

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка
Навчально-науковий інститут психології та соціальної роботи
Кафедра загальної, вікової та соціальної психології імені М.А. Скока

Кваліфікаційна робота

освітнього ступеня «магістр» на тему:

«ОБРАЗ ІДЕАЛЬНОЇ ЖІНКИ В УЯВЛЕННЯХ ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК»

Виконала:

студентка 2-го курсу
магістратури, 61 групи, заочної
форми навчання

Пилипенко Ганна Сергіївна

Науковий керівник:

канд. психол. наук, доцент

Ляховець Лариса Олексіївна

Захищено з оцінкою _____

Голова ЕК _____

Чернігів 2024

Студентка

(підпис)

(ПБ)

Науковий керівник

(підпис)

(ПБ)

Рецензент

(підпис)

(ПБ)

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри загальної, вікової та соціальної психології імені М.А. Скока, протокол № _____ від «___» _____ 2024 року. Студентка допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Завідувач кафедри

(підпис)

(ПБ)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. СОЦІАЛЬНІ УЯВЛЕННЯ ЯК КОМПОНЕНТ БУДЕННОЇ СВІДОМОСТІ ЛЮДИНИ.....	6
1.1. Концепція соціальних уявлень С. Московічі: поняття і структура соціальних уявлень.....	6
1.2. Виникнення та функціонування соціальних уявлень. Функції соціальних уявлень.....	9
1.3. Динаміка образу «ідеальної жінки»: зміни в соціальних уявленнях про жінок під час широкомасштабної війни росії проти України.....	14
Висновки до першого розділу.....	20
 РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОБРАЗУ ІДЕАЛЬНОЇ ЖІНКИ В УЯВЛЕННЯХ ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК.....	 21
2.1. Методики та процедура дослідження.....	21
2.2. Характеристика вибірки.....	23
2.3. Отримані результати та їх аналіз.....	24
2.4. Розробка лекції на тему: «Образ ідеальної жінки в уявленнях чоловіків і жінок».....	36
Висновки до другого розділу.....	48
ВИСНОВКИ.....	49
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	52
ДОДАТКИ.....	56

ВСТУП

Актуальність теми. Обрану нами тему дослідження можна вважати актуальною з наступних причин. По-перше, образ ідеальної жінки в уявленнях чоловіків та жінок з психологічної точки зору розглядається через призму гендерних стереотипів, соціальних очікувань, а також особистісних установок та досвіду. Цей образ включає не лише зовнішні риси, а й внутрішні якості, які можуть змінюватись в залежності від статі та культурного контексту. По-друге, соціальні та культурні норми також відіграють важливу роль у формуванні уявлень про ідеальну жінку. По-третє, існують відмінності в уявленнях чоловіків та жінок. По-четверте, з часом змінюється уявлення про ідеальну жінку. Раніше ідеал був більше пов'язаний із зовнішніми якостями та соціальними ролями, тоді як зараз він все більше орієнтується на внутрішні якості, такі як незалежність, інтелект, емоційна зрілість і здатність адаптуватися до умов, що змінюються. Отже, дана тема має як наукову, так і практичну значущість.

Об'єкт дослідження: феномен соціальних уявлень.

Предмет дослідження: соціальні уявлення чоловіків і жінок про ідеальну жінку.

Мета дослідження: розкрити зміст соціальних уявлень чоловіків і жінок про ідеальну жінку.

Згідно з поставленою метою було визначено основні **завдання дослідження:**

1. Теоретичний аналіз соціальних уявлень як компонента буденної свідомості людини.
2. Характеристика динаміки образу «ідеальної жінки»: змін в соціальних уявленнях про жінок під час широкомасштабної війни росії проти України.

3. Організація та проведення емпіричного дослідження образу «ідеальної жінки» серед чоловіків та жінок молодого віку.

4. Проведення кількісного та якісного аналізу отриманих результатів.

5. Розробка лекції на тему «Образ ідеальної жінки з точок чоловіків і жінок. Гендерний аспект».

Теоретико-методологічною основою дослідження стали концептуальні положення як вітчизняних дослідників (К.Б. Гапішко, Т.В. Говорун, І.В. Жадан, П.П. Горностай, І.М. Кучманич, С.Г. Полшкова, Т.М. Титаренко, С.І. Яковенко та ін.), так і низки зарубіжних науковців (Ж.-К. Абрік, Р.Баумейстер, Д.Майерс, С. Московічі, Н. Расмі, В. Суемі, А.Фернхем, Д. Харкорт, А. Хергович та ін.) про соціально-психологічні фактори феномену сприйняття краси та привабливості у зовнішності людини.

Методи дослідження. У ході дослідження було використано комплекс *теоретичних* (аналіз, узагальнення, класифікація), *емпіричних* (психодіагностичне опитування) та *математико-статистичних* (первинна статистика та кореляційний аналіз) методів.

Структура роботи зумовлена логікою дослідження і складається зі вступу, двох розділів, списку використаних джерел (30 найменувань, 2 – англійською мовою) та додатків.

У першому розділі наведено результати теоретичного аналізу проблеми, проаналізовано сутність соціальних уявлень як компоненту буденної свідомості людини. У другому розділі міститься опис процедури емпіричного дослідження, отримані результати, їхній аналіз та практичні рекомендації.

Основний текст викладено на 51 сторінці (робота містить 4 таблиці).

Загальний обсяг кваліфікаційної роботи складає 72 сторінки.

РОЗДІЛ 1. СОЦІАЛЬНІ УЯВЛЕННЯ ЯК КОМПОНЕНТ БУДЕННОЇ СВІДОМОСТІ ЛЮДИНИ

1.1. Концепція соціальних уявлень С. Московічі: поняття і структура соціальних уявлень

У сучасному напруженому та динамічному ХХІ столітті з безліччю стресогенних факторів значення сім'ї неможливо недооцінювати.

В ХІХ столітті ролі чоловіків і жінок були чітко визначені, чоловіки та жінки знали свої обов'язки: чоловік був главою сім'ї, його слово було законом, і всі рішення приймав тільки він, він був захисником та здобувачем, його дружина була матір'ю, домогосподаркою та доглядальницею.

В сучасній сім'ї сталися внутрішньогрупові зміни: виникли нові рольові та статусні позиції жінки, зумовлені підвищенням рівня освіти, різноманіттям професійної зайнятості, матеріальною незалежністю та дедалі більшою індивідуалізацією жінок. Це призвело до того, що частина жінок добровільно та свідомо віддають перевагу безшлюбності. Наприкінці ХХ століття, коли жінки отримали повну свободу і часто стали сприймати чоловіків, як ворогів, особисті та сімейні стосунки відчують постійний стрес.

Сучасна жінка практично завжди поєднує домашні та професійні обов'язки, виконує одночасно не тільки ролі дружини, матері та господині, а й робітниці, начальниці, добувачки тощо. Це значно ускладнює життя сучасної жінки, що призводить до нервово-психічної напруги, стресів. З іншого боку, у сучасному суспільстві спостерігаються тенденції відмови жінок від деяких традиційних ролей: жінки свідомо відмовляються від материнства, вибирають безшлюбність або виховання дитини в неповній сім'ї [22].

Згідно Ю.І. Пантюхіної, О.М. Шевцова образ ідеальної жінки у уявленнях чоловіків є багатоваровою концепцією, що включає як зовнішні, і внутрішні якості. Він формується під впливом безлічі факторів: культурних

норм, сімейного виховання, особистого досвіду, а також соціальних та гендерних стереотипів. Залежно від часу та культурних особливостей акценти в цьому образі можуть істотно змінюватися.

Концепція соціальних уявлень Сержа Московічі є важливим внеском у соціальну психологію, пропонуючи пояснення того, як люди у суспільстві сприймають, інтерпретують та передають інформацію, а також формують колективні уявлення про реальність. Дана теорія пояснює, як знання та ідеї, що виходять з наукових та інших спеціалізованих сфер, стають частиною повсякденної свідомості та впливають на поведінку, встановлення та ідентичність індивідів та груп.

Соціальні уявлення – це колективні схеми, за допомогою яких люди розуміють і пояснюють світ, навколишні явища та своє життя в ньому. Згідно з С. Московічі соціальні уявлення:

- є системами значень та понять, які формуються в колективі та поділяються ним;
- служать для інтерпретації та спрощення складних чи нових явищ, роблячи їх доступними для розуміння повсякденної людини;
- включають у себе культурні стереотипи, переконання, образи, міфи та символи, які активно формуються та використовуються у повсякденному житті.

Соціальні уявлення допомагають інтегрувати нові знання, що надходять від експертів, вчених, засобів масової інформації, у повсякденне мислення, спрощуючи та роблячи їх зрозумілими для широкої аудиторії.

Соціальні уявлення виконують кілька ключових функцій:

- функція розуміння – допомагає людям краще розуміти навколишній світ, нові феномени та явища, створюючи осмислені інтерпретації подій та ситуацій;
- функція орієнтації – сприяє орієнтуванню у соціальній реальності, визначаючи їх установки, очікування та дії;

- функція комунікації забезпечує межі для комунікації у соціумі, що дозволяє членам групи краще розуміти один одного та обмінюватися інформацією, ідеями та цінностями;

- функція соціальної ідентичності – сприяє формуванню колективної ідентичності. Об'єднує групи на основі спільних поглядів та інтерпретацій реальності [23].

Згідно з С. Московічі, соціальні уявлення мають складну структуру, яка включає два основних процеси – якоріння і об'єктивацію. Ці процеси дозволяють людям адаптувати нові ідеї до своєї повсякденної свідомості та інтегрувати їх у загальну картину світу. Розглянемо дані процеси більш детально.

Якоріння – це процес, за допомогою якого нові та невідомі явища або ідеї пов'язуються з вже існуючими знаннями та категоріями у свідомості людини. Цей процес допомагає розуміти нові феномени через призму знайомих понять. Якорення дозволяє людям «приземляти» нові знання у своїх ментальних структурах, роблячи їх зрозумілими та прийнятними для сприйняття.

