ПСИХОЛОГІЇ ТА БЕЗПЕКИ**

*Кафедра практичної психології*

**ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЕСТЕТИКИ  
НОВОЇ ТІЛЕСНОСТІ У ХХІ СТ.**

**кваліфікаційна робота**  
здобувача вищої освіти  
першого (бакалаврського)  
рівня вищої освіти  
денної форми здобуття освіти  
спеціальності 053 «Психологія»  
**Христини МОРОЗ**

**Науковий керівник:**  
доцент кафедри практичної  
психології,  
доктор філософії в галузі  
психології

**Наталія КАЛЬКА**

**Рецензент:**

професор кафедри загальної та  
соціальної психології,  
доктор педагогічних наук,  
професор

**Галина ЛЯЛЮК**

*Кваліфікаційна робота допущена до захисту*

\_\_\_\_\_ 2026 р., протокол № \_\_\_\_\_

завідувач кафедри практичної психології  
кандидат психологічних наук, доцент

\_\_\_\_\_ **Галина ОДИНЦОВА**

**Львів-2026**

### **Анотація**

#### **Мороз Х. Психологічні аспекти естетики нової тілесності у ХХІ ст.**

У роботі представлено результати теоретико-емпіричного аналізу трансформації тілесності в умовах сучасної масової культури. Досліджено психологічний зміст «нової тілесності», яка постає як складний соціокультурний проект та динамічний конструкт, що заміщує реальні соматичні відчуття візуальною репрезентацією. Виявлено, що ключовим фактором цього процесу є ідеологія гламуру, яка перетворює тіло на симулякр та інструмент соціального домінування.

Емпірично доведено домінування високого рівня незадоволеності тілом серед молоді, що свідчить про глибоку інтеріоризацію медійних стандартів досконалості. Встановлено, що структура Я-концепції респондентів має компенсаторний характер, де зовнішній «фасад» маскує дефіцитарність особистісної та моральної цінності. Гендерний аналіз зафіксував значну вразливість жіночої вибірки до дисморфічної тривоги порівняно з чоловічою. Констатовано стабілізуючу роль сімейного статусу як психологічного буфера проти тотальної самооб'єктивації особистості.

Кореляційним аналізом підтверджено деструктивний вплив тілесної фрустрації на цілісність індивідуальної ідентичності. Робота розкриває механізми формування «фасадної ідентичності», де зовнішня привабливість стає формою відчуженого буття.

**Ключові слова:** тіло, нова тілесність, гламур, самооб'єктивація, симулякр, незадоволеність тілом, Я-концепція, фізичне «Я».

### **Abstract**

#### **Moroz Kh. Psychological aspects of the aesthetics of the new corporeality in the 21th century.**

The paper presents the results of a theoretical and empirical analysis of the transformation of corporeality in the conditions of modern mass culture. The psychological content of the «new corporeality», which appears as a complex socio-cultural project and a dynamic construct that replaces real somatic sensations with a visual representation, is investigated. It is revealed that the key factor in this process is the ideology of glamour, which turns the body into a simulacrum and an instrument of social domination.

Empirically proven is the dominance of a high level of dissatisfaction with the body among young people, which indicates a deep internalization of media standards of perfection. It is established that the structure of the self-concept of the respondents has a compensatory nature, where the external «facade» masks the deficiency of personal and moral values. Gender analysis recorded a significant vulnerability of the female sample to dysmorphic anxiety compared to the male

one. The stabilizing role of family status as a psychological buffer against total self-objectification of the individual is stated.

Correlation analysis confirms the destructive influence of bodily frustration on the integrity of individual identity. The work reveals the mechanisms of formation of «facade identity», where external attractiveness becomes a form of alienated existence.

**Keywords:** body, new corporeality, glamour, self-objectification, simulacrum, dissatisfaction with the body, self-concept, physical «I».

## ПЛАН

<b>ВСТУП</b> .....	4
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ФЕНОМЕНУ НОВОЇ ТІЛЕСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ</b> .....	8
1.1. Еволюція поняття тілесності: від класичної психології до постмодерну.....	8
1.2. Фактори впливу на формування нової тілесності.....	11
1.3. Психологічні аспекти вивчення гламуру як досконалої тілесності.....	14
Висновки до Розділу 1.....	19
<b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ НОВОЇ ТІЛЕСНОСТІ У СУЧАСНОМУ СВІТІ</b> .....	21
2.1. Опис вибірки та методик емпіричного дослідження.....	21
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження.....	24
2.2.1. Результати описової статистики.....	24
2.2.2. Результати порівняльного аналізу.....	28
2.2.3. Результати кореляційного аналізу.....	35
Висновки до Розділу 2.....	38
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	40
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	43

## ВСТУП

**Актуальність дослідження** психологічних аспектів нової тілесності столітті зумовлена радикальною трансформацією сприйняття людського тіла під впливом глобальної цифровізації та стрімкого розвитку біотехнологій.

У сучасному світі тілесність вже не розглядається як статична біологічна даність, а перетворюється на динамічне соціокультурне утворення, що потребує постійного конструювання та вдосконалення.

Стрімке поширення віртуальних просторів та соціальних мереж призводить до виникнення феномену цифрового двійника, який створює когнітивний дисонанс між реальним «Я» та бездоганно сконструйованим образом із медійною презентацією.

Особливої гостроти в сучасному світі додає впровадження стандартів гламурної культури, які нав'язують уніфіковані канони «досконалого тіла», стимулюючи розвиток масової дисморфофобії та хронічної незадоволеності власною зовнішністю.

Тому на сучасному етапі особливо важливим є переосмислення механізмів самоідентифікації, оскільки в епоху глем-капіталізму тілесність стає інструментом соціальної мобільності та основним об'єктом інвестування особистісних ресурсів.

Особлива популярність радикальної модифікації тіла, від пластичної хірургії до біохакингу, свідчить про намагання сучасної людини встановити повний технологічний контроль над біологічними процесами, включаючи старіння та природну вразливість. Тому важливим є аналіз психологічних наслідків самооб'єктивації, коли індивід починає сприймати себе як товар або візуальний об'єкт для оцінки з боку зовнішнього спостерігача.

Психологічні особливості сприйняття та презентації тілесності пов'язані з прагненням до «вічної молодості» приховують в собі екзистенційні страхи та тотальне відчуження від справжньої природи.

Тому детальне вивчення психологічних аспектів нової тілесності є важливим для розуміння трансформації людської суб'єктивності в умовах постмодерного суспільства та забезпечення психологічного добробуту людини в техногенному світі.

**Мета роботи** полягає в теоретико-емпіричному дослідженні специфіки нової тілесності у сучасному світі.

**Для досягнення мети поставлено такі завдання дослідження:**

1. Охарактеризувати особливості поняття тілесності у сучасній психологічній науці.
2. Проаналізувати фактори впливу формування нової тілесності.
3. Описати гламур як варіант досконалої тілесності особистості.
4. Здійснити емпіричне дослідження особливостей нової тілесності на сучасному етапі.

**Об'єкт** дослідження – тілесність особистості як психологічний феномен.

**Предмет** дослідження – психологічна аспекти естетики нової тілесності на сучасному етапі.

**Теоретико-методологічну основу** дослідження становлять положення філософських, культурологічних та психологічних досліджень, а саме погляд на тіло як об'єкт влади (М. Фуко, М. Моресм-Понті, Ж Бодріяр, Ж. Дельйоз) у філософських концепціях, тіло як презентація моди та культури споживання (П. Бурдьє, Е. Гоффман, З. Бауман, Б. Тернер)у соціологічному та екультурологічному аспектах та психологічний фокус, який полягає у внутрішньому переживанні тілесності та її впливі на структуру «Я» (П. Шильдер, В. Райх, О. Лоуен, Е. Еріксон, К. Роджерс, В. Фітс).

**Теоретичне значення дослідження** полягає у поглибленні та систематизації знань щодо феномену нової тілесності в умовах постмодерного суспільства та змістовому аналізі поняття «нова тілесність»

як складного конструкту, що формується на перетині реального та віртуального просторів.

**Практичне значення дослідження** спрямоване на розробку тренінгових програм, спрямованих на подолання негативного впливу медіа-стандартів, зниження рівня тривожності та формування позитивного образу тіла, а також використання результатів у процесі консультативної роботи з особами осіб із проблемами самоідентифікації та залежністю від соціального схвалення.

**Методи та методики дослідження** полягають у використанні таких теоретичних методів, таких як аналіз, синтез, класифікація, абстрагування та емпіричні, що передбачаються використання психодіагностичних методик (Методика «Опитувальник образу власного тіла» (ООТ) О. Скугарівського, Тенесійська шкала «Я-концепції» (TSCS), Методика самооцінки Дембо-Рубінштейна.

**Структура роботи.** Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел.

## РОЗДІЛ 1.

### ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ФЕНОМЕНУ НОВОЇ ТІЛЕСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

#### 1.1. Еволюція поняття тілесності: від класичної психології до постмодерну

Динаміка уявлень психологічного трактування та осягнення осягнення тілесності відображає фундаментальні зміни у розумінні природи людини: від суворого дуалізму душі та тіла до визнання тіла як складного соціокультурного феномену.

Класичний підхід, який лежить у витоках психології, полягає у традиційному діалізмі, де дух і тіло розглядалися як дві незалежні субстанції. Тіло сприймалося як механізм, біологічний контейнер для психіки. У рамках психофізіологічного підходу (В. Вундт) основна увага зосереджувалася на фізіологічних процесах і тому тілесність обмежувалася сенсорними системами, рефlekсами та нервовою діяльністю.

З. Фройд здійснив перший крок до об'єднання психічного та соматичного через поняття лібідо та психосоматики. У психоаналізі тіло перестало бути «німим» – воно почало «говорити» через симптоми, виражаючи витіснені несвідомі конфлікти [11].

Середина ХХ ст.. пов'язана із зміщенням акцентів з біологічного на внутрішній досвід проживання тіла. Науковці пропонують принципове розмежування між «об'єктивним тілом» (тілом як фізичним об'єктом) та «феноменальним тілом» (тілом, яким я є і через яке я сприймаю світ). Тілесність почала трактуватися як живий досвід, фундамент самосвідомості.

