

SCI-CONF.COM.UA

EURASIAN SCIENTIFIC DISCUSSIONS



**PROCEEDINGS OF X INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
OCTOBER 23-25, 2022**

**BARCELONA
2022**

EURASIAN SCIENTIFIC DISCUSSIONS

Proceedings of X International Scientific and Practical Conference

Barcelona, Spain

23-25 October 2022

Barcelona, Spain

2022

UDC 001.1

The 10th International scientific and practical conference “Eurasian scientific discussions” (October 23-25, 2022) Barca Academy Publishing, Barcelona, Spain. 2022. 474 p.

ISBN 978-84-15927-32-7

The recommended citation for this publication is:

Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // Eurasian scientific discussions. Proceedings of the 10th International scientific and practical conference. Barca Academy Publishing. Barcelona, Spain. 2022. Pp. 21-27. URL: <https://sci-conf.com.ua/x-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-eurasian-scientific-discussions-23-25-10-2022-barselona-ispaniya-arhiv/>.

Editor

Komarytskyy M.L.

Ph.D. in Economics, Associate Professor

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine, Russia and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

e-mail: barca@sci-conf.com.ua

homepage: <https://sci-conf.com.ua>

©2022 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2022 Barca Academy Publishing ®

©2022 Authors of the articles

PSYCHOLOGICAL SCIENCES

47. *Абсалямова Л. М., Зеленська Є. В.* 234
КІБЕРБУЛІНГ ЯК ФОРМА НАСИЛЬСТВА
48. *Абсолямова Л. М., Кіндякова Т. В.* 240
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ТА МЕХАНІЗМИ ПОРУШЕНЬ
ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ
49. *Андрійчук І. П., Тесельська М. І.* 247
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФІЗИЧНОГО «Я»
ЖІНОК СЕРЕДНЬОЇ ЗРІЛОСТІ
50. *Крамченкова В. О., Бовшик О. Л.* 253
СПРИЯННЯ КОГНІТИВНОМУ РОЗВИТКУ ДИТИНИ
МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЧЕРЕЗ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ
САМОРЕАЛІЗАЦІЇ МАТЕРІВ
51. *Маслянцева Л. Ю., Меднікова Г. І.* 259
ОСОБЛИВОСТІ БАЗОВИХ СТАВЛЕНЬ ЗАДОВОЛЕНИХ І
НЕЗАДОВОЛЕНИХ ВЛАСНОЮ ЗОВНІШНІСТЮ ЖІНОК ЗРІЛОГО
ВІКУ
52. *Підчасов Є. В., Філімонова В. В.* 265
ДИНАМІКА ВНУТРІШНЬОГО КОНФЛІКТУ ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО
ВІКУ ЗА УМОВ ЗАНЯТЬ ГІМНАСТИКОЮ «ЦИГУН»
53. *Пріснякова Л. М., Агапова І. М.* 269
ЕМОЦІЇ ЯК РУХАЮЧА СИЛА ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ
54. *Пугач А. М., Дунаєнко А. С.* 274
МЕТОДИ ТА СТРАТЕГІЇ УПРАВЛІННЯ КОНФЛІКТАМИ В
ОРГАНАХ ДЕРЖАВНОЇ ВЛАДИ
55. *Чистовська Ю. Ю., Полікарпова М. С.* 279
ВПЛИВ МОНТЕССОРІ-ПРАКТИК НА ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ
ДИТИНИ
56. *Шопша О. Л., Геніна Г. Є.* 284
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПОДОЛАННЯ
ВАЖКИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ
57. *Шопша О. Л., Кириченко Т. О.* 291
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ У
МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ
58. *Шопша О. Л., Лонська Т. І.* 298
ТРИВОЖНІ СТАНИ У ДОРΟΣЛИХ З ПОГЛЯДУ
ТРАНЗАКЦІЙНОГО АНАЛІЗУ

SOCIOLOGICAL SCIENCES

59. *Таранцов Є. Ю., Гребенюк Д. І.* 305
ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СОЦІАЛЬНІЙ
СФЕРІ

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФІЗИЧНОГО «Я» ЖІНОК СЕРЕДНЬОЇ ЗРІЛОСТІ