Об'єктивація – це процес перетворення абстрактних понять та ідей на конкретні образи та символи, які можуть бути легко сприйняті та передані в суспільстві. Цей процес візуалізує та конкретизує соціальні уявлення, роблячи їх частиною повсякденної реальності. Об'єктивація допомагає абстрактним концепціям стати більш відчутними та доступними для громадського обговорення.

Соціальні уявлення не статичні, вони постійно змінюються під впливом нових знань, технологій та соціальних змін. Цей процес є двостороннім: наука та спеціалізовані знання впливають на повсякденне мислення, тоді як масова свідомість адаптує та трансформує ці знання для своїх потреб.

Соціальні уявлення можуть змінюватися, коли суспільство стикається з новими проблемами чи кризами. Наприклад, війна, пандемія чи

технологічний прогрес можуть суттєво змінити колективне сприйняття те, що вважається «нормою».

Соціальні уявлення відіграють ключову роль формуванні громадської думки. Вони впливають на те, як люди сприймають політичні події, соціальні питання, економічні кризи та інші значущі явища. Ці уявлення визначають установки, цінності та поведінку людей, формуючи масові дії та громадські рухи [29].

Отже, концепція соціальних уявлень С. Московічі розкриває механізм того, як у повсякденній свідомості людей формуються та передаються знання про світ. Соціальні уявлення є важливим інструментом для адаптації нових знань та ідей до суспільної реальності, допомагаючи людям осмислювати складні явища та комунікувати один з одним на основі загальних уявлень. Якоріння та об'єктивація – це два основних процеси завдяки яким люди сприймають нову інформацію.

1.2. Виникнення та функціонування соціальних уявлень. Функції соціальних уявлень

Соціальні уявлення про ідеальну жінку виникають та функціонують під впливом безлічі факторів, включаючи культуру, історію, засоби масової інформації, а також соціальні та гендерні стереотипи. Ці уявлення є динамічними і можуть змінюватися в залежності від соціальних змін, еволюції гендерних ролей та змінних культурних стандартів. Розглянемо докладніше, як формуються та функціонують такі уявлення.

Соціальні уявлення про роль ідеальної жінки історично пов'язані з патріархальними структурами та поділом гендерних ролей, де жінки сприймалися через призму материнства, турботи та домашніх обов'язків. Протягом багатьох століть жінка асоціювалася з образом хранительки вогнища, що було обумовлено: традиційними патріархальними нормами. Дані норми приписували жінці підлеглу роль стосовно чоловіка, обмежуючи їх у

соціальному та економічному сенсі. У різних культурах жіночність сприймалася по-різному, але у багатьох суспільствах ідеальною вважалася жінка, яка демонструвала покірність, смиренність та турботу про інших [25].

Отже, дані історичні установки продовжують впливати на сучасні уявлення, хоча вони зазнають значних змін.

З точки зору Л. Андрушко сучасні соціальні уявлення про ідеальну жінку формуються через засоби масової інформації, включаючи телебачення, кіно, соціальні мережі, рекламу та моду.

Медіа активно просувають певні образи ідеальної жінки. Це може бути фізична привабливість, молодість, успішна кар'єра або навпаки акцент на традиційних ролях дружини і матері.

Соціальні мережі та реклама створюють стандарти краси, які акцентують увагу на зовнішніх якостях жінки – стрункість, молодість, доглянутість, що породжує нові стандарти та тиск на жінок відповідати цим стандартам.

Платформи, такі як Instagram та TikTok, дозволяють жінкам створювати та поширювати нові образи та ідеали, у тому числі про жіночність створюючи нові ідеали [1].

Як зазначають Н. Д. Главацька, Л. О. Подкоритова соціальні уявлення про ідеальну жінку виконують важливі функції у суспільстві, впливаючи на поведінку людей, підтримуючи соціальні норми та формуючи очікування щодо гендерних ролей. Ці уявлення не тільки відображають усталені стереотипи та культурні норми, а й сприяють їх відтворенню та трансформації.

Соціальні уявлення про ідеальну жінку формують нормативні очікування, які диктують поведінку та настанови, які сприймаються як «правильні» або «відповідні» в суспільстві. Уявлення про ідеальну жінку закріплюють традиційні ролі, наприклад, як дружини, матері чи хранительки вогнища.

Очікування щодо того, як має виглядати і поводитися жінка, створюють громадський тиск. Це впливає на її особистісні та професійні вибори, включаючи стиль одягу, кар'єрні амбіції та повсякденні звички.

Коли жінка не відповідає ідеалу, суспільство може використовувати різні механізми тиску – від критики та осуду до маргіналізації. Це регулює поведінку, змушуючи жінок дотримуватися запропонованих моделей. Уявлення про ідеальну жінку можуть мотивувати жінок прагнути певних стандартів, наприклад, особистісного зростання, успіху в кар'єрі або підтримання певного рівня зовнішньої привабливості.

Соціальні уявлення надають жінкам шаблон для розуміння того, якою має бути їх роль у суспільстві, сім'ї та кар'єрі. Жінки можуть співвідносити себе з цим ідеалом та будувати свою ідентичність на основі цих стандартів.

Соціальні уявлення про ідеальну жінку сприяють згуртуванню та інтеграції суспільства, створюючи спільні цінності та норми. Дотримання соціальних уявлень може зміцнювати почуття приналежності до певної групи чи спільноти, оскільки загальні ідеали та стандарти об'єднують людей зі схожими поглядами та цінностями. Соціальні уявлення про ідеальну жінку можуть сприяти соціальній стратифікації, поділяючи жінок за різними категоріями. Певні образи ідеальної жінки можуть бути асоційовані із соціальним статусом, класом або професійною роллю. Наприклад, успіх у кар'єрі може сприйматися як атрибут жінок із вищих верств суспільства. Ідеали краси та поведінки можуть створювати розшарування між жінками на основі їх зовнішності, матеріального становища та способу життя.

Соціальні стереотипи про ідеальну жінку допомагають людям швидко оцінювати поведінку та особисті якості жінок, спрощуючи складні соціальні відносини. Стереотипи про «ідеальну матір» чи «успішну бізнес-леді» дають людям уявлення про типові риси цих ролей. Такі уявлення надають когнітивні орієнтири, допомагаючи жінкам та чоловікам зрозуміти, як їм слід поводитися в суспільстві та які дії будуть соціально схвалені [12].

Таким чином, на уявлення жінок про ідеальну жінку впливають стереотипи, суспільна думка, медіа та соціальні мережі.

Розглянемо соціальні уявлення про ідеальну дружину з точки зору чоловіків. Для чоловіків важливими є зовнішні якості, оскільки вони традиційно відіграють у сприйнятті ідеальної жінки. Більшість чоловіків орієнтуються такі параметри, як: краса та доглянутість – важливість приділяється таким аспектам, як гармонія рис обличчя, стрункість фігури, чистота шкіри, здоров'я волосся. Жіночність включає стиль, манери, плавність рухів. Це також пов'язано з уявленням про жіночність, яка може бути символом ніжності та м'якості. Простота чи природність – чоловіки цінують природність, коли жінка не надто захоплена штучним поліпшенням своєї зовнішності (багато макіяжу, косметичних операцій тощо).

Внутрішні якості, такі як емпатія та турбота, також займають важливе місце. Чоловіки нерідко вважають, що ідеальна жінка повинна бути дбайливою, чуйною, що виявляє увагу до їх емоційного стану та потреб. В пріоритеті є здатність вислухати, підтримати у важкі моменти, виявити розуміння. Чоловіки цінують емоційну стабільність та вміння допомогти їм у складних ситуаціях. Тепло та доброта пов'язуються з образом ідеальної жінки, оскільки вони забезпечують почуття затишку та захищеності.

У низці традиційних культур, і навіть у сучасних суспільствах, багато чоловіків представляють ідеальну жінку через призму сімейних ролей: материнство – образ ідеальної жінки асоціюється з готовністю бути матір'ю, здатністю виховувати дітей та створювати затишну сімейну атмосферу.

Важливим є вміння господарювати, хоча це уявлення слабшає в сучасних суспільствах, для деяких чоловіків ідеал включає здатність жінки добре організовувати будинок, бути господарською та підтримувати порядок у сім'ї.

У сучасному світі чоловіки все більше цінують інтелектуальні та особисті якості жінки, такі як: здатність жінки бути цікавим співрозмовником, мати власні захоплення, бути освіченою та розвиненою

особистістю. Важливо, щоб жінка могла приймати рішення, бути незалежною, прагнула саморозвитку. Багато чоловіків вважають привабливим, коли жінка впевнена у собі та здатна реалізувати свої цілі у житті. Успішна кар'єра жінки більше не сприймається як загроза для стосунків, а навпаки, вважається плюсом. Чуттєва сторона стосунків також важлива для уявлення про ідеальну жінку: ідеальна жінка повинна мати привабливу сексуальність, бути пристрасною, але при цьому залишатися витонченою. Романтичність та вміння створювати особливу атмосферу у відносинах, підтримувати романтичний аспект важливий для гармонії у відносинах є однією з важливих рис ідеальної жінки.

Чоловіки намагаються знайти баланс між традиційними якостями (дбайливість, сімейні цінності) та сучасними (незалежність, впевненість у собі). Ідеальна жінка, здатна поєднувати в собі як традиційні, так і сучасні якості: бути дбайливою матір'ю та господинею, але при цьому успішною та впевненою у кар'єрі [14].

Таким чином, образ ідеальної жінки в уявленнях чоловіків, поєднує зовнішню привабливість, емоційну підтримку, вміння піклуватися про сім'ю та будинок, але в той же час включає сучасні аспекти, такі як інтелект, незалежність та самодостатність. Цей ідеал, тим не менш, сильно залежить від культурних та особистісних особливостей, а також від того, як чоловік уявляє гармонійні та повноцінні відносини.

Образ ідеальної жінки у уявленнях жінок значно відрізняється від чоловічих уявлень і включає як особистісні, і соціальні аспекти. Для жінок цей образ пов'язаний з їх внутрішніми цінностями, прагненнями та самореалізацією. Часто це уявлення відбиває баланс між традиційними жіночими ролями та сучасними вимогами до особистості.