У рамках тілесно-орієнтованого підходу В. Райх та О. Лоуен обґрунтували ідею «м'язового панцира», довівши, що психологічні травми безпосередньо фіксуються у структурі тіла. Тілесність тут постає як історія життя індивіда, закарбована у м'язах та позах [33].

Далі відбувається постмодерністська трансформація у рамках якої тіло розглядається як соціальний конструкт. Тіло перестає бути природною даністю і стає текстом, на якому суспільство пише свої правила. Тілесність розглядається як продукт певного історичного часу, політичного режиму та культурних стандартів [15].

Якщо класична психологія ставила «Дух/Розум» над «Тілом», то постмодерн часто проголошує «диктатуру тілесності». Самоідентифікація людини тепер будується не навколо її внутрішніх переконань, а навколо її фізичного образу.

У постмодерні тілесність втрачає цілісність. З появою цифрових технологій виникає поняття «кібер-тілесності», де фізичне тіло може бути змінене, протезоване або замінене цифровим аватаром.

Важливо розуміти, що в межах класичного підходу тіло довгий час залишалося «фігурою у затінку», виконуючи роль суто біологічного фундаменту для вищих психічних функцій.

Наукові дослідження психології кінця ХІХ ст., опираючись на здобутки природознавства, розглядала тілесні прояви як об'єктивні індикатори психічних станів, проте не як самостійний предмет дослідження [18].

Зокрема, у межах біхевіоризму тілесність редукувалася до сукупності поведінкових реакцій на зовнішні подразники, де «тіло» було лише інструментом реалізації схеми «стимул-реакція». Такий механістичний погляд ігнорував внутрішній суб'єктивний зміст тілесного досвіду, залишаючи поза увагою те, як людина відчуває власне тіло «зсередини». Тільки з появою глибинної психології починається поступове визнання того, що тіло є сховищем індивідуальної пам'яті та несвідомих прагнень.

Суттєвий перелом відбувся завдяки працям гуманістично орієнтованих психологів, які почали розглядати тілесність як невід'ємну частину «Я-концепції».

У цьому контексті особливої ваги набуває поняття «образу тіла», яке вперше ввів П. Шильдер, підкреслюючи, що наше сприйняття себе є не лише відображенням фізичних параметрів, а складним психологічним конструктом [23].

Феноменологічна традиція змістила фокус уваги на «тілесність-як-буття», стверджуючи, що людина не «має тіло», а «є тілом» у своєму повсякденному існуванні, що дозволило науковцям досліджувати межі тілесного «Я» та механізми того, як фізичні кордони особистості корелюють із її психологічною стійкістю.

В. Райх, закладаючи основи тілесно-орієнтованої терапії, довів, що кожен характер має свій соматичний еквівалент у вигляді хронічних м'язових напружень. У зв'язку з цим тілесність стала розглядатися як живий екран, на який проектується всі емоційні дефіцити та конфлікти особистості.

Перехід до постмодерністського світосприйняття ознаменувався остаточним розривом із біологічним детермінізмом. У працях сучасних дослідників тілесність дедалі частіше трактується як «проект», що підлягає постійному редагуванню та вдосконаленню. Ця трансформація призвела до виникнення феномену «пластичної ідентичності», де зовнішній вигляд стає головним засобом навігації в соціальному просторі [25].

Постмодерна ситуація характеризується фрагментацією тілесного досвіду: людина починає сприймати окремі частини свого тіла як незалежні об'єкти для маніпуляцій та покращення.

Віртуалізація життєвого простору лише посилює цей процес, створюючи умови для існування «тіла без органів», яке існує як набір цифрових кодів та візуальних ефектів.

У сьогоднішній «новій тілесності» стає ареною боротьби між природною автентичністю та технологічним диктатом. Тому часто потрібно шукати нові методологічні інструменти для опису людини, чиє тіло інтегроване в глобальні мережі та піддане постійному зовнішньому тиску стандартів.

Еволюція поняття завершується усвідомленням того, що тілесність є найбільш динамічною частиною людської ідентичності, яка найшвидше реагує на цивілізаційні виклики. Тому нова тілесність не як фіксованим об'єктом, а відкритою системою, що постійно перебуває у процесі становлення.

## **1.2. Фактори впливу на формування нової тілесності особистості**

Формування «нової тілесності» є результатом синергії множини чинників, які радикально переглядають біологічні та соціальні кордони людського існування. У науковому дискурсі ці фактори можна систематизувати за декількома ключовими векторами.

Провідним чинником трансформації тілесного досвіду є стрімкий розвиток інформаційно-комунікаційних технологій. Тіло дедалі частіше репрезентується через екран, що призводить до виникнення «цифрового двійника». Психологічно це формує дистанцію між реальним фізичним відчуттям та візуальним образом. Доступність програмного забезпечення для редагування зовнішності (фільтри, ШІ-корекція) створює нову норму «цифрової досконалості», яка стає психологічним орієнтиром для фізичних змін [21].

Соціальні мережі (Instagram, TikTok) працюють за принципом «візуального паноптикуму», де кожен постійно перебуває під спостереженням інших, що відповідно породжують феномен перцептивного викривлення, коли відредаговані образи лідерів думок сприймаються як реальна статистична норма.

Розвиток пластичної хірургії, косметології та біохакінгу перетворює тіло з «даності» на «конструктор». Технології дозволяють людині виходити за межі видових та вікових обмежень, що змінює онтологічний статус тілесності.

Другим не менш важливим виступає соціокультурний фактор, що пов'язаний із домінуванням візуальної культури та споживання. У ХХІ ст. суспільство остаточно перейшло до фази «суспільства видовищ», де візуальний образ домінує над змістом.

Глобалізація медіа-простору нав'язує уніфіковані канони краси. Нова тілесність формується під впливом «індустрії ідеальності», яка маркує природні ознаки тіла (зморшки, пігментацію, жирові відкладення) як соціальну девіацію або ознаку неуспішності [13].

У системі нових цінностей доглянуте, спортивне та «молоде» тіло стає інструментом кар'єрного та соціального просування. Тілесність починає виконувати функцію візуального резюме особистості.

Розмивання традиційних гендерних ролей впливає на те, як чоловіки та жінки конструюють свій зовнішній вигляд, призводячи до появи андрогінності або, навпаки, гіпертрофованої маскулінності/фемінності як захисної реакції.

Наступним є виключно психологічний фактор, пов'язаний з кризою ідентичності та самооб'єктивацією. Внутрішні психічні механізми адаптації до мінливого світу також виступають потужним фактором нової тілесності. Людина сприймає себе «очима іншого», презентуючи власне тіло як об'єкт для споглядання та оцінки, що призводить до постійного моніторингу зовнішності та зростання рівня фонові тривожності [18].

Постійна присутність камери в житті людини змушує її дивитися на себе «ззовні». Особистість починає ставитися до свого тіла як до об'єкта, який потрібно постійно «готувати» до споглядання іншими. Це призводить до зниження чутливості до внутрішніх сигналів тіла (голоду, втоми, болю) на користь зовнішньої естетики.

Модифікація тіла часто виступає як спроба отримати контроль над власним життям у ситуації загальної невизначеності. Зміна зовнішнього

вигляду стає найшвидшим способом «змінити долю» або подолати внутрішню кризу ідентичності.

У культурі, орієнтованій на індивідуалізм, тіло стає головним майданчиком для самовираження. Прагнення бути «особливим» через зовнішню епатажність або екстремальні модифікації відображає пошук нових смислів у десакралізованому світі.

У світі, де релігійні та традиційні цінності втратили свою монополію, тіло залишається останньою сферою, яку людина може повністю контролювати. Модифікація тіла (татування, пірсинг, пластика) дає ілюзію влади над власною долею та біологічним часом.

Варто також виокремити екологічний та біоетичний фактори, який пов'язаний із бажанням сучасної людини «захистити» або «вдосконалити» власну біологічну оболонку. Пошук екологічної чистоти (органічне харчування, детокс-культура) парадоксальним чином поєднується з прагненням до повної штучності, створюючи гібридну форму тілесності — «кібер-органіку».

Нова тілесність прагне подолати біологічні обмеження. Фактор «позавіковості» змушує людей у 50 років виглядати на 30, що створює нову психологічну напругу та страх перед природними процесами старіння.

### 1.3. Психологічні аспекти вивчення гламуру як досконалої тілесності

В умовах постмодерної культури тіло людини перестає сприйматися як суто біологічна даність і стає центральним елементом ідеології гламуру. У цьому контексті тілесність трансформується у специфічний об'єкт культури, де зовнішній вигляд виступає головним маркером соціального успіху та особистісної реалізованості. сучасна культура диктує вимогу володіння «відповідним» тілом.

Гламурна тілесність базується на створенні майже недосяжного ідеалу, який характеризується як «виголений, вилощений та штукізований». Таке тіло в очах суспільства маркується як найбільш функціональне, впливове та соціально привабливе.

Психологічний підтекст такої установки полягає у формуванні переконання: «успішне тіло = успішна особистість». Тіло стає «візитною картою», а його досконалість — інструментом домінування у соціумі. На зміну внутрішнім чеснотам приходять загальна тілесно-візуальна орієнтація, де гасло «любити своє тіло» часто підміняється обов'язком «інвестувати у своє тіло» [8].

Особливий інтерес викликає зміщення акцентів у внутрішній структурі особистості. У психологічній реальності сучасної людини відбувається трансформація, за якої категорія «Я» починає повністю ототожнюватися з категорією «Тіло». На перший план виходить феномен «Тіла-носія» і це супроводжується тим, що індивід сприймає себе не як цілісну духовну істоту, а як власника «гламурних атрибутів», який зобов'язаний відповідати зовнішнім вимогам середовища [10].

Як результат його самоцінність стає хиткою, оскільки вона залежить від мінливих стандартів мод, внутрішній світ збіднюється, поступаючись місцем турботі про «фасад», з'являється нарцисична залежність від візуального підтвердження власної досконалості (лайки, компліменти, охоплення).