Андрійчук Іванна Петрівна,

к.психол.н., доцент

Тесельська Марія Іванівна,

магістрантка

Тернопільський національний педагогічний університет

імені Володимира Гнатюка

м. Тернопіль, Україна

Вступ. На сучасному етапі розвитку суспільства важливим чинником детермінації поведінки та життя людини є сукупність уявлень про себе, про своє тіло. Загалом, ставлення людини до свого тіла сьогодні зазнає суттєвих трансформацій, проте, незважаючи на велику кількість спеціальної літератури та публікацій наукового, просвітницького й популярного характеру, в яких багато йдеться про те, як піклуватися про своє тіло, правильно харчуватися, щоб залишатися здоровим, дуже мало інформації про можливості розв'язання проблем особистісно-психологічного характеру у ставленні до свого тілесного.

Найважливішою особливістю періоду середньої зрілості за дослідженнями О. Коропецької є те, що і суб'єктивне самовідчуття, і об'єктивні показники розквіту або занепаду сил визначаються в більшій мірі не хронологічним віком, а особистими обставинами життя, зокрема досвідом, специфікою професійної діяльності або видом заняття, установками, соціально-економічним статусом, рівнем освіти [1]. Образ фізичного «Я» та тілесна компетентність стали предметом психологічного дослідження в працях зарубіжних дослідників Ф. Александера, Г. Гарднера, Ю. Джендліна, О. Лоуена, Т. Майерса, В. Райха, М. Фельденкрайза, Т. Ханни, та інших.

Чимало теоретичних розробок стосовно ролі тілесності у житті людини здійснено українськими вченими. Як зазначає О. Сілютіна, для визначення теоретичних і методологічних засад дослідження тілесності мають важливе значення роботи О. Гомілко, С. Кримського, А. Лоя, В. Малахова, О. Мухи,

Н. Медведєвої, М. Поповича, В. Табачковського, Т. Хомуленко. Дослідники (Р. Бернс, Е. Соколова, В. Мухіна, І. Кон, О. Тхостов, А. Налчаджян) підкреслюють, що уявлення про своє тіло, його розміри, форму, привабливість є важливим джерелом формування уявлення про своє «Я». Вчені наголошують на необхідності і доцільності розвитку тілесного усвідомлення та тілесної компетентності як визначних факторів життєвої успішності індивіда [3].

Мета роботи полягає в теоретичному обґрунтуванні та емпіричному вивченні особливостей фізичного «Я» у жінок середньої зрілості.

Матеріали та методи. Із метою дослідження особливостей фізичного «Я» застосовувався комплекс методів: теоретичний аналіз і узагальнення наукової літератури з проблематики дослідження; діагностичні стандартизовані методи: методика незакінчених речень «Вербалізація тілесного Я», опитувальник образу власного тіла (О. А. Скугаревський та С. В. Сивуха), «Методика дослідження самосамоставлення до образу фізичного Я» (А. Г. Черкашина); методи кількісної та якісної обробки отриманих даних.

Результати та обговорення. Образ фізичного «Я» як психічний феномен, що несе у собі усвідомлені характеристики зовнішнього фізичного вигляду за їх оціночним сенсом, виражається у двох планах: зовнішньому та внутрішньому. До зовнішніх проявів відносяться анатомічні, функціональні та соціальні характеристики, що становлять зовнішню привабливість Я. Здоров'я виступає внутрішнім проявом якісної сторони образу фізичного «Я», яке є важливим фактором регуляції та поведінки особистості.

Проведений нами аналіз сучасних психологічних досліджень показує, що самоінтерес жінки відображає міру зацікавленості в самій собі, прагнення пізнавати себе, свої бажання і потреби, розвиватися і вдосконалюватися. Варто зауважити, що кожній жінці властиво аналізувати своє тіло, різниця в тому, як часто це відбувається і з яким емоційним фоном. Ставлення може бути позитивне, нейтральне, негативне. Аналіз може здійснюватися з об'єктивних і суб'єктивних показників, але в будь-якому разі це характеризує рівень самоприйняття жінки.