1.3. Динаміка образу «ідеальної жінки»: зміни в соціальних уявленнях про жінок під час широкомасштабної війни росії проти України

Образ «ідеальної жінки» наприкінці XX – на початку XXI століття зазнав значних змін, відбиваючи соціальні, культурні та політичні зміни, що відбулися у світі. Цей період характеризується переосмисленням традиційних гендерних ролей, появою феміністських рухів, розвитком технологій та медіа, а також зміною уявлень про жіночу ідентичність та самореалізацію.

Одним із ключових змін у образі ідеальної жінки став акцент на її незалежність та самовизначення [13].

Наприкінці XX століття все більше жінок почало прагнути економічної самостійності. Жінка більше не сприймалася виключно як домогосподарка, її участь у робочій силі та кар'єрі стала нормою. Жінки почали відмовлятися від традиційної ролі, пов'язаної з повною залежністю від чоловіка. З'явилися нові моделі сімейних відносин, де жінки могли бути рівноправними партнерами, так і жити поза шлюбом, зберігаючи свою автономію.

Вплив феміністських рухів кінця XX століття став важливим фактором, що формує образ ідеальної жінки. Другий і третій хвилі фемінізму (1960–1980-ті та 1990-ті роки) просуvalи ідею рівних прав та можливостей для жінок, що змінило суспільне сприйняття ролі жінки. Ідеальна жінка стала асоціюватися з активним захисником своїх прав, що прагне гендерної рівності на роботі, в сім'ї та в суспільстві.

Феміністські рухи критикували традиційні стереотипи про жіночність та жіночі ролі, які приписувалися жінкам протягом століть. Ідеальна жінка кінця XX століття почала сприйматися як особистість, вільна від обмежень гендерних ролей.

Наприкінці XX – на початку XXI століття кар'єра та професійний успіх стали невід'ємними компонентами образу ідеальної жінки. Жінки все активніше входили у сферу бізнесу, політики, науки та мистецтва. Ідеал

сучасної жінки включав здатність поєднувати кар'єрні досягнення з особистим життям. Важливим елементом стало прагнення до самоосвіти, підвищення кваліфікації та професійного зростання. Жінка почала розглядатися як особистість, яка має постійно розвиватися та самореалізовуватися. Одним із ключових викликів для жінок цього періоду стало поєднання професійної діяльності із сімейними обов'язками:

Наприкінці XX століття став популярним образ працюючої матері, яка успішно поєднує виховання дітей та професійне життя. Ідеальна жінка – це та, хто здатна знайти баланс між кар'єрою та сім'єю, не жертвуючи жодним із цих аспектів. Поступово відбувався перерозподіл ролей у сім'ї, де батьківство стало активнішим, а домашні обов'язки почали ділитися порівну між партнерами, що допомогло зруйнувати стереотип про те, що жінка має нести повну відповідальність за дім та дітей [17].

Наприкінці XX – на початку XXI століття зросло значення особистої ідентичності та унікальності. Ідеальна жінка більше не прагне відповідати загальноприйнятим стандартам зовнішності, поведінки та стилю життя. Вона має право бути різною, дотримуватися своїх інтересів, розвивати унікальні риси і не залежати від думки оточуючих. Суспільство стало більш толерантним до різних типів самовираження та способів життя. Жінки отримали можливість обирати свою долю – бути матір'ю, кар'єристкою, активісткою чи поєднувати все це, не боячись засудження.

З кінця XX століття медіа почали сильно впливати на формування образу жінки. ЗМІ просуvalи образ успішної жінки, яка водночас гарна, розумна та соціально активна. Це створило нові стандарти жіночності та привабливості, які стали основними орієнтирами для багатьох жінок.

У XXI столітті соціальні мережі, такі як Instagram та Facebook, відіграли важливу роль у створенні ідеалізованих образів жінок. Вони просуваються як стандарти краси, і образи «успішних» жінок, що створило нову хвилю тиску і очікувань для жінок.

Наприкінці ХХ – на початку ХХІ століття зросла значимість фізичної привабливості та здоров'я. Ідеальна жінка активно займається спортом, стежить за своїм харчуванням та способом життя. Здоровий спосіб життя став невід'ємною частиною соціального способу сучасної жінки [15].

Під час широкомасштабної війни росії проти України (з 2022 року) відбулися значні зміни у соціальних уявленнях про жінок як в українському, так і в російському суспільстві, а також на міжнародній арені. Війна торкнулася багатьох аспектів життя жінок і викликала переоцінку їх ролей у суспільстві, починаючи з участі у військових діях і закінчуючи важливістю у гуманітарних та громадських ініціативах. Розглянемо ключові зміни у цих соціальних уявленнях.

Однією з найзначніших змін стало активніше сприйняття жінок як учасниць війни, що змінило традиційні гендерні ролі. Жінки все частіше стають нарівні з чоловіками учасниками збройних сил. В Україні багато жінок записалися добровольцями до армії та територіальної оборони. Це зруйнувало стереотип у тому, що жінки грають у війні лише допоміжну роль. Раніше військові обов'язки жінок частіше обмежувалися медичною та логістичною підтримкою, тепер вони все частіше беруть участь у бойових операціях, що змінило сприйняття їхньої ролі у війні.

В умовах війни зросла роль жінок-лідерів, які стали брати активну участь у громадських, волонтерських та політичних ініціативах. Багато жінок очолили гуманітарні ініціативи, допомагаючи біженцям, постраждалим та військовим. Вони координують збори коштів, доставку допомоги, надання медичної та психологічної допомоги. Жінки стали відігравати більш помітну роль на політичній арені, виступаючи за мир, права біженців та допомогу постраждалим. Їх активна громадянська позиція посилює роль жінок у процесі прийняття рішень.

Війна призвела до перерозподілу ролей у сім'ях, особливо коли чоловіки йдуть на фронт, а жінки змушені брати на себе додаткові обов'язки. Жінки стають главами сімей, особливо в умовах, коли чоловіки перебувають

на війні чи загинули. Це вимагає від них бути сильними, самостійними та вирішувати безліч завдань, які раніше сприймалися як «чоловічі». Жінки часто залишаються відповідальними за евакуацію, турботу про дітей та людей похилого віку. Вони беруть на себе відповідальність за прийняття рішень про безпеку своїх близьких, що зміцнює їх соціальну роль. Війна призвела до масового переміщення людей, і жінки стали основними біженцями у цій війні. Це породило нові соціальні уявлення про їх витривалість, стійкість і адаптивність:

Жінки, змушені залишити свої будинки, демонструють здатність справлятися з труднощами еміграції, підтримуючи сім'ї, адаптуючись до нових умов і найчастіше граючи ключову роль у підтримці морального духу. Жінок знайшли сили не лише адаптуватися до життя в інших країнах, а й активно включатися до волонтерських та соціальних рухів, які підтримують Україну та постраждалих від війни.

Війна привернула увагу міжнародного співтовариства до ролі жінок у конфлікті та їх специфічних потреб. Міжнародні організації стали приділяти більше уваги захисту прав жінок-біженців, запобіганню насильству, сексуальній експлуатації та дискримінації. Жінки стали отримувати більше визнання за свої заслуги у підтримці постраждалих та активній роботі на політичному та соціальному фронті. Міжнародна спільнота активно підтримує їхні ініціативи через гранти, програми допомоги та медійне висвітлення.

В умовах війни стереотипні уявлення про «жіночність» та «мужність» почали розмиватись. Жінки, які беруть активну участь у військових діях, кинули виклик традиційним гендерним стереотипам про те, що мужність і сила – це суто чоловічі якості. Вони довели, що можуть бути настільки ж хоробрими та рішучими на фронті, як і чоловіки. Паралельно відбувається переоцінка та чоловічої ролі, де чоловіки, які постраждали від травм війни, відкрито виявляють емоції та звертаються за допомогою, що пом'якшує традиційні норми мужності [11].

Однією з ключових якостей, які жінки асоціюють з образом ідеальної жінки, є здатність до самореалізації. Жінки прагнуть фінансової та емоційної незалежності. Ідеальна жінка, на їхню думку, може приймати самостійні рішення, досягати особистих цілей та реалізовувати свої мрії. Важливим аспектом для жінок є професійне зростання та успіх у вибраній сфері діяльності. Ідеальна жінка – це та, хто здатна поєднувати роботу та особисте життя, зберігаючи при цьому баланс. Ідеальна жінка повинна прагнути постійного навчання, розширення кругозору, бути інтелектуально розвиненою та обізнаною.

Ідеальна жінка в очах жінок – це особистість, яка має внутрішню впевненість і емоційну зрілість. Жінки бачать ідеал у тих, хто впевнений у своїх силах, знає свою цінність і не залежить від думки оточуючих. Здатність керувати своїми емоціями, зберігати спокій у складних ситуаціях та знаходити вихід із конфліктів – важливі якості ідеальної жінки [9].

Сучасні жінки надають великого значення психічному благополуччю, розглядаючи як ідеал здатність підтримувати внутрішню гармонію, дбати про свій емоційний стан та вчасно звертатися за підтримкою. Зовнішність не є головним критерієм для більшості жінок, фізичне здоров'я та самооцінка, пов'язана із зовнішністю, займають важливе місце. Жінки розглядають образ ідеальної жінки як тієї, яка піклується про своє здоров'я, підтримує фізичну форму, доглядає шкіру, волосся, дотримується балансу в харчуванні. У сучасному суспільстві все більше жінок прагне природності, де цінується індивідуальність і відмова від надмірного дотримання стандартів краси. Спорт та фізична активність також стають частиною уявлення про здорову та успішну жінку.

Жінки вважають важливим знайти баланс між особистим життям, самореалізацією та громадською активністю. Вони бачать ідеал у здатності поєднувати роль матері та дружини з успішною кар'єрою. Вважають важливою участь у громадських ініціативах, допомога іншим та прагнення зробити внесок у соціум. Жінки асоціюють образ ідеальної жінки з теплотою

та здатністю підтримувати інших, цінують вміння піклуватися про своїх близьких, друзів та сім'ю, при цьому не втрачаючи власних інтересів та кордонів. Здатність слухати, виявляти співчуття і бути емоційно доступною для тих, хто потребує допомоги, є важливим аспектом жіночого ідеалу.