Досягнення гламурної досконалості вимагає від людини готовності до складних, а часто й болісних маніпуляцій. Тіло піддається системному впливу косметології, пластичної хірургії та виснажливих дієт. У цьому процесі відбувається фундаментальний перехід: живе тіло (об'єкт природи) перетворюється на штучне тіло (об'єкт культури) [12].

Символічний характер сучасної тілесності полягає у її абсолютній пластичності, оскільки зміні підлягає все: колір та фактура шкіри (через засмагу, татуювання, пілінги); форми та розміри (через імпланти чи філери); Гендерні маркери, які стають дедалі дифузнішими (активне залучення чоловіків до практик тілесної трансформації).

Таке прагнення до «штучної ідеальності» створює серйозне психологічне напруження. По-перше, виникає дисоціація: людина перестає відчувати сигнали свого реального тіла (втому, біль, природні потреби), ігноруючи їх заради картинки.

По-друге, неминуче старіння або будь-яка «недосконалість» сприймаються як особиста катастрофа та соціальний провал.

Гламурна тілесність у постає як складна психологічна конструкція, де тіло є одночасно і в'язницею, і головним інструментом самопрезентації. Воно втрачає свою суб'єктивність, стаючи лише досконалим фоном для репрезентації гламурного способу життя. Прагнення до гламурного ідеалу перетворює догляд за собою на складну технологічну стратегію. Психологічно це означає, що людина більше не приймає своє тіло як сталу біологічну структуру, а розглядає його як пластичний матеріал.

Усі методи вдосконалення можна поділити на некардинальні (адаптивні) та кардинальні (реконструктивні).

Некардинальні заходи (маски, масажі, використання парфумів) на перший погляд здаються традиційними, проте в контексті гламуру вони набувають характеру жорсткої ритуалізації. Сучасна людина відчуває

тривогу, якщо ці процедури стають недоступними, оскільки вони є базовим рівнем «соціальної прийнятності».

Окрему психологічну нішу займають процедури «добудови» тіла:

- Екстензія (нарощування) – нарощування повік, нігтів, волосся, що створює ефект «гіперреальності» – коли штучне виглядає кращим, ніж природне. Психологічно це формує залежність від фахівця («майстра»), без якого індивід відчуває себе «незавершеним».
- Радикальна епіляція – тотальне видалення волосся на тілі (вищипування, витравлення, виголення) свідчить про прагнення до дитячої гладкості шкіри, що в психоаналітичному аспекті може трактуватися як підсвідоме заперечення статевої зрілості та смертності (оскільки волосся є ознакою біологічного тіла, що розвивається і старіє) [4].

Найбільш глибоку психологічну трансформацію спричиняють кардинальні втручання. Тіло піддається свідомій деконструкції. Хірургічне втручання (мамопластика, ринопластика, ліпосакція) — це не просто зміна форми, це спроба змінити свою життєву траєкторію через ніж хірурга. Популярність операцій на кшталт «усмішки Амелі» (створення ямочок на щоках) ілюструє прагнення до повної симуляції емоцій. Природна міміка замінюється штучно сконструйованим «дизайном обличчя».

Використання пластинок для вирівнювання пальців ніг, кольорових лінз чи косметичного татуювання губ свідчить про тотальний контроль над тілом. Жодна зона не залишається «природною». Такий широкий арсенал засобів вдосконалення породжує феномен «тілесної тривоги».

Якщо раніше людина могла змиритися з природними особливостями, то сьогодні наявність «недосконалостей» (зморшок, целюліту, природного кольору зубів) сприймається як ознака лінощів або низького соціального статусу. Відповідно це може призводити до бюті-адикції, що полягає в прагненні постійного вдосконалення тіла і може супроводжуватися синдромом «дисморфічного занепокоєння», тобто постійним пошуком нових

дефектів для виправлення, втратою автентичності, коли людина стає копією медійного образу, втрачаючи індивідуальні риси [11].

У гонитві за гламурною досконалістю виникає фундаментальне протиріччя: «еталонне» тіло, сконструйоване за канонами моди, вступає у прямий конфлікт із біологічною природою людини. Це породжує нові форми соціальної поведінки та психологічні установки, характерні для епохи постмодерну.

Сучасна гламурність не обмежується лише косметичними правками. Вона вимагає тотальної мобілізації ресурсів організму для імітації вічної юності. Психологічно це проявляється у двох напрямках:

- «Повальна фітнетизація». Захоплення йогою, фітнесом, дієтами та очищувальними процедурами часто виходить за межі піклування про здоров'я. Тіло стає об'єктом інвестицій, а здоров'я — обов'язковим атрибутом статусу.
- Ілюзія безсмертя. Створення образу тіла, що не старіє, є спробою заперечити саму плинність часу. Дослідники вказують на «онтологічний злам» у ментальності сучасної людини: страх перед смертю маскується під гіперактивну турботу про збереження «молодого фасаду». Це призводить до витіснення екзистенційних роздумів на користь нескінченного вдосконалення оболонки [14].

Гламурна тілесність – це не лише статика (фото чи вигляд), а й динаміка. Важливим психологічним аспектом є те, як людина «експлуатує» своє тіло: її хода, жестикуляція, погляд та манера спілкування. Тіло перетворюється на інструмент акторської гри, де кожна дія має відповідати обраному гламурному коду.

Сучасна наука класифікує способи репрезентації гламурної тілесності на два основні типи, що базуються на архетипних уявленнях про маскуліність та фемінність.

Перший тип «Робот» (Техногенна сексуальність), яка проявляється через штучно-ламані рухи, механістичність, імітація «пружинності», агресивний погляд, гіпертрофовану артикуляцію, удавану розкутість. Спостерігається позиціонування сили, контролю та нечутливості. Це тіло-машина, яке працює на випередження та домінування.

Другий Тип «Кішка» (Тваринна сексуальність) транслюється через м'які, текучі, спокусливі рухи, що нагадують грацію хижака. Тягуче мовлення з акцентами на сугестивно-значущих словах, м'якість погляду. Позиціонування сугестивної привабливості, маніпулятивна фемінність, що апелює до інстинктів [24].

Смислоутворюючим ядром зусиль споживача гламурної культури виступає набір іміджевих благ, які йому обіцяє реклама гламурної продукції. До яких в першу чергу можна віднести набуття гламурної тілесності, що втілює мрію гламуру. Дана мрія артикулюється як вічна молодість, сексуальність, бездоганність, спортивність, яскравість, розкішність. Вкладаючи в свою зовнішність, людина набуває товарного вигляду, який затребуваний на ринку глем-капіталізму.

Стратегія набуття гламурної тілесності виступає засобом соціальної ідентифікації та життєвого самоствердження. Гламур – це по суті специфічний настрій суспільства масового споживання, особливе світосприйняття, де акцентується увага на розкоші та “зовнішньому” блиску та нівелюються основні духовні пріоритети людини. У даного явища обширний простір комунікації, а межі його ідеологічної експансії на світ духовної культури досить широкий.

Сучасна людина піддає своє тіло різноманітним модифікаціям та впливам, задля того щоб «вписати» його у сучасну культуру, підпорядкувати його «модним» вимогам, що диктує маса. Саме тілесність виступає основним об'єктом інтересу масової культури, яка має за мету “підігнати” тілесність кожного під свої канони.

## Висновки до Розділу 1

Узагальнення теоретичних засад дослідження дозволяє констатувати, що нова тілесність сучасності трансформується з естетичного стилю у всеохопну ідеологію, яка радикально змінює онтологічний статус людського тіла.

Психологічним стрижнем цього явища виступає механізм самооб'єктивації, за якого індивід припиняє сприймати тілесність як живий організм, натомість трактуючи її як сконструйований товар або цифровий образ. Тіло в системі глем-капіталізму набуває ознак симулякра, де штучність, гіперреальність та демонстративність стають домінантними характеристиками самопрезентації.

Прагнення до ілюзорної «гламурної досконалості» ґрунтується на запереченні природних процесів в'янення та втоми, що неминуче породжує страх перед автентичністю. Психологічна установка на «вічну молодість» та «бездоганність» витісняє роботу над внутрішнім змістом особистості, створюючи передумови для екзистенційної порожнечі. Виявлено, що гламурна тілесність виконує функцію соціального капіталу, виступаючи маркером статусу та успішності в умовах ринкових відносин. Проте тотальна візуалізація життєвого простору призводить до зростання нарцисичної вразливості, де самооцінка стає критично залежною від зовнішнього схвалення та «лайків».

Ідеологічна експансія гламуру спричиняє ерозію духовних пріоритетів, звужуючи простір особистісної комунікації до обговорення стандартів зовнішності. Соціальний контроль через «глянцеві» канони формує жорсткі рамки нормативності, що провокує розвиток дисморфофобії та фрустрації у осіб, які не відповідають трендам. Тіло-проект у сучасній культурі стає інструментом тиску, змушуючи індивіда до хворобливих і виснажливих маніпуляцій заради ефемерного «товарного вигляду».

Психологічне відчуження від реальних тілесних відчуттів на користь візуального ефекту руйнує цілісність «Я-концепції» особистості. Масова культура через уніфікацію тілесних стандартів нівелює унікальну індивідуальність, замінюючи її типізованими образами «робота» чи «кішки». Таким чином, нова тілесність у форматі гламуру постає як форма відчуженого буття, де зовнішній блиск маскує глибоку кризу самоідентифікації. Вищезазначене підтверджує, що трансформація тіла в об'єкт споживання є ключовим викликом для ментального здоров'я сучасної людини.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що гламурна тілесність у є продуктом тотальної соціальної маніпуляції. Сучасна людина добровільно піддає своє тіло модифікаціям, щоб «вписати» його в культурний контекст, диктований масою. Тілесність стає об'єктом, який людина не проживає зсередини, а демонструє ззовні, що веде до глибокої психологічної кризи самоідентифікації та відчуження від своєї справжньої природи. гламуру постає як симулякр — копія без оригіналу. Тіло перестає бути місцем проживання душі та стає майданчиком для соціальних маніпуляцій, хірургічних експериментів та боротьби з часом. Це веде до поступового відчуження людини від власної самості, де «Я» повністю розчиняється у досконало сконструйованому, але позбавленому справжнього життя образі.