Дотримуючись зазначених традицій осмислення взаємозв'язку духовного і тілесного, П. Д. Тищенко визначає тіло як «відкрити для чуттєвого погляду зовнішню форму людини» (за описом В.М. М'ясищева). Тіло виступає як джерело опору – бар'єр, що не пропускає погляд всередину, і в цьому сенсі воно реальне. Однак та ж зовнішність, яку зазвичай називають тілом, в живому чуттєвому досвіді відображає душу, бажання, свідомість, волю [3].

Як зазначає О. Сілютіна, здійснюючи теоретичний аналіз проблеми у своєму дисертаційному дослідженні, образ тіла відтворює картину власного тіла, якою вона індивіду представлена у свідомості. Коли індивід споглядає певну частину поверхні тіла у нього виникають відчуття. Мова йде про тактильну, температурну та больову чутливість. Є відчуття, які надходять від внутрішніх органів та пропріорецептивні відчуття. Це називається тілесною схемою. Схема тіла – це тривимірний образ себе, який є у кожного індивіда. Припускаючи, що даний образ не є простим відчуттям чи уявленням, але також включає ментальні образи і уявлення, його можна розглядати як образ тіла [4].

Українська дослідниця Р. Моляко визначає образ фізичного Я як структурний компонент Я-образу, що виявляється у самопізнанні Я- фізичного, його самосприйманні і самооцінці. Вчена розробила структурно-функціональну модель, яка включає чотири складові: 1) сутність образу фізичного Я; 2) образ фізичного Я і його структура; 3) розвиток образу фізичного Я у підлітковому та юнацькому віці; 4) індивідуальні відмінності у становленні образу фізичного Я (норма і деформації).

Ми розглядаємо образ фізичного «Я» як складник Я-концепції особистості, її когнітивний компонент, що містить у собі єдність сприйняття, установок, оцінок, уявлень, які належать до функцій тіла та зовнішності. Я-концепція виникає в людини у процесі розгортання соціальної взаємодії як особистий результат її культурного розвитку, відносно стійке і водночас піддатливе внутрішнім коливанням і змінам психічне утворення. Саме вона має значний вплив на перебіг життя людини від дитинства до глибокої старості, і зумовлює той чи інший вибір життєвого шляху та власної долі загалом [2].

Відтак первинна залежність Я-концепції від зовнішніх умов та обставин суспільного життя не підлягає сумніву, хоча зрозуміло, що з віком вона відіграє все більш самостійну роль у житті людини.

З огляду на вищезазначені міркування, наша експериментальна робота щодо дослідження особливостей фізичного «Я» жінок середньої зрілості впровадилась впродовж 2021-2022 рр. У дослідженні брали участь 50 респондентів. В емпіричному дослідженні ми використали наступні методики: методика незакінчених речень «Вербалізація тілесного Я», опитувальник образу власного тіла (О. А. Скугаревський та С. В. Сивуха), «Методика дослідження самоставлення до образу фізичного Я» (А. Г. Черкашина).

Проаналізуємо детальніше деякі з отриманих результатів. За результатами *методики незакінчених речень «Вербалізація тілесного Я»* ми вивчили ознаки психосоматичної компетентності особистості. Психосоматичну компетентність ми розглядаємо як систему здатностей когнітивного компоненту тілесного Я. Вона пов'язана із прийняттям свого тіла, як складової цілісного організму, та обумовлює саморегуляцію, що базується на досвіді, який формується в процесі внутрішнього діалогу із Я тілесним.

В процесі обробки та інтерпретації результатів тестування було оцінено кількість варіантів завершення речень та їх емоційно-оцінне наповнення. Аналіз результатів дослідження за методикою незакінчених речень «Вербалізація тілесного Я» показав, що у жінок середньої зрілості високими є такі параметри психосоматичної компетентності, як обізнаність, що становить 79,8 % та каузальність – 68,9 % опитаних. Такі жінки мають високий рівень засвоєних знань про тіло людини та свої індивідуальні особливості тіла. Вони здатні вбачати у тілі причини і наслідки подій власного внутрішнього і зовнішнього простору. Середніми показниками виявились метафоричність - 40%, суб'єктивність становить 40 %, інтегративність – 40 % досліджуваних. Таким жінкам притаманна здатність взаємодіяти з тілесним Я та суб'єкт суб'єктна внутрішня комунікація. Характеризуючи власне тіло вони