У сучасному світі жінки все більше цінують індивідуальність та право на самовираження. Важливо, щоб жінка могла бути собою, не боятися виділятися, бути унікальною та самобутньою, не підлаштовуючись під чужі очікування. Багато сучасних жінок розглядають образ ідеальної жінки через призму феміністичних цінностей. Ідеальна жінка для багатьох жінок – це та, хто активно підтримує рівні права та можливості для всіх статей, бореться з дискримінацією та стереотипами. Жінки цінують тих, хто не боїться відкрито заявляти про свої погляди, захищати свої права та просувати зміни у суспільстві [13].

Таким чином, українські жінки стали символом стійкості та опору не лише всередині країни, а й на міжнародній арені: Жінки, які борються за свої сім'ї, землю та права, стали символом українського спротиву агресії. Це формує новий образ жінки – патріотки, активної захисниці Батьківщини та берегині роду.

Висновки до першого розділу

1. Концепція соціальних уявлень Сержа Московічі пояснює, як знання та ідеї, що виходять з наукових та інших спеціалізованих сфер, стають частиною повсякденної свідомості та впливають на поведінку, встановлення та ідентичність індивідів та груп. Соціальні уявлення виконують кілька ключових функцій: функція розуміння; функція орієнтації; функція комунікації та функція соціальної ідентичності. Вони мають складну структуру, яка включає два основних процеси – якоріння і об'єктивацію, які дозволяють людям адаптувати нові ідеї до своєї повсякденної свідомості та інтегрувати їх у загальну картину світу.

2. Соціальні уявлення про роль ідеальної жінки історично пов'язані з патріархальними структурами та поділом ґендерних ролей, де жінки сприймалися через призму материнства, турботи та домашніх обов'язків. Медіа, соціальні мережі активно просувають певні образи ідеальної жінки. Це може бути фізична привабливість, молодість, успішна кар'єра або навпаки акцент на традиційних ролях дружини і матері. У сучасному світі чоловіки все більше цінують інтелектуальні та особисті якості жінки, такі як: здатність жінки бути цікавим співрозмовником, мати власні захоплення, бути освіченою та розвиненою особистістю. Образ ідеальної жінки у уявленнях жінок значно відрізняється від чоловічих уявлень і включає як особистісні, і соціальні аспекти.

3. Образ «ідеальної жінки» наприкінці XX – на поч. XXI ст. зазнав значних змін, визначним став акцент на її незалежність та самовизначення. Під час широкомасштабної війни (з 2022 р.) відбулися значні зміни у соціальних уявленнях про жінок. Жінки все частіше стають нарівні з чоловіками учасниками збройних сил, що змінило традиційні ґендерні ролі. В умовах війни стереотипні уявлення про «жіночість» та «мужність» розмиваються. Ідеальна жінка в очах жінок – це особистість, яка має внутрішню впевненість і емоційну зрілість.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОБРАЗУ ІДЕАЛЬНОЇ ЖІНКИ В УЯВЛЕННЯХ ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК

2.1. Вибірка та процедура дослідження

Аналіз теоретичних даних дає можливість охарактеризувати зміст образу ідеальної жінки в уявленнях чоловіків і жінок. Для жінок «ідеальною жінкою» є жінка, яка є гарною матір'ю, люблячою дружиною, має успішну кар'єру. Для чоловіків важливими є зовнішні якості – краса та доглянутість, а також внутрішні якості – емпатія та турбота про інших людей.

Виходячи з вищесказаного, сучасні соціальні уявлення про ідеальну жінку формуються через засоби масової інформації, включаючи телебачення, кіно, соціальні мережі, рекламу та моду.

В основу дослідження покладені провідні ідеї вітчизняних та зарубіжних вчених, концептуальні положення яких детально розкриваються у теоретичному розділі роботи.

Відповідно до мети, яка полягала у розкритті змісту соціальних уявлень чоловіків і жінок про ідеальну жінку, була розроблена програма емпіричного дослідження.

Програма емпіричного дослідження образу ідеальної жінки в уявленнях чоловіків і жінок складалася з наступних етапів:

1. Розробка процедури емпіричного дослідження.
2. Визначення методів та методик дослідження.
3. Проведення дослідження за допомогою обраних методик.
4. Обробка результатів.
5. Логічно-сміслова інтерпретація отриманих результатів.
6. Розробка рекомендацій щодо змін в образі ідеальної жінки в уявленнях чоловік та жінок.

На етапі розробки процедури емпіричного дослідження виконувались такі завдання:

- планування процедури емпіричного дослідження;
- уточнення завдань емпіричної частини дослідження;
- планування орієнтовних показників, які потрібно дослідити.

Другий етап дослідження пов'язаний з постановкою таких завдань:

- розгляд існуючих методик, валідних для дослідження образу ідеальної жінки в уявленнях чоловіків і жінок;

- підбір необхідного психодіагностичного інструментарію;
- апробація психодіагностичного інструментарію;

На третьому етапі вирішувались наступні завдання:

- узагальнення інформації щодо образу ідеальної жінки в уявленнях чоловіків і жінок;

- виявлення відмінностей образу ідеальної жінки в уявленнях чоловіків і жінок.

Четвертий етап пов'язаний із постановкою наступних завдань:

- обробка отриманих результатів;
- кількісна систематизація отриманих даних.

На п'ятому етапі дослідження відбувалось:

- узагальнення отриманих даних та їх інтерпретація;
- опис та обґрунтування результатів емпіричного дослідження.

На шостому етапі були виконані такі завдання:

- розробка рекомендацій щодо змін в образі ідеальної жінки в уявленнях чоловік та жінок.

Вибірка дослідження. Загальна кількість досліджуваних 60 осіб. З них: 30 жінок та 30 чоловіків, віком 20-40 років. Групу респондентів нами було сформовано методом вільної вибірки.

Емпіричне дослідження проводилося за комплексом стандартизованих методик, у відповідності з метою і завданнями дослідження.

Підбір методів дослідження ґрунтувався на підході комплексності, цілісності та інформативності результатів.

Таким чином, для того, щоб дослідити образ ідеальної жінки в уявленнях чоловік та жінок, необхідно провести емпіричне дослідження, відповідно до зазначених методик. Результатом дослідження стало обґрунтування процедури психодіагностики образу ідеальної жінки в уявленнях чоловік та жінок.

2.2. Методи та методики дослідження

Відповідно до мети та поставлених завдань нами були обрані наступні методики:

1. Анкета «Образ ідеальної жінки».

Ціль: визначення змісту усвідомлених (відрефлексованих) уявлень чоловіків і жінок про ідеальну жінку.

В анкеті описуються такі категорії: зовнішність, риси характеру, манера поведінки і звички, спрямованість інтересів, цінності.

2. «Колірний тест ставлень» (О. Еткінда).

Ціль: розкриття невідрефлексованих (малоусвідомлених) уявлень чоловіків і жінок про образ ідеальної жінки.

Стимульний матеріал: 8 кольорних карток М. Люшера. Але якщо М. Люшер пропонував обирати картки відповідно до того, які з них подобаються / не подобаються досліджуваному в даний момент (тобто досліджуваний оцінює самого себе), то О. Еткінд використовує ті ж самі картки для того, щоб оцінити (об'єкт, ситуацію, іншу людину тощо). Ми запропонували досліджуваним обрати один варіант з 8 кольорів.

При застосуванні короткого варіанту використовується набір з восьми кольорів: сірий (0), синій (1), зелений (2), червоний (3), жовтий (4), фіолетовий (5), коричневий (6) та чорний (7).

Інструкція: «Перед Вами знаходяться картки з кольорами, оберіть, будь ласка, одну картку, яка асоціюється з образом ідеальної жінки».

2.3. Отримані результати та їх аналіз

Вивчення змісту усвідомлених уявлень чоловіків і жінок про ідеальну жінку проводилось за допомогою *анкети «Образ ідеальної жінки»*. Результати представлені в таблицях 2.1, 2.2.

Таблиця 2.1

Дослідження змісту усвідомлених уявлень чоловіків про ідеальну жінку

<i>Досліджувані показники</i>		<i>Кількість досл. (n=30)</i>	<i>%</i>
Зовнішність	Привабливість (доглянутість, акуратність)	19	63,3
	Фізичні риси (пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра)	17	56,7
	Стиль (стильний, елегантний одяг, взуття)	12	40
Риси характеру	Почуття гумору	27	90
	Життєрадісність	24	80
	Доброта	21	70
	Креативність	19	63,3
	Впевненість у собі	18	60
	Емоційність	17	56,7
	Високий рівень інтелекту	17	56,7
Манера поведінки і звички	Відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю)	26	86,7
	Жіночність і грація	20	66,7
	Не конфліктність	17	56,7
	Відповідальність	15	50
	Самостійність	13	43,3
Спрямованість інтересів, цінності	Вірність	28	93,3
	Чесність	27	90
	Сім'я, бажання мати дітей	25	83,3
	Наявність хобі	19	63,3
	Заняття спортом	18	60
	Прагнення до розвитку	16	53,3

Дослідження змісту усвідомлених уявлень чоловіків про ідеальну жінку показало, що за показником «зовнішність» були отримані такі результати: «привабливість (доглянутість, акуратність)» (63,3%), «фізичні

риси (пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра)» (56,7%), «стиль (стильний, елегантний одяг, взуття)» (40%). Чоловіки зазначають, що у ідеальної жінки повинна бути ідеальна зовнішність. Вона завжди доглянута, струнка, має пропорційне тіло, округлі форми, здорове волосся та шкіру.

За показником «риси характеру» виявлено такі риси характеру у ідеальної жінки: «доброта» (70%), «емоційність» (56,7%), «впевненість у собі» (60%), «життєрадісність» (80%), «високий рівень інтелекту» (56,7%), «креативність» (63,3%), «почуття гумору» (90%). Жінка повинна проявляти чуйність до потреб та емоцій інших людей, бажання допомагати та підтримувати їх. Чоловіки цінують жінок, які знають собі ціну, але при цьому залишаються скромними та відкритими. Життєрадісність передбачає наявність оптимізму, здатності радіти дрібницям, що створює комфортну атмосферу під час спілкування. Здатність до міркування, підтримання змістовних розмов, допитливість важлива для ідеальної жінки. Почуття гумору допомагає розрядити напружену обстановку та сприяє легкості у спілкуванні.