## РОЗДІЛ II.

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ НОВОЇ ТІЛЕСНОСТІ У СУЧАСНОМУ СВІТІ

#### 2.1. Опис вибірки та методик емпіричного дослідження

У емпіричному дослідженні взяли участь 60 молодих осіб віком 20-40 років. Серед них 35 жінок і 25 чоловіків. Представники вибірки здебільшого працюють, 15 осіб навчають у закладах вищої освіти. Щодо сімейного стану то серед них 25 одружених, 20 неодружених і 15 розлучених.

Для проведення емпіричного дослідження використано наступні методики:

1. Методика «Опитувальник образу власного тіла» (ООТ) О. Скугарівського.
2. Тенесійська шкала самооцінки (TSCS).
3. Методика самооцінки Дембо-Рубінштейна.

Методика «Опитувальник образу власного тіла» (ООТ) О. Скугарівського призначена для багатовимірної оцінки ставлення індивіда до свого фізичного вигляду. Вона дозволяє виявити ступінь когнітивного та емоційного неприйняття власного тіла.

Методика містить 16 тверджень, на які пропонується обрати один із варіантів: «ніколи», «рідко», «іноді», «часто», «дуже часто», «завжди». Питання сформульовані так, щоб виявити частоту виникнення негативних думок або почуттів стосовно свого тіла.

Кожна відповідь оцінюється від 0 до 3 балів (де «ніколи» – 0, а останні три варіанти «часто», «дуже часто», «завжди» – 3 бали). За результатами методики визначаються наступні рівні: низький рівень (0–10 балів) – позитивне або нейтральне ставлення до тіла. Людина приймає себе такою, якою є; середній рівень (11–24 бали) – помірна незадоволеність. Людина стурбована своїм виглядом, іноді відчуває дискомфорт, може активно

цікавитися методами модифікації зовнішності; високий рівень (25 балів і вище) – виражена незадоволеність образом тіла. Високий ризик розвитку дисморфічних розладів. Тіло сприймається як «ворожий об'єкт», який потрібно кардинально змінювати.

Методика «Тенесійська шкала самооцінки» містить 100 тверджень і дає можливість оцінити наступні складові «Я»

- Фізичне «Я» – Відображає ставлення людини до свого тіла, стану здоров'я, фізичної вартості та зовнішності. В контексті гламуру тут фіксується задоволеність «фасадом» або відчуття фізичної невідповідності еталонам.
- Морально-етичне «Я» – Оцінка себе з точки зору «доброты» чи «поганості», відповідність моральним нормам та релігійним переконанням.
- Особистісне «Я» – Почуття власної цінності, адекватності та внутрішньої свободи. Це ядро особистості, незалежне від зовнішніх атрибутів.
- Сімейне «Я» – Сприйняття себе як члена сім'ї (сина/доньки, чоловіка/дружини), відчуття власної цінності для найближчого оточення.
- Соціальне «Я» – Відчуття адекватності у взаємодії з іншими людьми, оцінка свого статусу та привабливості для соціуму загалом. Також методика дає можливість оцінити само сприйняття, самозадоволеність та поведінку.

Для методики самооцінки за Дембо-Рубінштейн ми обрали характеристики (шкали), які відображають гламур, цифрову репрезентацію та тілесний капітал, а саме:

1. Фізична привабливість (Краса) демонструє наскільки людина вважає себе красивою в реальності порівняно з ідеалом.

2. Здоров'я та життєва енергія. У контексті «нової тілесності» здоров'я часто сприймається як відсутність ознак старіння або втоми. Ця шкала допоможе побачити, чи сприймає людина своє тіло як живий організм, чи як ресурс, який треба експлуатувати.

3 Відповідність сучасним стандартам (Мода/Стиль). Ця шкала прямо вимірює вплив гламуру. Вона показує, наскільки індивід відчуває себе «в тренді», що є важливим для соціальної ідентифікації в системі глем-капіталізму.

4. Впевненість у собі (Соціальна сміливість).Визначає вплив зовнішнього вигляду на внутрішнє відчуття сили та права бути поміченим іншими.

5. Сексуальна привабливість. Виявляє наскільки людина задоволена своєю здатністю викликати потяг у оточуючих.

6. Контроль над власним тілом. Показує чи відчуває людина владу над своїм тілом (через дієти, спорт, процедури), чи, навпаки, відчуває себе заручником біологічних процесів, які вона не може зупинити.

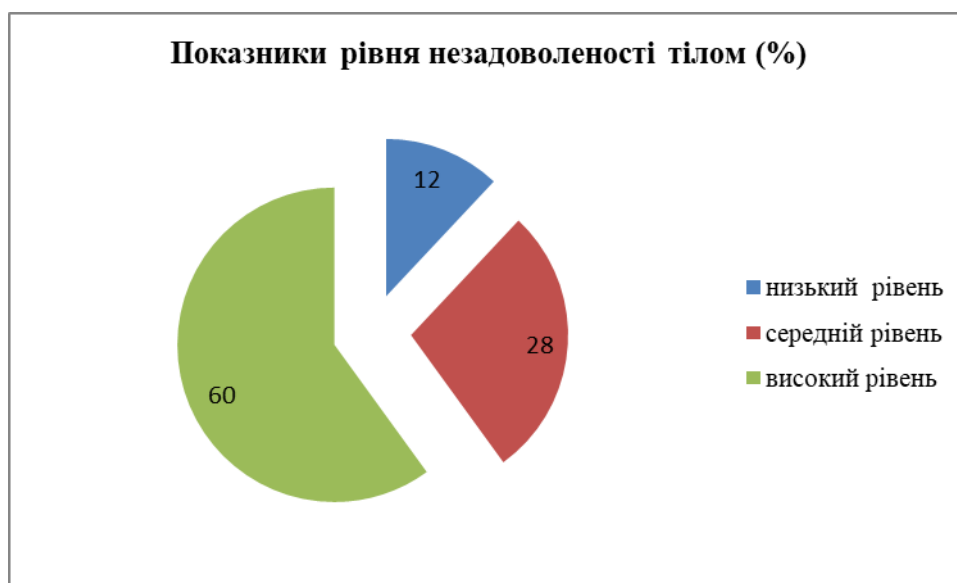
7. Фотогенічність (Цифрова репрезентативність). Вимірює, наскільки людина задоволена тим, як вона виглядає «через об'єктив». Саме тут може бути найвищий показник у тих, хто ідеально конструює свій онлайн-образ, але має низьку самооцінку в реальності.

Кожну із цих шкал оцінюють за 10-бальним показником, де 0 – найнижчий показник, а 10 – найвищий.

## 2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження

### 2.2.1. Результати описової статистики

Аналіз показників рівня незадоволеності тілом за методикою ООТ О. Скугаревського демонструє високий рівень саме невдоволеності тілом (60%) (Рис.2.1.).



*Рис.2.1. Показники незадоволеності тілом*

Переважає більшість респондентів демонструє виражений негативний емоційний фон щодо своєї зовнішності і такі результати є показником глибокої інтеріоризації «гламурних» стандартів, де реальне тіло сприймається як недосконалий об'єкт, що не відповідає нав'язаним медіа-еталонам. Психологічно це проявляється у постійному фокусуванні на дефектах, тривожності та схильності до радикальних тілесних модифікацій.

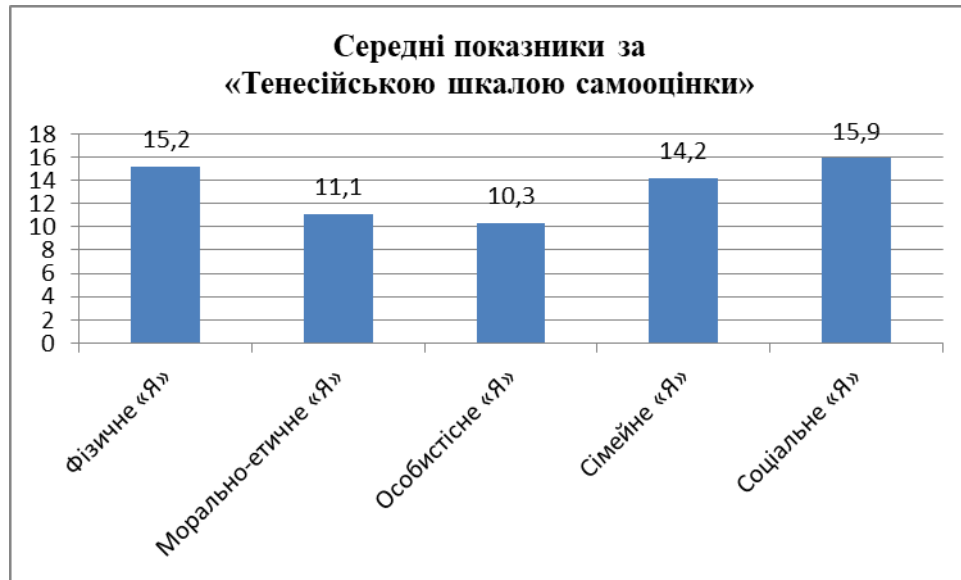
Показник у 60% дозволяє стверджувати, що в сучасному молодіжному середовищі незадоволеність тілом стала нормою, а не відхиленням., а нова тілесність стає джерелом хронічного психологічного напруження.

Високі бали вказують на те, що досліджувані дивляться на себе «очима іншого», оцінюючи своє тіло як товар, що потребує постійного покращення для успішної репрезентації. Такий високий рівень незадоволеності може стати прямою передумовою для розвитку соціальної тривожності, порушень харчової поведінки та нарцисичної вразливості.

Середній рівень незадоволеності притаманний 28% досліджуваних: вони відчувають помірну стурбованість своїм виглядом, періодично порівнюють себе з іншими та використовують цифрові інструменти (фільтри) для корекції образу, проте незадоволеність не має тотального характеру.

Лише незначна частина вибірки (12%) демонструє гармонійне прийняття своєї тілесної автентичності. Це може свідчити про високу резистентність (стійкість) до соціокультурного тиску та розвинену критичність мислення.