застосовують образні порівняння та аналогії, які базуються на асоціативності мислення. Щодо низьких результатів дослідження, то такими є шкали: прийняття (20 % опитуваних), інтрацептивність – 30 %, діалогічність становить 35 % вибірки. Такі досліджувані мають негативне та неадекватне ставлення до тіла, яке проявляється в почуттях байдужості, невпевненості, підвищеному рівні тривожності по відношенню до власного тілесного Я. Вони не здатні акцентувати увагу саме на внутрішніх відчуттях, які виявляються у їх диференційованій вербалізації. Варто зауважити, що у таких досліджуваних відсутня здатність вести внутрішній діалог між «Я в тілі» та «Я тіло».

Узагальнення всіх шкал дає змогу проаналізувати рівень розвитку психосоматичної компетентності у жінок середньої зрілості. Аналіз результатів дослідження показав, що у експериментальної вибірки переважає низький рівень психосоматичної компетентності та становить 45,5 % досліджуваних. Такі опитувані мають недостатньо знань щодо розвитку та функціонування власного тіла. Середній рівень представлений у 34,5 % опитуваних. Він свідчить про те, що жінки середньої зрілості не зважаючи на великий проміжок життя, не можуть знайти правильний підхід до свого тіла, допомогти йому адаптуватися до різноманітних ситуацій та умов. Високий рівень переважає у 20 % вибірки. Лише незначна кількість жінок чітко знає та вміє правильно дбати про своє тілесне «Я».

Аналіз результатів дослідження за опитувальником образу власного тіла (О. А. Скугаревський та С. В. Сивуха) показав, що у 59,5 % досліджуваних переважає низький рівень задоволення власним тілом. Таким жінкам важко розуміти себе та приймати свої недоліки. У них занижена самооцінка. Вони часто акцентують увагу на недоліках свого тіла, не підкреслюючи його переваги. Їх легко може засмутити щось незначне або поява чогось нового щодо тілесного «Я». Середній рівень представлений у 25,5 % опитуваних. Такі жінки розуміють свої індивідуальні особливості. Вони прагнуть дбати про власне тіло, проте іноді не можуть знайти оптимальний шлях для розвитку. Серед жінок середньої зрілості переважають високі показники – 15 %

досліджуваних. Такі жінки концентрують увагу на перевагах власного тіла. Вони багато працюють над покращенням якості тіла і гордо розповідають про результати отримані у важкій праці.

Висновки. Отже, нами були проаналізовані показники, що засвідчують особливості фізичного «Я» у жінок середньої зрілості. Аналіз результатів дослідження особистісної значущості показав, що у експериментальній вибірці переважаючим є середній рівень, що становить 55 % досліджуваних. Такі жінки важко зосереджуються та планують подальші дії для активного розвитку тілесного «Я». Низькі показники переважають у 20 % вибірки. Через недоліки власного тіла обстежувані не відчують свою значущість у розвитку. Вони акцентують увагу оточуючих на недоліках тілесного «Я», часто жаліються, але не рухаються вперед. Високі показники характерні для 25 % досліджуваних. Такі жінки знають свої позитивні та негативні сторони, чітко йдуть до вдосконалення зовнішності. Перспективи подальших наукових пошуків вбачаємо в обґрунтуванні психологічних умов позитивного самоствалення щодо образу фізичного «Я» і апробації тренінгової програми гармонізації фізичного «Я» у жінок середньої зрілості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Коропецька О. Психологічні особливості самореалізації людини у період середньої дорослості. URL: <http://kspodn.onu.edu.ua/index.php/kunena/sektsiya-6-samozdijsnennya-osobistosti-v-kulturno-ta-istorichnomu-prostori>
2. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ, 2003. 376 с.
3. Сілютіна О. М. До проблеми визначення сутності тілесного інтелекту особистості. *Психологія і особистість*. 2019. №1 (15). С.171-181.
4. Сілютіна О. М. Регулятивні чинники розвитку тілесного інтелекту особистості: дис. на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія. Харків, 2021. 207 с.