За показником «манера поведінки і звички» виявлена перевага «відсутності шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю)» (86,7%), «жіночності і грації» (66,7%), «не конфліктності» (56,7%), «самостійності» (43,3%), «відповідальності» (50%). Жіночність і грація проявляються у витончених рухах, м'якості у манері спілкування та поведінці. Не конфліктна поведінка жінки свідчить про її розум та вміння налагоджувати контакт зі співрозмовником. Самостійність вказує на вміння приймати рішення, але при цьому здатність делегувати та довіряти чоловікові у потрібних ситуаціях. Відповідальні жінки приваблюють чоловіків вмінням брати на себе відповідальність за себе та свої вчинки, а не перекладати її на чоловіків.

За показником «спрямованість інтересів, цінності» визначена перевага таких інтересів та цінностей як: «наявність хобі» (63,3%), «заняття спортом»

(60%), «вірність» (93,3%), «сім'я, бажання мати дітей» (83,3%), «чесність» (90%), «прагнення до розвитку» (53,3%). Ідеальна жінка, з точки зору чоловіків, має улюблену справу (хобі), їй вона присвячує вільний час. Заняття спортом не тільки вдосконалюють фігуру, що робить її привабливою в очах чоловіків, але й розвиває наполегливість у досягненні мети. Вірність важлива якість жінки, оскільки чоловіки будують стосунки на відданості та довірі до партнера. Для багатьох чоловіків важлива орієнтація на сімейні цінності – готовність бути партнером, матір'ю, створювати затишок та підтримувати сімейне вогнище. Чесність передбачає прямоту та щирість у відносинах. Важливо, щоб жінка мала свої інтереси, цілі та прагнула особистого та професійного зростання.

Отже, з одного боку ідеальна жінка в уявленнях чоловіків має привабливу зовнішність, добра, життєрадісна, не конфліктна, вірна, хороша дружина та матір, а з іншого – самостійна, відповідальна та прагне до кар'єрного зростання.

Таблиця 2.2

**Дослідження змісту усвідомлених уявлень жінок
про ідеальну жінку**

<i>Досліджувані показники</i>		<i>Кількість досл. (n=30)</i>	<i>%</i>
Зовнішність	Доглянутість	28	93,3
	Самоприйняття	26	86,7
	Вираження індивідуальності	18	60
Риси характеру	Незалежність	25	83,3
	Впевненість у собі	23	76,7
	Емоційна зрілість	20	66,7
	Співчуття та емпатія	19	63,3
Манера поведінки і звички	Доброта та підтримка	27	90
	Вміння бути собою	25	83,3
	Гідність	24	80
	Самодостатність	21	70
Спрямованість інтересів,	Особистісне зростання	26	86,7
	Здоровий спосіб життя	26	86,7

<i>цінності</i>	Сім'я, любов, діти	23	76,7
	Хобі та спорт	21	70
	Кар'єрне зростання	20	66,7

Дослідження змісту усвідомлених уявлень жінок про ідеальну жінку показало, що за показником «зовнішність» були отримані такі результати: «самоприйняття» (86,7%), «доглянутість» (93,3%), «вираження індивідуальності» (60%). Жінки акцентують увагу на прийнятті себе такою, якою є, та турботі про себе, незалежно від стандартів краси. Важлива природність, комфорт у власному тілі та гармонія із собою. Чиста шкіра, здорове волосся та нігті, гарний смак у виборі одягу – важливі елементи в уявленнях про ідеальну жінку. Охайний та свіжий зовнішній вигляд асоціюються із турботою про себе. Жінки розглядають зовнішність як спосіб самовираження, а не лише дотримання стандартів. Вони цінують оригінальність та унікальний стиль, який підкреслює їх особистість.

За показником «риса характеру» жінки відзначають такі риси характеру: «впевненість у собі» (76,7%), «емоційна зрілість» (66,7%), «незалежність» (83,3%), «співчуття та емпатія» (63,3%). Ідеальна жінка з погляду жінок знає свою цінність, але залишається при цьому скромною та відкритою. Вона не боїться висловлювати свою думку та приймати рішення. Вона вміє керувати своїми емоціями, підтримувати внутрішній баланс і бути стійкою у важких ситуаціях. Жінки підкреслюють важливість фінансової та емоційної незалежності, прагнення до саморозвитку та особистих досягнень. Здатність розуміти та підтримувати інших, проявляти співчуття та емпатію є важливою рисою жінки.

За показником «манера поведінки і звички» виявлена перевага «гідності» (80%), «самодостатності» (70%), «доброї та підтримки» (90%), «вміння бути собою» (83,3%). Жінки бачать ідеальною ту, хто поводить себе з гідністю та знає собі ціну, при цьому зберігаючи відкритість та дружелюбність. Самодостатність проявляється в здатності вирішувати свої

проблеми та брати на себе відповідальність, а не покладатися на когось іншого. Здатність виявляти турботу та участь, створюючи навколо себе теплу атмосферу та підтримуючи інших у скрутні моменти. Ідеальна жінка залишається вірною собі та своїм принципам, незважаючи на очікування та думки оточуючих.

За показником «спрямованість інтересів, цінності» виявлені такі інтереси та цінності: «особистісне зростання» (86,7%), «хобі та спорт» (70%), «здоровий спосіб життя» (86,7%), «сім'я, любов, діти» (76,7%), «кар'єрний зріст» (66,7%). Прагнення до самовдосконалення, розвитку в різних сферах життя – кар'єра, хобі чи духовний розвиток. Ідеальна жінка розглядає життя як процес постійного навчання та зміни. Цінується прагнення до рівності у відносинах та соціальному житті, а також повага до чужих прав і свобод. Здатність робити вибір – як у кар'єрі, так і в особистому житті без тиску з боку суспільства. Здоровий спосіб життя передбачає підтримку балансу між фізичним та емоційним здоров'ям, приділення уваги добробуту та усвідомлений підхід до життя.

Таким чином, жінки надають значення зовнішності жінки, вона повинна бути доглянутою, самодостатньою та вміти виражати свою унікальність. Ідеальна жінка впевнена у собі та незалежна. Проявляє доброту та підтримку. Має хобі, цікавиться спортом. В її житті існує баланс між сім'єю та кар'єрою, вона все встигає і бути дружиною, матір'ю та просуватися за кар'єрними сходами.

Вивчення уявлення чоловіків і жінок про образ ідеальної жінки проводилось за допомогою *«Колірного тесту ставлень» (О. Еткінда)*. Результати представлені в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Дослідження змісту усвідомлених уявлень чоловіків про ідеальну жінку (жінки та чоловіки)

<i>Зміст усвідомлених уявлень</i>	<i>Жінки (n=30)</i>		<i>Чоловіки(n=30)</i>	
	<i>Кіл-ість досл.</i>	<i>%</i>	<i>Кіл-ість досл.</i>	<i>%</i>
сірий	1	3,3	1	3,3
синій	4	13,3	2	6,7
зелений	5	16,7	5	16,7
червоний	9	30	4	13,3
жовтий	6	20	9	30
фіолетовий	3	10	5	16,7
коричневий	1	3,3	3	10
чорний	1	3,3	1	3,3

Дослідження змісту усвідомлених уявлень чоловіків про ідеальну жінку виявило, що у жінок переважає червоний колір (30%). Даний колір асоціюється з енергією, активністю, прагненням до успіху та бажанням до здобутків. Він відображає такі емоційні стани як: рішучість, бажання досягти мету, фізичну активність, соціальну динамічність та потребу у самовираженні. Образ ідеальної жінки асоціюється з активністю, енергією та рішучістю. Відображає уявлення про ідеальну жінку як енергійну, пристрасну та впевнену в собі особистість.

На другому місці жовтий колір (20%). Він символізує оптимізм, надію, мрійливість та прагнення змін. Цей колір пов'язаний із позитивними очікуваннями від майбутнього, пошуком нових вражень та бажанням уникати рутини. Він також може відображати емоційну свободу, бажання самовираження та легкість у спілкуванні.

На третьому місці зелений колір (16,7%). Символізує стійкість, самооцінку, внутрішню стабільність та прагнення до безпеки. Він асоціюється із завзятістю, самоконтролем, прагненням до визнання та потребою зберегти значущість та статус. Зелений колір виражає прагнення незалежності та бажання відстоювати свої погляди.

На четвертому місці синій колір (13,3%). Символізує внутрішній спокій, гармонію, задоволеність та емоційну рівновагу. Цей колір асоціюється з потребою у відпочинку, умиротворенні та почутті захищеності.

Синій відображає прагнення до глибоких емоційних зв'язків, довіри та стабільності.

На п'ятому місці фіолетовий колір (10%). Даний колір символізує інтуїцію, чутливість, уяву та прагнення гармонії між розумом і почуттями. Він асоціюється з романтичністю, містикою, потребою в унікальності та прагненням до самовираження. Колір висловлює внутрішній світ людини, її прагнення глибоких, іноді незвичайних переживань і бажань.

На останньому місці сірий, коричневий, чорний кольори (3,3%). Сірий, коричневий і чорний вважаються «нейтральними» кольорами, що відображають уникнення, усунення, захист від стресу або напружені стани. Ці кольори символізують певні захисні або тривожні механізми. Сірий асоціюється з нейтральністю, пасивністю і прагненням уникнути конфліктів і зайвих стимулів. Коричневий символізує фізичний добробут, комфорт, безпеку та матеріальні цінності. Цей колір також відбиває базові, земні потреби, пов'язані з фізичною захищеністю та комфортом. Чорний символізує опір, протест та заперечення.

Чоловіки обирають колір жовтий колір (30%). Жовтий колір вказує на сильне прагнення нових вражень, надію на майбутнє і очікування позитивних змін. Вказує на уявлення про ідеальну жінку як оптимістичну, життєрадісну та відкриту до нових можливостей. Образ ідеальної жінки асоціюється з життєрадісністю, оптимізмом та прагненням до самовираження.