Результати за «Теннесійською шкалою самооцінки» демонструють домінування показників фізичного «Я» та соціального «Я».



*Рис.2.2. Показники за «Тенесійською шкалою самооцінки»*

Найвищі бали Соціального «Я» ( $M=15,9$ ) та Фізичного «Я» ( $M=15,2$ ) ілюструють, що тілесність та соціальний аспект Я є пріоритетним для досліджуваних. Вони вкладають найбільше зусиль у те, як їх бачать інші (соціальна сфера) та як виглядає їхня «оболонка» (фізична сфера).

Тривожним сигналом є низький показник Особистісне «Я» ( $M=10,3$ ), який свідчить про низьку внутрішню цінність, невпевненість у своїх силах як особистості, незалежно від зовнішності чи оцінок інших. Морально-етичне «Я» також знаходиться на низькому рівні, що може свідчити про ерозію духовних пріоритетів: фокус на зовнішньому «блиску» витісняє внутрішні моральні орієнтири.

Показник Сімейне «Я» ( $M=14,2$ ) підкреслює те, що підтримка родини залишається важливим стабілізуючим фактором, але вона все одно поступається за значущістю соціальному схваленню.

Можемо робити висновок про компенсаторний характер самооцінки і сформованість «демонстративного Я». Люди оцінюють своє тіло високо лише тому, що воно є інструментом успіху в соціумі, але внутрішньо вони відчувають постійний біль і тривогу через невідповідність ідеалу.

Високе Соціальне «Я» на фоні найнижчого Особистісного «Я» доводить, що самооцінка сучасної молоді є екстравертованою, тобто людина відчуває себе «кимось» лише тоді, коли вона в соціумі, але втрачає відчуття власної цінності, залишаючись наодинці з собою.

Тому часто «нова тілесність» у форматі гламуру веде до розщеплення особистості: зовнішня привабливість стає «капіталом», який маскує внутрішню невпевненість та втрату справжньої ідентичності.

Аналіз суб'єктивних оцінок за обраними шкалами методики самооцінки Дембо-Рубінштейна дозволяє глибше зрозуміти, як саме конструється «нова тілесність» у свідомості респондентів. Отримані дані свідчать про зміщення ціннісних орієнтирів у бік візуальної репрезентації та соціальної відповідності (Рис.2.3.).

Зазначимо, що в результаті опрацювання даних виявлено високий ступінь адаптивності до вимог масової культури через домінування показника «Відповідність вимогам». Людина оцінює себе як «успішну» лише тоді, коли вона ідентифікує себе з панівними медійними канонами. Гламурні стандарти перестали бути зовнішніми і стали внутрішнім мірилом самоцінності. Високий бал тут означає велику кількість зусиль, витрачених на підтримку актуального іміджу (вибір одягу, макіяж, манера поведінки).



*Рис.2.3. Показники за методикою самооцінки Дембо-Рубінштейна*

Високі оцінки за цими параметрами «Сексуальність» (M=6,6) та Енергія (M=6,1) вказують на сприйняття тіла як біологічного капіталу.

Сексуальна привабливість (M=6,6) у зрізі глем-капіталізму сексуальність виступає як валюта. Адже досліджувані впевнені у своїй привабливості, оскільки вона є інструментом отримання соціальних дивідендів (уваги, схвалення, партнерства).

Здоров'я та енергія (M=6,1) трактується не як відсутність хвороб, а як здатність бути продуктивним і підтримувати високий життєвий тонус, що є обов'язковою умовою «досконалої тілесності».

Досить низький бал за шкалою «Фотогенічність» (M=5,1) є парадоксальним на фоні високого балу сексуальності, що може вказувати на вкрай критичне ставлення до своєї репрезентації в медіа-просторі. Вони можуть відчувати себе привабливими в реальності, але «програють» камері. Це у свою чергу може породжувати від фільтрів та редагування, оскільки цифровий образ сприймається як «недостатньо ідеальний» порівняно з еталонами соцмереж.

Найнижчий показник дослідження «Контроль над тілом» (M=4,5) розкриває головну вразливість «нової тілесності». Незважаючи на прагнення відповідати стандартам, представники вибірки відчувають безсилля перед власним тілом. Це свідчить про те, що постійні модифікації, дієти та вдосконалення не дають відчуття спокою.

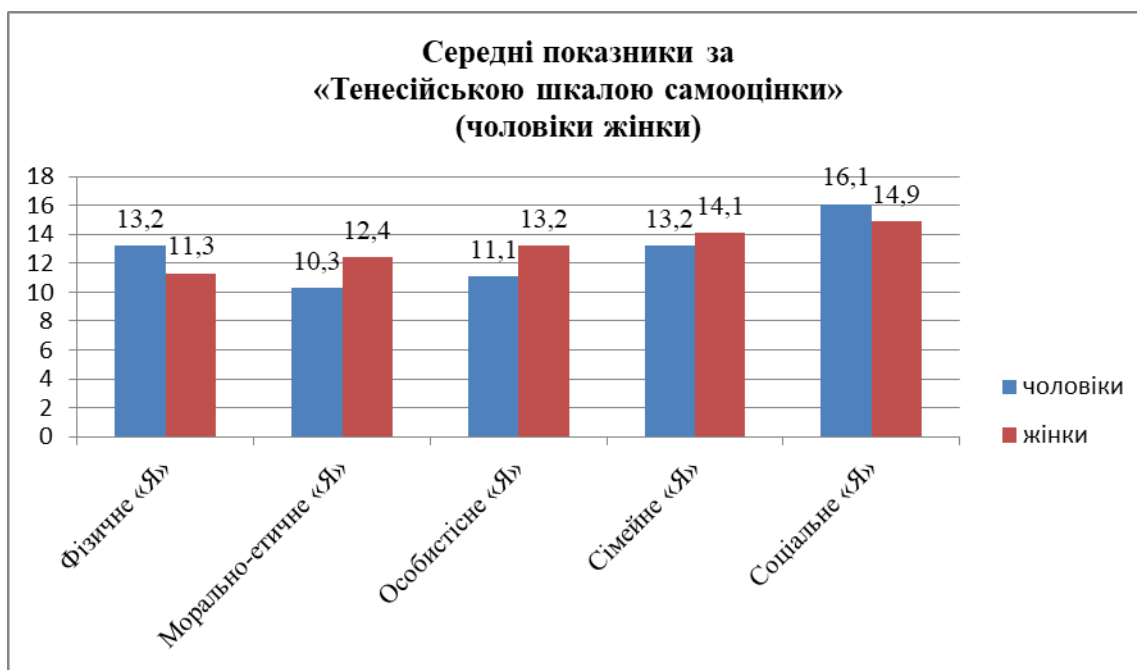
Навпаки, виникає відчуття, що тіло «живе своїм життям» (старіє, втомлюється, змінюється), а людина не в змозі його повністю приборкати. Це фундаментальний страх перед природністю, який маскується під активний догляд за собою.

### **2.2.2. Результати порівняльного аналізу**

Для визначення статистичних відмінностей нами проведено порівняльний аналіз за статтю (жінка-чоловік) та сімейним статусом (одружений-неодружений).

У результаті статистичної обробки даних отримано наступні результати порівняння у вибірці чоловіків та жінок за «Тенесійською шкалою самооцінки».

Узагальнення результатів порівняльного аналізу виявило значущі розбіжності в оцінці ключових сфер «Я», що відображає гендерну специфіку адаптації до сучасних соціокультурних умов (Рис.2.4.).



*Рис.2.4. Показники за Тенесійською шкалою самооцінки (чоловіки-жінки)*

У сфері фізичного та соціального «Я» (М=13,2-чоловіки; Ж=11,3-жінки). Чоловіки демонструють вищий рівень прийняття своєї фізичної складової, що може бути пов'язано з тим, що вимоги до жіночої зовнішності в сучасній культурі є більш жорсткими та деталізованими, що провокує у жінок вищу критичність до власного тіла.

Соціальне «Я» (M=16,1-чоловіки; Ж=14,9-жінки) спостерігаємо найвищий показник у чоловічій вибірці. У системі «нової тілесності» чоловіче тіло все частіше репрезентується як інструмент соціального домінування та сили, що корелює з високою впевненістю у своєму соціальному статусі.

У сфері особистісного та морального «Я» відзначимо пріоритет жіночої вибірки: Жінки виявляють вищий рівень особистісної впевненості та самоповаги незалежно від фізичних параметрів. Тобто жіноча ідентичність, попри зовнішній тиск, частіше спирається на внутрішні психологічні ресурси (M=11,1 - чоловіки; Ж= 13,2-жінки).

Для жінок етичні норми та внутрішній самоконтроль залишаються вагомішими регуляторами поведінки ( $M=10,3$  - чоловіки;  $J=12,4$ -жінки).

Чоловіки ж демонструють нижчу схильність до моральної рефлексії в контексті «Я-концепції», що може бути наслідком прагматизації чоловічого образу в глем-капіталізмі.

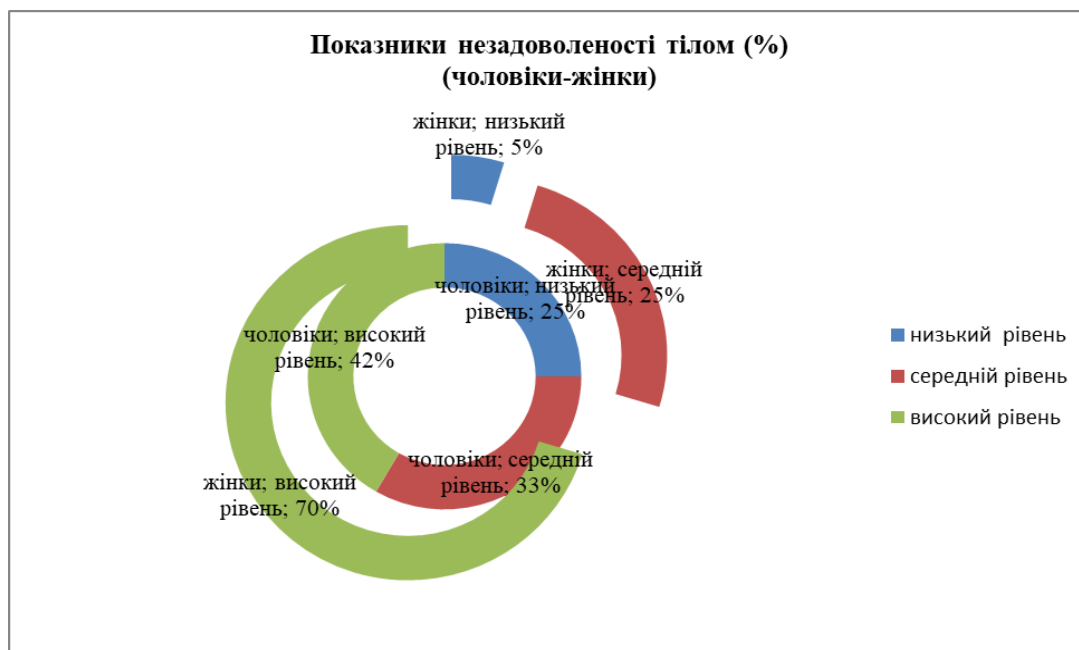
На основі цих результатів можемо зробити висновки, що самооцінка чоловіків значною мірою зосереджена на «зовнішньому контурі» — фізичній силі та соціальному успіху. Низький рівень особистісного Я на фоні високого Соціального Я свідчить про те, що чоловіча ідентичність є більш залежною від зовнішніх атрибутів успіху та визнання.

Жінки мають вищі показники внутрішньої особистісної цінності, проте саме сфера Фізичного Я є для них найбільш вразливою. Це підтверджує тезу про те, що гламурна культура в першу чергу «атакує» жіночу тілесність, створюючи ситуацію, коли жінка може поважати себе як особистість, але залишатися незадоволеною собою як фізичним об'єктом.

Спільною характеристикою для обох статей є відносно низькі показники морально-етичного та особистісного Я порівняно з соціальним. Це свідчить про глобальний процес «об'єктивації особистості» в XXI столітті, де соціальна привабливість стає важливішою за внутрішню цілісність.

Цікавим результатом порівняльного аналізу є показники невдоволеності тілом: тягар «нової тілесності» та стандартів гламуру розподіляється нерівномірно, завдаючи значно сильнішого удару по жіночій самооцінці (Рис.2.5.).

Результати порівняльного дослідження виявляють глибоку гендерну асиметрію у сприйнятті власного тіла, що підтверджує те, що жіноча вибірка є значно вразливішою до соціокультурного тиску та медійних еталонів краси.



*Рис.2.5. Показники за методикою «Опитувальник образу власного тіла» (ООТ) О. Скугарівського*

Зазначимо, що жінки демонструють високий рівень незадоволеності (жінки 70%), який свідчить про те, що переважна більшість жінок перебуває у стані постійної дисморфічної тривоги. Тіло ними сприймається ними як об'єкт, що потребує тотальної корекції.

У чоловіків цей показники значно нижчий (42%), проте він все одно є високим. Це свідчить про те, що «чоловічий гламур» також активно формує нові комплекси, проте чоловіки мають вищу психологічну резистентність до цих впливів.

Так, середній рівень незадоволеності демонструють 25% жінок і 33% чоловіків. Тобто, кожна четверта жінка має помірні претензії до своєї зовнішності. Третина чоловіків демонструє середній рівень стурбованості. Це вказує на те, що для чоловічої вибірки характерна більша збалансованість: вони усвідомлюють недоліки, але не схильні до радикальної самооб'єктивації.

Лише 5% жінок демонструють повне прийняття своєї тілесної автентичності, що вказує на майже повну відсутність імунітету у жіночої

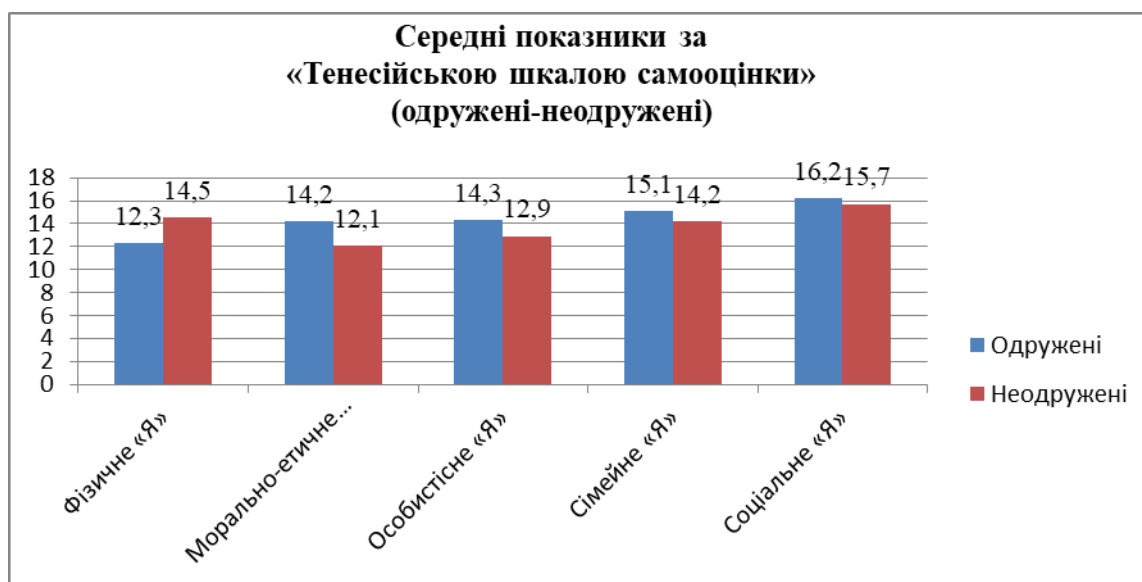
частини суспільства до ідеології гламуру. Чверть чоловіків(25%)почуваються комфортно у своєму тілі, що в п'ять разів більше, ніж серед жінок.

Показник у 70% високої незадоволеності серед жінок є результатом агресивного медійного фокусу на жіночій зовнішності як на головному «товарі» в системі глем-капіталізму. Жінка відчувається «недостатньо хорошою», якщо вона не відповідає ретельно відфільтрованим цифровим образам.

Для чоловіків тілесність частіше залишається функціональною (інструмент дії), тоді як для жінок вона стає репрезентативною (об'єкт споглядання). Це пояснює, чому чоловіки в п'ять разів частіше (25% проти 5%) зберігають здорове самосприйняття.

Жінки є активнішими споживачами візуального контенту та частіше використовують додатки для корекції обличчя, що створює нескінченну петлю порівняння реального Я з ідеальним цифровим симулякром.

Щодо порівняння цих показників у одружених на неодружених представників вибірки отримано наступні результати (Рис 2.6).



*Рис.2.6. Показники за Тенесійською шкалою самооцінки  
(одружені-неодружені)*

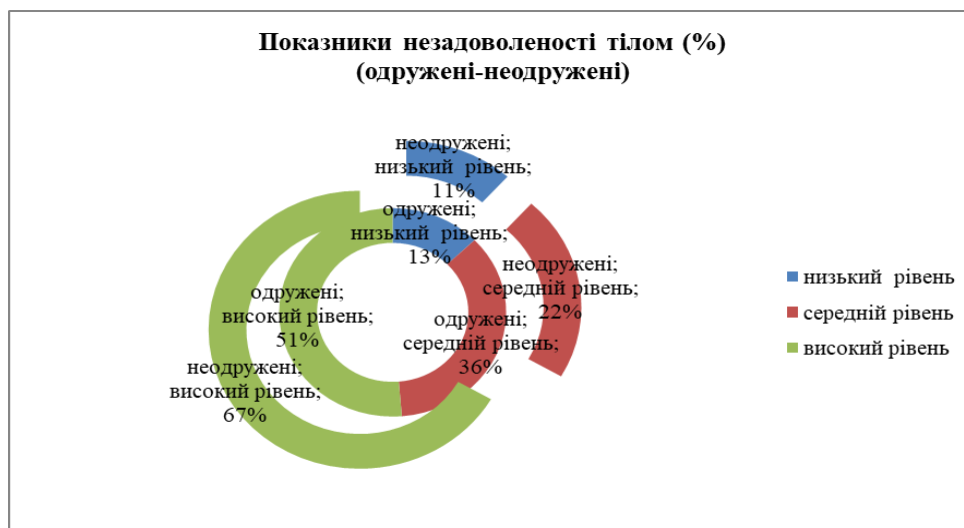
Фізичне «Я» (Одружені  $M=12,3$ ; Неодружені  $M=14,5$ ). Неодружені особи демонструють більше незадоволення тілом (67%). Неодружені вкладають більше ресурсів у зовнішність, тому суб'єктивно вважають свій «фасад» кращим, але водночас відчувають постійний страх не відповідати ідеалу.

Морально-етичне «Я» (Одружені  $M=14,2$  Неодружені  $M=12,1$ ) та Особистісне «Я» (Одружені  $M=14,3$  Неодружені  $M=12,9$ ). В обох випадках одружені респонденти мають вищі бали. Стабільні стосунки сприяють зміцненню внутрішнього ядра особистості. Людина починає більше цінувати свої моральні якості та внутрішню силу, оскільки в сім'ї її люблять не лише за «картинку», а за особистісні риси.

Сімейне «Я» Очікувано вище у групі одружених. Це підтверджує, що шлюб дає додаткову опору для самооцінки, переносячи акцент із «Я-індивідуального» на «Я-як-частина-системи».

Соціальне «Я» демонструє високі показники високі в обох групах, але в одружених вони дещо стабільніші. Це вказує на те, що соціальна впевненість підкріплюється впевненістю в надійному «тилу».

Результати дослідження свідчать про те, що соціальний статус особистості та наявність стабільних партнерських стосунків безпосередньо пов'язані із рівнем прийняття власної тілесності.