На другому місці фіолетовий та зелений кольори (16,7%). Фіолетовий колір намагається створити єдиний сплав із протилежностей, тобто з червоного кольору, як у імпульсивного підкорювача, і синього кольору, як ніжної самовідданості; тому – це вираз ідентифікації. Така ідентифікація – це делікатне відчуття, яке стає єдиною можливою емоцією, так що все, що я думаю і хочу, має відповідати дійсності. Зелений колір свідчить про стійкість, самооцінку, внутрішню стабільність та прагнення до безпеки.

На третьому місці коричневий колір (10%). Імпульсивна життєва сила в коричневому кольорі затемнена, приглушена. Коричневий має експансивно

діючий імпульс, якому не вистачає активної життєвої сили червоного. Коричневий колір є живе чуттєве сприйняття. Тому становище коричневого кольору дає уявлення про ставлення до життєвих фізичних відчуттів.

На четвертому місці синій колір (6,7%). Цей колір асоціюється з потребою у відпочинку, умиротворенні та почутті захищеності. Синій відображає прагнення до глибоких емоційних зв'язків, довіри та стабільності.

На останньому місці сірий та чорний кольори (3,3%). Сірий та чорний кольори на останніх позиціях вказують на позитивне ставлення до життя, готовність до участі в активній діяльності та уникнення негативу та пасивності. Сірий колір говорить про небажання уникати життя, уникати відповідальності або залишатися нейтральним спостерігачем. Чорний колір символізує відторгнення крайнощів та сильного неприйняття.

Таким чином, порівняльний аналіз змісту усвідомлених уявлень чоловіків про ідеальну жінку у жінок та чоловіків показав, що у жінок переважає червоний колір, а у чоловіків – жовтий.

Порівняння й узагальнення інформації про зміст соціальних уявлень опитуваних різної статі про ідеальну жінку, зібраної за результатами виконання авторської Анкети та методики Еткінда, представлене у таблиці 2.4.

Таблиця 2.4

Порівняльний аналіз змісту соціальних уявлень чоловіків і жінок про ідеальну жінку

<i>Порівнюваний показник</i>	<i>Змістовна характеристика показника</i>	<i>Кіл-сть виборів/ранг</i>	
		<i>Чоловіки (n=30)</i>	<i>Жінки (n=30)</i>
<i>Зовнішність (Анкета)</i>	Привабливість (доглянутість, акуратність)	63,3%	93,3%
	Фізичні параметри	56,7%	—
	Самоприйняття (свої зовнішності)	—	86,7%
<i>Риси хар-ру (Анкета)</i>	Почуття гумору	90%	—
	Життєрадісність	80%	—
	Доброта	70%	—
	Незалежність	—	83,3%
	Впевненість у собі	—	76,7%
<i>Поведінка, звички</i>	Відсутність шкідливих звичок	86,7%	—
	Жіночність і грація	66,7%	—

(Анкета)	Доброта та підтримка	–	90%
	Уміння бути собою	–	83,3%
	Гідність	–	80%
Інтереси, цінності (Анкета)	Вірність	93,3%	–
	Чесність	90%	–
	Сім'я, бажання мати дітей	83,3%	76,7%
	Особистісне зростання	–	86,7%
	Здоровий спосіб життя	–	86,7%
Тест Еткінда	Червоний	30%	13,3%
	Жовтий	20%	30%
	Фіолетовий	10%	16,7%

Порівняльний аналіз змісту соціальних уявлень чоловіків і жінок про ідеальну жінку показав, що за індикатором «Зовнішність» жінки (93,3%) в більшому ступені, ніж чоловіки (63,3%) віддають перевагу привабливості та доглянутості. Чоловіки звертають увагу на фізичні параметри у образі жінки. Для жінок важливішим є самоприйняття своєї зовнішності.

За показником «Риси характеру» чоловіки віддають перевагу почуттю гумору (90%), життєрадісності (80%) та доброті (70%), а жінки – незалежності (83,3%) та впевненості у собі (76,7%). Вибір чоловіків може бути пов'язаний з біологічними та еволюційними аспектами, а також з культурними очікуваннями, за якими партнерка має бути позитивною та підтримуючою. Почуття гумору сприймається як якість, що сприяє емоційній близькості та гармонії у стосунках. Чоловіки, можливо, вбачають у цьому елемент, який покращує взаємодію з партнеркою, робить стосунки легшими та невимушенишими. Життєлюбність та доброта асоціюються з жінками, здатними створювати комфортну атмосферу в сім'ї, забезпечувати емоційне тепло та турботу про її членів.

Описуючи «Риси характеру» ідеальної жінки респондентки надають перевагу таким якостям, як: незалежність та впевненість у собі. Це може відображати сучасні соціальні зміни, де жінки все частіше не стільки прагнуть мати партнерів самостійних і здатних підтримувати їх як в особистісному, так і в професійному зростанні, скільки самим набувати самостійності та незалежності. Жінки, орієнтовані на ці якості, можуть

шукати у чоловікові не лише емоційну підтримку, а й партнера, який не обмежує їх свободу та кар'єрні амбіції. Впевненість у собі, у свою чергу, сприймається як ознака зрілості, стійкості та готовності брати на себе відповідальність, що важливо для багатьох жінок, які прагнуть стабільності у стосунках та життя в цілому.

За показником «Поведінка, звички» чоловіки віддають перевагу відсутності шкідливих звичок у жінок (86,7%), жіночності і грації (66,7%), а жінки – доброті й підтримці (90%), умінню бути собою (83,3%) та гідності (80%). Результати чоловіків вказують на важливість зовнішнього та поведінкового аспекту в їх сприйнятті ідеалу. Відсутність шкідливих звичок сприймається як ознака турботи про своє здоров'я та зовнішність, що також може асоціюватися з відповідальністю та увагою до свого стану. Жіночність і грація в даному контексті вказують на традиційні уявлення про те, що жінка має бути витонченою та привабливою, що пов'язано з еволюційними уподобаннями та соціальними очікуваннями, де жінка сприймається переважно як символ краси та гармонії.

З іншого боку, жінки більше акцентують увагу на таких якостях, як доброта та підтримка, уміння бути собою та гідність. Ці переваги, ймовірно, відображають високу значущість емоційної близькості, взаєморозуміння та емоційної стійкості у стосунках. Жінки шукають у партнерах підтримку та розуміння, що допомагає будувати гармонійні та взаємоповажні стосунки. Вміння бути собою та гідність, у свою чергу, пов'язані з незалежністю та самоцінністю, що важливо для жінок, які прагнуть рівності у відносинах та збереження своєї особистості, незважаючи на соціальні очікування. Ці якості також наголошують на важливості внутрішньої сили та самоповаги, які жінки розглядають як основу здорових стосунків.

За показником «Інтереси, цінності» чоловіки віддають перевагу вірності (93,3%), чесності (90%), цінностям сім'ї та бажанню мати дітей (83,3%), а жінки – цінностям сім'ї та бажанню мати дітей (76,7%), особистісному зростанню (86,7%), здоровому способу життя (86,7%). Аналіз

результатів за показником «Інтереси, цінності» у сприйнятті ідеального жіночого образу чоловіками та жінками виявляє відмінності в тому, які якості вважаються найбільш значущими для побудови стосунків та сімейного життя. Для чоловіків та жінок однаково важливими є стабільність та довіра у взаєминах. Вірність та чесність сприймаються чоловіками як фундаментальні принципи для побудови довірчого та довготривалого партнерства. У контексті сімейних цінностей чоловіки, можливо, очікують від партнерки не лише прихильності та чесності, а й готовності до створення сім'ї, підтримки домашнього вогнища та виховання дітей. Це відповідає традиційним уявленням про те, що жінка має бути опорою для чоловіка, а також піклуватися про майбутнє покоління.

Жінки мають ширше сприйняття ідеалу, де не лише сім'я та діти, а й особиста самореалізація, розвиток та турбота про власне здоров'я стають пріоритетними.

За тестом Еткінда чоловіки віддають перевагу червоному кольору (30%), жовтому кольору (20%) та фіолетовому (10%), а жінки – жовтому кольору (30%), фіолетовому (16,7%) та червоному кольору (13,3%).

Чоловіки найчастіше обирають червоний колір, що може свідчити про асоціацію з силою, енергією, рішучістю та пристрасстю. Червоний часто сприймається як колір, що символізує активність та впевненість; може відображати соціальні та гендерні стереотипи, пов'язані з чоловічою роллю лідера чи активного діяча. Друге місце займає жовтий колір, який часто асоціюється з оптимізмом, інтелектом та теплотою. Це може свідчити, що чоловіки цінують кольори, які відбивають позитивні, активні якості. Фіолетовий знаходиться на третьому місці, що може відображати тяжіння до більш складних, глибоких кольорів, які в світовій культурі часто асоціюються з мудрістю та духовністю.

Жінки, у свою чергу, надають пріоритет жовтому кольору, що, ймовірно, пов'язане з асоціацією цього кольору з радістю, світлом, інтелектом й енергією. Це може вказувати на цінність оптимізму та

соціальної активності у сприйнятті жіночого ідеалу. На другому місці знаходиться фіолетовий колір, який символізує розкіш, творчу енергію та самовираження. Це може відображати прагнення жінок до самореалізації, естетики та унікальності. Червоний колір посідає третє місце серед переваг жінок, що може вказувати на меншу орієнтацію на агресію та пристрасть, але все ж таки його асоціації з енергією та силою залишаються важливими.

Таким чином, порівняльний аналіз сприйняття ідеального жіночого образу чоловіками та жінками показує, що існують як спільні риси, так і значні відмінності у перевагах та очікуваннях щодо жіночого ідеалу, що пов'язано з відмінностями у соціально-культурних ролях та особистих пріоритетах. Чоловіки більше орієнтуються на зовнішні та поведінкові характеристики, такі, як: почуття гумору, життєлюбність, доброта та відсутність шкідливих звичок. Ці якості відображають потребу в партнерці, здатній створювати атмосферу підтримки та гармонії у взаєминах, а також виявляти жіночність та грацію. Чоловіки цінують у жінок ті риси, які сприяють комфортним та емоційно наповненим відносинам, що пов'язано з традиційними уявленнями про роль жінки як хранительки домашнього вогнища та джерела емоційного тепла.