*Рис.2.7. Показники за методикою «Опитувальник образу власного тіла» (ООТ) О. Скугарівського (одружені-неодружені)*

Високий рівень незадоволеності власним тілом в неодружених (67% може вказувати на те, що тіло стає основним «інструментом» на конкурентному ринку стосунків. У ситуації пошуку партнера людина максимально самооб'єктивується, намагаючись підігнати свій «фасад» під ідеальні стандарти гламуру, щоб підвищити свою соціальну ліквідність.

У одружених представників вибірки цей показник 51% свідчить про те, що стабільні стосунки дають відчуття прийняття, яке не залежить виключно від зовнішніх параметрів. Одружені особи менше фокусуються на «товарному вигляді» свого тіла для зовнішнього спостерігача.

Середній рівень (одружені- 36%, неодружені - 22%): Велика кількість одружених потрапляє в цю категорію. Вони мають певні зауваження до зовнішності, але ці думки не стають тотальною деструктивною ідеєю.

Низький рівень (одружені-13%, неодружені-11%): Показники майже ідентичні. Це свідчить про те, що безумовне прийняття себе — це складне внутрішнє завдання, яке лише частково залежить від наявності штампа в паспорті.

Можемо робити висновок, що сім'я виступає буфером проти об'єктивації: В одружених осіб фокус уваги зміщується з «тіла як картинки»

(репрезентативна функція) на «тіло як частину інтимності та побуту» (функціональна функція). Це знижує потребу в постійному використанні цифрових фільтрів та модифікацій для отримання соціального схвалення.

Для осіб, що не перебувають у шлюбі, тіло часто виступає єдиним капіталом у віртуальному просторі (Tinder, Instagram). Тому 67% незадоволеності — це прямий наслідок фрустрації, коли реальне тіло не може забезпечити таку кількість уваги, яку обіцяють гламурні стандарти.

Високі показники в обох групах все ж доводять, що ідеологія глем-капіталізму є тотальною. Навіть підтримка партнера не завжди здатна перекрити голос медіа-стандартів, які диктують, як має виглядати «ідеальна дружина» чи «успішний чоловік».

### 2.2.3. Результати кореляційного аналізу

За результатами кореляційного аналізу отримано аналізу отримано взаємозв'язки між показниками «Я-концепції» та ставленням до власного тіла. Центральним шкалою виступає «Незадоволеність тілом», яка має наступні статистично значущі зв'язки (Рис.2.8.)

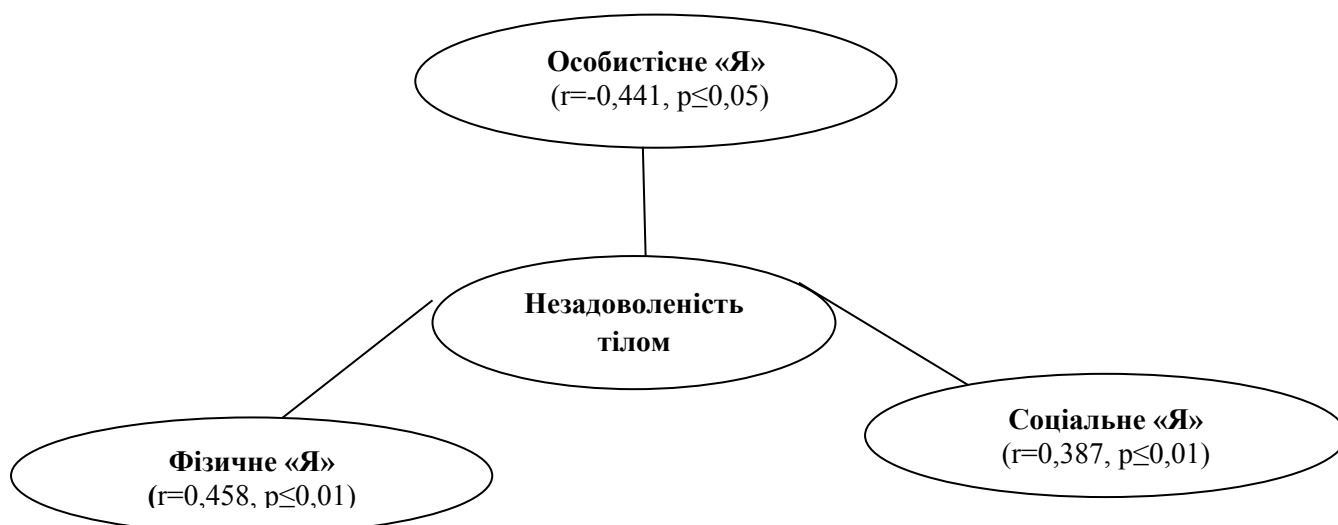


Рис.2.8. Кореляційна плеяда «Незадоволеність тілом»

Виявлено сильний зворотний обернений зв'язок між рівнем незадоволеності тілом та показником «Фізичного Я», який вказує на те, що чим вищою є емоційна напруга та неприйняття своєї зовнішності, тим нижче людина оцінює свій реальний фізичний стан, здоров'я та привабливість. Тіло перестає бути джерелом ресурсу і стає об'єктом постійної внутрішньої критики.

Показник «Незадоволеність тілом» має обернений зв'язок з особистісним «Я» ( $r=-0,441$ ,  $p\leq 0,05$ ). Тому можна стверджувати, що висока концентрація на тілесних «дефектах» веде до ерозії самоповаги.

Особистість починає знецінювати свої внутрішні якості (характер, здібності, етичні принципи), оскільки вони здаються менш важливими порівняно з «невдалою» фізичною репрезентацією.

Тілесний дискомфорт фактично «паралізує» впевненість у собі як в особистості. Цей зв'язок означає, що тілесний дискомфорт стає домінантним переживанням. Якщо індивід не відповідає гламурним стандартам (висока незадоволеність), він починає відчувати себе «недостатнім» або «неповноцінним» у всіх інших сферах. Внутрішні чесноти, таланти та досягнення нівелюються в очах самого суб'єкта, якщо його «фізичний фасад» не є ідеальним.

Низьке особистісне «Я» при високій незадоволеності тілом свідчить про те, що людина втрачає суб'єктність: вона перестає бути «автором» свого життя і стає «коментатором» своїх недоліків і це призводить до внутрішньої деструкції, де самооцінка перестає бути стабільною і стає вразливою до найменших змін у зовнішності чи соціальному схваленні.

Дана плеяда демонструє слабкий, але існуючий обернений зв'язок між соціальним «Я» та показником «Незадоволеність тілом». Наявність оберненого зв'язку між цими показниками вказує на те, що успішна

соціальна інтеграція особистості здатна виступати «буфером», який пом'якшує негативне ставлення до власної зовнішності.

Соціальне «Я» відображає відчуття індивідом своєї адекватності у взаємодії з іншими, почуття приналежності до групи та прийняття оточенням. Психологічний механізм тут полягає в наступному: коли людина отримує реальне (а не лише віртуальне) підтвердження своєї цінності від друзів, колег чи спільноти, фокус її уваги зміщується з оцінки власного тіла як «об'єкта» на оцінку себе як «суб'єкта спілкування». Це знижує гостроту незадоволеності тілом, оскільки особистість відчуває, що її люблять і поважають не лише за зовнішній вигляд.

Виявлений обернений зв'язок між соціальним «Я» та «Незадоволеністю тілом» демонструє важливість міжособистісної взаємодії у процесі формування ставлення до власної фізичної оболонки.

Отримані дані дозволяють стверджувати, що розвиток соціальної компетентності та відчуття приналежності до значущих соціальних груп є вагомим чинником зниження тілесної фрустрації.

Структура кореляційних зв'язків доводить, що «Незадоволеність тілом» є системним деструктивним фактором. Вона не просто стосується зовнішності, а «розмиває» всю Я-концепцію, знижуючи рівень особистісної цінності та моральної впевненості, змушуючи людину шукати порятунку в ілюзорній відповідності стандартам та соціальному схваленні.

## Висновки до Розділу 2

Емпіричне дослідження дозволило встановити, що переважна більшість сучасної молоді виявляє високий рівень незадоволеності власним тілом, що свідчить про глибоку інтеріоризацію гламурних стандартів та сприйняття реальної фізичної оболонки як недосконалого об'єкта. Психологічним наслідком такого стану є формування хронічного напруження, тривожності та схильності до радикальних тілесних модифікацій заради досягнення медійних еталонів.

Результати описової статистики фіксують домінування соціального та фізичного аспектів у структурі самооцінки, де тілесність виступає основним інструментом досягнення успіху. Водночас виявлено тривожну тенденцію до зниження особистісної цінності та ерозії духовних орієнтирів, оскільки фокус на зовнішньому блиску витісняє внутрішню ідентичність особистості.

Самооцінка досліджуваних має виражений компенсаторний і демонстративний характер, при якому почуття власної значущості виникає лише за умови соціального схвалення. Аналіз суб'єктивних параметрів підтверджує високу адаптивність молоді до вимог масової культури, де сексуальність та енергійність сприймаються як різновид біологічного капіталу.

Найбільш вразливою ланкою виявляється суб'єктивний контроль над тілом, що породжує страх перед природними процесами та відчуття безсилля перед вимогами ідеальності.

Порівняльний аналіз виявив глибоку гендерну асиметрію: жінки значно гостріше переживають невідповідність медійним образам і перебувають у стані постійної дисморфічної тривоги.

Чоловіча вибірка демонструє вищу психологічну резистентність, сприймаючи тілесність переважно функціонально, як інструмент

домінування та сили. Для жінок тіло стає об'єктом репрезентації та споглядання, що змушує їх активніше використовувати цифрові інструменти корекції образу для створення ідеального симулякра. Сімейний статус виступає важливим буфером проти самооб'єктивації, оскільки стабільні стосунки зміцнюють внутрішнє ядро особистості та знижують потребу в зовнішньому схваленні. Неодружені особи частіше використовують тіло як єдиний капітал на конкурентному ринку стосунків, що веде до вищого рівня фрустрації та самооб'єктивації.

Кореляційний аналіз підтвердив, що незадоволеність тілом є системним деструктивним фактором, який прямо руйнує особистісну автономію та самоповагу. Виявлено, що висока концентрація на фізичних дефектах веде до втрати суб'єктності, перетворюючи людину з автора власного життя на коментатора своїх недоліків.