Водночас жінки схильні акцентувати увагу на особистих якостях, які підкреслюють їх незалежність і впевненість у собі, а також на цінностях, пов'язаних із самореалізацією, особистісним зростанням та турботою про здоров'я. Жінки орієнтуються на партнерів, які підтримують їхнє прагнення до самовдосконалення та дозволяють зберігати баланс між сімейним життям та особистою незалежністю. Важливими для жінок є такі риси, як: доброта, підтримка та гідність, що також відображає прагнення до партнерств, що ґрунтуються на взаємній повазі та підтримці.

Отже, відмінності у сприйнятті ідеального жіночого образу можуть бути пов'язані з соціальними та культурними очікуваннями, де чоловіки більше орієнтуються на традиційні моделі жіночності та гармонії, а жінки – на більшу рівність та можливість самовираження.

2.4. Психологічні рекомендації. Лекція на тему: «Образ ідеальної жінки в уявленнях чоловіків і жінок»

Ціль: розширення у студентської молоді уявлень про образ ідеальної жінки з точок зору чоловіків і жінок.

План

1. Розгляд поняття «ідеалу» як соціального та психологічного феномену.
2. Відмінності у сприйнятті ідеального жіночого образу чоловіками та жінками.
3. Гендерний аспект та сучасні тенденції у сприйнятті ідеального жіночого образу.

Література:

1. Андрушко Л. Гендерні стереотипи в українській телерекламі. *Вісник Львівської національної академії мистецтв*. 2012. Вип. 23. С. 397-407.
2. Весельська А. Л. Гендерний аспект лідерства: теоретичний аналіз. *Наука і освіта*. 2019. №5. С. 19-24.
3. Гендерні дослідження: прикладні аспекти: монографія / [В.П. Кравець, Т.В. Говорун, О. М. Кікінежді та ін.]; за наук. ред. В.П. Кравця. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2013. 448 с.
4. Главацька Н. Д., Подкоритова Л. О. Сучасні зміни гендерних ролей дорослих. *Scientific Journal «Psychology Travelogs»*. 2021. № 2. С. 25-32.
5. Заграй Л. Д. Гендерні моделі в уявленнях молоді. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. 2019. Вип.2. С. 55-64.
6. Пантюхіна Ю. І., Шевцова О. М. Особливості уявлень чоловіків і жінок про ідеал подружнього партнера. *Київський столичний університет імені Бориса Грінченка*. 2015. №5. С. 40-46.
7. Ситник С. І., Полшкова С. Г., Яковенко С. І. Гендерні особливості уявлень про образ ідеального партнера в подружжя. *Габітус*. 2021. Вип. 29. С. 105-109.

Ідеальний образ жінки – це багатогранне явище, що склалося під впливом соціальних, культурних та психологічних факторів. Його сприйняття по-різному у чоловіків і жінок, відображає не лише особистісні переваги, а й суспільні очікування, які транслуються за допомогою медіа, виховання та національних стереотипів. Під час лекції ми розглянемо, як у чоловіків та жінок формуються образи про ідеальну жінку та які чинники на це впливають.

1. Розгляд поняття «ідеалу» як соціального та психологічного феномену

Розгляд поняття «ідеалу» як соціального та психологічного феномену є важливим для розуміння того, як формуються уявлення про бажані якості та характеристики людини. Ідеал – це певний погляд досконалості, який слугує орієнтиром для оцінки реальності. З психологічної точки зору, ідеал відображає внутрішні потреби та прагнення особистості, що формуються під впливом як особистого досвіду, так і соціального контексту. Уявлення про ідеал ґрунтуються на комбінації об'єктивних характеристик і суб'єктивного сприйняття, які часто залежать від культурних норм та соціальних очікувань.

Соціальний аспект ідеалу тісно пов'язаний із громадськими стереотипами, які визначають норми поведінки, зовнішнього вигляду та ролей людини. Через виховання, освіту, медіа та міжособистісну комунікацію людина отримує уявлення про те, які риси вважаються бажаними. Наприклад, у багатьох суспільствах жінка часто асоціюється з красою, емоційною теплотою та здатністю до турботи. Ці характеристики не є універсальними чи біологічно зумовленими, але вони закріплюються у культурі через традиції, мистецтво та соціальні практики.

Ідеал виконує кілька функцій. З одного боку, він може служити мотиваційним чинником, який спонукає людину розвиватися, досягати особистісного зростання або адаптуватися до певних соціальних умов. З іншого боку, надмірна орієнтація на ідеал може викликати внутрішній конфлікт, почуття незадоволеності собою або навіть знижувати самооцінку.

Наприклад, уявлення про «ідеальне тіло», яке активно пропагується через соціальні мережі, часто спричиняє негативні наслідки для психічного здоров'я.

Ідеали також змінюються з часом. Те, що вважалося досконалим у минулому, може втратити актуальність у сучасному контексті. Наприклад, жіночі ідеали епохи Ренесансу значно відрізняються від стандартів краси, характерних для XXI століття. Ці зміни зумовлені розвитком суспільства, новими викликами та переосмисленням гендерних ролей.

Ідеал як феномен є невіддільним від процесу соціалізації, тобто засвоєння людиною норм і цінностей, що домінують в суспільстві. Важливу роль у цьому відіграють гендерні стереотипи, які визначають, якими «мають бути» чоловіки та жінки. Ці уявлення формуються з раннього дитинства через виховання, медіа та міжособистісну взаємодію. Дівчат вчать асоціювати собі з ніжністю, красою та турботою про інших, у той час як хлопчиків спрямовують до лідерства, незалежності та успіху. В результаті ці стереотипи впливають на формування ідеалів не лише щодо себе, а й щодо інших людей. Наприклад, жінки можуть більше орієнтуватися на внутрішні якості, такі як: доброта та емоційна зрілість, тоді як чоловіки часто акцентують увагу на зовнішності.

Культурний контекст також відіграє вирішальну роль у формуванні ідеалів. У різних суспільствах існують свої уявлення про те, що є ідеальним. В деяких культурах високо цінуються природність та гармонія з навколишнім середовищем, тоді як в інших популяризуються показна розкіш та акцент на досягненнях. Такі уявлення не є статичними, вони змінюються залежно від історичних подій, економічного розвитку та впливу глобалізації. Наприклад, в умовах західної культури XX століття образ «домогосподарки» з часом трансформувався на образ «успішної жінки», яка поєднує професійну реалізацію та сімейну життя. Ця зміна супроводжувалася зміщенням фокусу із суто зовнішніх аспектів на багатогранність особистості.

Ідеал також є важливим інструментом самопрезентації, коли людина прагне відповідати певним уявленням для досягнення схвалення з боку суспільства чи певної групи. Відповідність цьому ідеалу може бути джерелом впевненості та самоповаги, проте вона також здатна викликати стреси та розчарування, якщо реальність не відповідає очікуванням. Наприклад, сучасний ідеал «успішної жінки» вимагає одночасного досягнення високих результатів у кар'єрі, підтримання фізичної привабливості та гармонійних стосунків у сім'ї. Для багатьох цей набір вимог є майже недосяжним, що створює ризики для емоційного вигорання та зниження самооцінки.

Таким чином, ідеал є складним феноменом, який одночасно відображає індивідуальні прагнення та суспільні цінності. Його вивчення дає змогу краще зрозуміти, як соціокультурні процеси впливають на психологічне сприйняття та взаємодію між людьми.

2. Відмінності у сприйнятті ідеального жіночого образу чоловіками та жінками

Відмінності у сприйнятті ідеального жіночого образу чоловіками та жінками є важливим аспектом гендерної психології. Вони відбивають як особистісні переваги, а й глибокі соціальні, культурні і біологічні впливи. Чоловіки та жінки оцінюють ідеальний жіночий образ через призму своїх ролей та очікувань, що формується під впливом виховання, досвіду та медіа.

Згідно Ю.І. Пантюхіної, О.М. Шевцова образ ідеальної жінки у уявленнях чоловіків є багатошаровою концепцією, що включає як зовнішні, і внутрішні якості.

Чоловіки більше фокусуються на зовнішніх характеристиках. У дослідженнях еволюційної психології зазначається, що чоловіки віддають перевагу ознакам, які асоціюються з молодістю, здоров'ям та здатністю до відтворення. Наприклад, такі риси, як: симетрія обличчя, ясна шкіра, певні пропорції тіла, сприймаються як привабливі у багатьох культурах. Крім того, традиційні гендерні ролі спонукають чоловіків шукати партнера, який

підтримуватиме і посилюватиме їх статус. Це призводить до того, що образ ідеальної жінки для чоловіків поєднуються краса, ніжність і готовність до турботи.

Жінки, навпаки, переважно орієнтуються на особисті якості та соціальні аспекти образу. Ідеал жінки з їх точки зору включає не тільки фізичну привабливість, а й такі риси, як: емоційна зрілість, незалежність, інтелектуальна розвиненість. Для багатьох жінок важливо, щоб ідеальний образ був не просто привабливим, а й надихаючим. При цьому вони схильні сприймати себе критичніше, порівнюючи з образами, які транслуються в медіа. Це створює додатковий тиск, пов'язаний із необхідністю відповідати відразу декільком стандартам: краси, успішності та сімейної гармонії.

Соціальні стереотипи також відіграють у формуванні цих відмінностей. Чоловіки частіше сприймають жіночу зовнішність як важливий елемент, який сприяє їх власному соціальному престижу. Жінки схильні оцінювати ідеал через призму саморозвитку та багатозадачності, що зумовлено змінами в їх соціальних ролях. Сучасна культура все частіше вимагає від жінок бути не тільки привабливими, а й успішними у професійному та особистому житті. Це призводить до того, що жіночий погляд на ідеальний образ стає комплекснішим, ніж чоловічий.

Відмінності у сприйнятті ідеального жіночого образу між чоловіками та жінками можуть бути також розглянуті з погляду впливу культурних контекстів та історичних змін. Чоловіки та жінки не лише виходять зі своїх особистих потреб, а й реагують на вимоги та очікування, закріплені у суспільстві. Наприклад, у патріархальних культурах чоловічий погляд жіночий ідеал підкреслює покірність і турботливість як головні риси. Жінки у таких суспільствах нерідко підлаштовуються під цей стандарт, прагнучи відповідати ролі хранительки домашнього вогнища. Навпаки, у суспільствах із більшою мірою гендерної рівності жінки схильні розглядати ідеал через призму самореалізації та незалежності.