Успішна соціальна інтеграція та розвиток комунікативної компетентності визначені як чинники, що здатні пом'якшити негативне ставлення до власної зовнішності. Встановлено, що розвиток соціального «Я» допомагає змістити фокус уваги з тіла як об'єкта на власну особистість як суб'єкта спілкування.

Можна стверджувати, що нова тілесність у форматі гламуру веде до розщеплення особистості, де зовнішня привабливість стає фасадом, що маскує внутрішню невпевненість.

## ВИСНОВКИ

Результати теоретико-емпіричного дослідження проблеми дають підстави робити наступні висновки:

1. У сучасній психології тілесність трансформується з базової біологічної даності у складний соціокультурний проект, що має онтологічний статус динамічного конструкту. Сучасні підходи розглядають тіло не як статичний організм, а як «цифровий образ» або симулякр, де суб'єктивне проживання тілесності витісняється її візуальною репрезентацією. Психологічним ядром цього поняття стає механізм самооб'єктивації, за якого індивід дистанціюється від реальних соматичних відчуттів на користь зовнішнього ефекту. Тілесність набуває ознак штучності та гіперреальності, стаючи майданчиком для боротьби з природними процесами в'янення та втоми. Таке переосмислення веде до розмивання меж між реальним «Я» та його медійною копією, створюючи передумови для кризи автентичності. Отже, сучасна наука визначає тілесність як форму відчуженого буття, де зовнішній блиск маскує глибоку трансформацію людської самості.

2. Формування нової тілесності детерміноване сукупністю технологічних, соціокультурних та психологічних факторів, що діють у системі глем-капіталізму. Провідним чинником виступає тотальна цифровізація життєвого простору, яка нав'язує стандарти «досконалого життя» через фільтри та ідеалізовані медіа-еталони. Економічний фактор перетворює тіло на специфічний вид капіталу та маркер соціального статусу, змушуючи індивіда інвестувати значні ресурси у «товарний вигляд». Соціальний контроль через глянцевої канони формує жорсткі рамки нормативності, де відхилення від трендів провокує відчуття меншовартості та ізоляції. Психологічним фактором виступає страх перед природністю та екзистенційна тривога, яку людина намагається подолати через ілюзорний

контроль над фізичною оболонкою. Таким чином, нова тілесність є продуктом масової маніпуляції, що нівелює індивідуальність на користь уніфікованих, типізованих образів.

3. Гламур постає у дослідженні не лише як естетичний стиль, а як агресивна ідеологія «досконалої тілесності», що базується на запереченні людської вразливості. Психологічна установка на «вічну молодість» створює образ тіла, яке не знає хвороб чи старіння, що фактично є «копією без оригіналу» або симулякром. У форматі гламуру тілесність існує лише за умови постійної демонстрації та отримання соціального схвалення у вигляді «лайків» та візуального визнання. Це призводить до ерозії духовних пріоритетів, де простір особистісної комунікації звужується до обговорення брендів, косметичних процедур та стандартів зовнішності. Гламурна досконалість стає інструментом тиску, змушуючи особистість до виснажливих маніпуляцій заради підтримання ефемерного фасаду. Внаслідок цього тіло перестає бути «місцем проживання душі» і перетворюється на майданчик для хірургічних та технологічних експериментів. У кінцевому підсумку, гламур як еталон тілесності веде до екзистенційної порожнечі та повної втрати зв'язку зі своєю справжньою природою.

4. Емпіричний аналіз підтвердив, що для сучасної молоді характерна висока незадоволеність тілом, яка стала соціальною нормою та джерелом хронічного напруження. Встановлено, що структура «Я-концепції» респондентів має компенсаторний характер: високе соціальне та фізичне «Я» маскують глибоку кризу особистісної та моральної цінності. Гендерний аналіз виявив значну асиметрію, де жінки демонструють критично низький рівень прийняття своєї автентичності порівняно з чоловічою вибіркою. Сімейний статус визначено як важливий психологічний буфер, оскільки стабільні стосунки сприяють зміцненню внутрішнього ядра особистості та знижують рівень самооб'єктивації. Кореляційний аналіз довів деструктивну роль тілесної незадоволеності, яка «розмиває» всю Я-концепцію та знижує

рівень суб'єктивного контролю над власним життям. Виявлено парадоксальний розрив між високою оцінкою власної сексуальності та почуттям безсилля перед вимогами ідеальності. Загалом, результати дослідження свідчать про формування «фасадної ідентичності», де зовнішня привабливість виступає капіталом, що приховує внутрішню невпевненість та відчуження.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Абсалямова Л. Роль «тілесного Я» у формуванні патернів харчової поведінки. *Проблеми сучасної психології*. 2017. Вип. 38. С. 18–27.
2. Бондар К. Дослідження саморефлексії тілесного потенціалу молодій жінки. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць*. 2020. № 33. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2016-33.%p>
3. Василенко Я. О. Я тілесне у структурі Я-концепції. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди*. Харків: ХНПУ, 2013. № 46. Т. 1. С. 31–37.
4. Валенса Г. А. «Тіло» і «тілесність» у соціально-філософському контексті : термінологічні розвідки URL: <http://www.info-library.com.ua/books-text-11478.html>
5. Газнюк Л.М. Соматичне буття персонального світу особистості. Харків: ХДАФК, 2003. 356 с.
6. Гомілко О.Є. Відмова від тіла: метафізична помилка сучасного фемінізму *Філософська думка*. 2001. № 1. С. 91-100.
7. Гомілко О. Феномен тілесності : дис. ... докт. філос. наук : 09.00.04. Київ, 2007. 420 с.
8. Грисенко Н. В. Ставлення до себе та світу як фактори задоволеності життям молоді. *Молодий вчений*. 2018. №11. С. 626 – 631.
9. Данильченко Т. Стереотипи зовнішності: яким має бути людське тіло? *Соціальна психологія*. 2005. №6. С.83-86.
10. Ільєсова К. Тілесність як психологічний феномен. *Вісник Київського національного університету ім. Т. Шевченка*. відп. ред. Л. Ф. Бурлачук. Київ, 2019. Вип. 1 (10): Психологія. С. 40–44.
11. Калька Н. М., Гриців Н. С. Трансформація тілесності через призму сучасної б'ютифікації. *Теорія сучасної психології*. 2019. № 1. Т. 1. С.54-57.

12. Калюжна Є., Савченко Н. Дослідження психологічних особливостей тілесності молодих жінок у контексті феноменології. *Психологічний журнал*. 2021. № 7. Вип. 5. С. 75-84.
13. Коваленко М. В. Психодіагностика типів ставлення до тіла у майбутніх психологів. *Вісник ХНПУ імені Г.С.Сковороди. Психологія*. Харків: ХНПУ, 2016. Вип. 53. С. 74–82.
14. Козак Г., Магдисюк Л. Психологія тілесності: теорія і практика : навч.-метод. посіб. Луцьк : Вежа-Друк. 2025. 304 с.
15. Колярова А. Проблематизація поняття тілесності в сучасній психології. *Навчання і виховання обдарованої дитини: теорія та практика*. 2017. № 1. С. 119–125.
16. Луценко А. В. Розуміння тілесності та здоров'я в контекстуальному вимірі медичних традицій (Захід vs Схід). *Гілея: науковий вісник*. 2014. № 91. С. 282–286.
17. Медведєва Н. Проблема співвідношення тілесності і соціальності в людині і суспільстві : автореф. дис. ... канд. філос. наук : 09.00.03. Київ, 2005.
18. Семенова Ю.А. Тілесна самоідентифікація в умовах культурних трансформацій: Автореф. дис. ... філос. наук: 09.00.04 «Філософська антропологія, філософія культури». Харків, 2004. 20 с.
19. Синякова В. Б. Соціокультурний аспект жіночої тілесності. *Габітус*. 2024. Випуск 67. С. 280-283.
20. Слюсар В.М. Постмодерністський фемінізм про детермінацію самореалізації особистості. *Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна*. 2003. № 598. С. 153-156.
21. Сафонік Л. Тіло як соціальна знакова система. *Вісник Львівського університету. Філософські науки*. 2005. Вип. 8. С. 83-92.
22. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і поза межами буденності. К.: Либідь, 2003. 376 с.

23. Ткачук С. Психологічний аналіз самостворення позитивної Я-концепції. *Психологія і суспільство*. 2003. С. 107–113.
24. Фадєєва К.-М.О. Вимірювання специфічних конструктів тілесності у психології. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2013. №3 (20). С. 165–170.
25. Хлівна О. М., Магдисюк Л. Психологія тілесності : навч.-метод. посіб. Луцьк : Вежа-Друк. 2022. 192 с.
26. Хомуленко Т. Структурно-функціональна характеристика тілесного «Я» в умовах психосоматичної кризи. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Максименка та ін. Суми : Вид-во СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2017. 540 с.
27. Шляхова О. Тілесна ідентичність як самоідентичність у контексті культури повсякдення. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Філософія». 2017. Випуск 20. С.39-44.
28. Celebre A., Denton A. W. The good, the bad, and the ugly of the dove campaign for real beauty. *In-Mind magazine*. Vol. 2, no. 19. URL: <https://www.inmind.org/article/the-good-the-bad-and-the-ugly-of-the-dove-campaign-forreal-beauty>
29. Digital beauty: the good, the bad, and the (not-so) ugly. / P. Corcoran et al. *IEEE consumer electronics magazine*. 2014. Vol. 3, no. 4. P. 55–62.
30. Fitts W. H., Warren W. L. Tennessee Self-Concept Scale: TSCS-2 Manual. Los Angeles, CA: Western Psychological Services, 1996. 227 p.
31. Frederick D., Forbes M., Jenkins, B., Reynolds, T., Walters T. Beauty standards. *The international encyclopedia of human sexuality*, 2015. P. 113-196.
32. Halliwell E., Dittmar H. Does size matter? The impact of model's body size on women's body-focused anxiety and advertising effectiveness. *Journal of social and clinical psychology*. 2004. Vol. 23, №. 1. P. 104–12.

33. Lowen A. *The Betrayal of the Body*. LA., 1967. 198 p,