Сучасні тенденції частіше ставлять під сумнів традиційні підходи до сприйняття жіночого ідеалу. Наприклад, у соціальних медіа виникають платформи, де жінки можуть уявляти себе за межами усталених меж. Це сприяє переосмисленню стандартів та створенню різноманітних образів, які охоплюють різні типи зовнішності, статури та особистісних рис. Однак важливо відзначити, що, незважаючи на цей прогрес, тиск із боку суспільства залишається значним. Жінки нерідко стикаються з подвійним стандартом: від них очікують, що вони одночасно відповідатимуть традиційним ролям та демонструватимуть успіх у кар'єрі.

Ще один аспект, який заслуговує на увагу, — це вплив віку на сприйняття ідеалу. Для чоловіків ідеальний жіночий образ залишається прив'язаним до характеристик молодості, що відбиває еволюційні уподобання. Для жінок образ ідеалу з віком може змінюватися, включаючи ширші аспекти, такі як: емоційна зрілість, соціальний статус і внутрішня гармонія. Ця відмінність стає особливо помітною в контексті реклами та масової культури, де жінки піддаються критиці за невідповідність стандартам, що ґрунтуються на зовнішності, тоді як чоловіки мають більше свободи виражати себе поза цими рамками.

Жінки з високим рівнем освіти та кар'єрними амбіціями частіше асоціюють ідеальний образ із особистісними досягненнями, незалежністю та інтелектуальною силою. Чоловіки, навіть за високого освітнього рівня, можуть продовжувати приділяти більше уваги зовнішності. Це підкреслює гендерні відмінності у тому, як кожна група інтерпретує значення ідеального образу.

Відмінності у сприйнятті ідеального жіночого образу також відображають глибші аспекти гендерної ідентичності та самопрезентації. Чоловіки та жінки не просто оцінюють один одного за різними критеріями — вони по-різному беруть і власну роль у створенні чи підтримці ідеалу. Для чоловіків образ ідеальної жінки стає відображенням їх власних очікувань та прагнень. Наприклад, якщо чоловік бачить себе як лідера чи здобувача, його

ідеал жінки включатиме риси, які доповнюють цю роль: підтримка, м'якість, здатність до адаптації. Ці очікування формуються ще в дитинстві, через виховання та спостереження за моделями поведінки батьків та суспільства.

Жінки, з іншого боку, стикаються із необхідністю багатозадачності у формуванні свого ідеального образу. Сучасні соціальні реалії диктують їм поєднання традиційних якостей, таких як: турботливість та жіночність, з характеристиками, що асоціюються з незалежністю, кар'єрним успіхом та лідерством. Це створює внутрішній конфлікт, який може спричинити напругу між громадськими очікуваннями та особистими цілями. Жінки, які прагнуть успіху у професійній сфері, часто відчують, що вони повинні додатково «доводити» свою компетентність, щоб заслужити визнання, зберігаючи при цьому зовнішні ознаки відповідності культурним стандартам краси.

Не менш важливим є те, як сприйняття ідеального образу впливає відносини. Для чоловіків ідеальна жінка може асоціюватися з комфортом та стабільністю в особистому житті, що нерідко стає ключовим чинником у виборі партнера. Жінки частіше розглядають ідеальний образ як свого роду «дзеркало», через яке вони оцінюють власні досягнення і успіх. Ця відмінність породжує різні підходи до побудови відносин та взаємодії у парах, що можна спостерігати у дослідженнях із сімейної психології. Наприклад, чоловіки можуть відчувати стрес, якщо їх партнерка не відповідає їхнім уявленням про ідеал, тоді як жінки схильні зазнавати тиску через власні спроби відповідати одночасно особистим і соціальним очікуванням.

Сучасні зміни у культурі, включаючи просування фемінізму, ідеї рівності та прийняття різноманітності, поступово трансформують ці уявлення. Чоловіки та жінки починають все частіше переосмислювати свої очікування щодо ідеального образу, орієнтуючись на унікальність, індивідуальність та взаємну повагу. Однак шлях до повної відмови від традиційних стереотипів ще далекий від завершення. Масова культура

продовжує транслювати стандарти, які закріплюють вузькі рамки жіночого ідеалу, що особливо помітно у рекламі, кіноіндустрії та соціальних мережах.

Отже, розбіжності у сприйнятті ідеалу відбивають як гендерні особливості, а й динаміку суспільства. Чоловіки та жінки будують свої уявлення про ідеал на основі різного досвіду, очікувань та потреб. Ці відмінності наголошують на важливості подальшого вивчення впливу культури, медіа та соціальних змін на формування уявлень про ідеальний жіночий образ.

3. Гендерний аспект та сучасні тенденції у сприйнятті ідеального жіночого образу

Гендерний аспект сприйняття ідеального жіночого образу є ключовим для розуміння того, як соціум формує очікування та стандарти щодо жінки. Протягом історії гендерні ролі визначали не лише функції жінок у суспільстві, а й їх зовнішній вигляд, поведінку та внутрішні якості, які вважалися бажаними. Ці ролі, закріплені через культуру, традиції та виховання, створювали вузькі межі, в яких жінка могла виявляти себе. Однак у сучасному світі ці уявлення зазнають значних змін під впливом нових соціальних та культурних тенденцій.

Сучасні зміни почалися з активного розвитку руху за гендерну рівність. Феміністські ідеї, які набули популярності у другій половині XX століття, стали основою для критики традиційних уявлень про жіночність. Вони наголошували на тому, що ідеальний жіночий образ не повинен бути обмежений виключно зовнішністю або стереотипними ролями. Жінка, як особистість, здатна обирати свій шлях, бути різною, унікальною та незалежною від суспільних очікувань. Цей рух дав імпульс розвитку концепції рівності, де зовнішні характеристики перестали бути визначальними в оцінці особистості.

Однією із ключових сучасних тенденцій є прийняття різноманітності. На відміну від минулого, коли існував один домінуючий стандарт краси, сьогодні дедалі більше цінується індивідуальність. Соціальні медіа відіграли

у цьому значну роль, надавши платформу для представлення різних типів краси та особистостей. Культура body positivity, що зародилася як у відповідь тиск стандартів краси, вчить цінувати своє тіло незалежно від його відповідності традиційним канонам. Це сприяє створенню більш інклюзивного суспільства, де ідеальний жіночий образ стає багатограним та гнучким.

Разом з тим, медіа та реклама продовжують впливати на формування сприйняття жіночого образу. Незважаючи на просування ідей різноманітності, у масовій культурі все ще транслуються ідеали, які закріплюють вузькі стандарти. Зовнішній вигляд подається як головний критерій жіночої цінності, що може викликати у жінок почуття недостатності та знижувати самооцінку. Однак зростання обізнаності та критичного ставлення до цих стандартів призводить до появи альтернативних підходів, які акцентують увагу на внутрішній силі, інтелектуальних та творчих здібностях.

Гендерний аспект сприйняття ідеального жіночого образу пов'язаний зі зміною ролей жінок на суспільстві. Сьогодні вони все частіше займають провідні позиції у політиці, бізнесі, науці, що потребує переосмислення того, що вважається ідеальним. Образ успішної жінки більше не обмежується лише сім'єю чи зовнішньою привабливістю — він включає незалежність, професіоналізм та здатність впливати на навколишній світ. Це позначається і на чоловічому сприйнятті: чоловіки починають цінувати в жінок якості, які виходять за межі традиційних ролей, такі як амбіції, інтелект та лідерство.

Сучасні тенденції сприйняття ідеального жіночого образу не можна розглядати у відриві від глобалізації та впливу технологій. В епоху цифрових медіа люди мають доступ до величезної кількості інформації, образів та ідей, які перетинаються та взаємодіють. Це відкриває нові можливості для жінок виражати себе поза традиційними культурними рамками, проте одночасно посилює тиск через постійно змінювані стандарти.

Однією із значних проблем залишається парадокс ідеалу. З одного боку, просуваються ідеї різноманітності та автентичності, де жінка може бути будь-якою: успішною бізнес-леді, дбайливою матір'ю, творчою особистістю чи поєднувати все це одночасно. З іншого боку, культурний тиск у медіа часто створює новий «ідеал», який має на увазі необхідність відповідності одразу безлічі вимог. Це може включати кар'єрний успіх, спортивну форму, доглянутість, емоційну стабільність та активне соціальне життя. Таке поєднання найчастіше стає недосяжним, що посилює внутрішній конфлікт та стрес.

Гендерний аспект сприйняття ідеального жіночого образу пов'язаний із міжпоколінськими відмінностями. Молоде покоління жінок все частіше відкидає нав'язані стереотипи, обираючи шлях самореалізації та свободи від суспільних очікувань. Для них ідеальний образ більше не пов'язаний виключно з фізичною красою або відданістю певним ролям. Жінки акцентують увагу на самовираженні, прийнятті себе та своїх особливостей. Доросле покоління жінок, що особливо виросло в умовах більш жорстких гендерних ролей, може відчувати складнощі в адаптації до цих нових стандартів. Серед них спостерігається перехід до більшого прийняття себе та прагнення особистісного зростання.

Чоловіче сприйняття жіночого образу трансформується. Все більше чоловіків починають цінувати особисті якості жінок, такі як: інтелект, незалежність та здатність приймати рішення. Це з зміною гендерних ролей у суспільстві, і зі зростанням усвідомлення важливості рівноправності. Проте традиційні елементи, такі як: фізична привабливість, залишаються важливим чинником для багатьох. Це наголошує на необхідності подальшого діалогу про те, як гендерні очікування можуть трансформуватися та розвиватися.

Сучасні зміни створюють основу на формування більш інклюзивного підходу до сприйняття жіночого образу. Перехід від статичних стандартів до різноманіття та гнучкості дозволяє жінкам почуватися вільніше у виборі свого шляху.

Процес трансформації сприйняття ідеального жіночого образу також пов'язаний із культурними та соціальними рухами, які активно поширюються в останні десятиліття. Наприклад, такі рухи як фемінізм, body positivity, інклюзивність та прийняття різноманітності фізичної зовнішності відіграли важливу роль у зміні суспільного сприйняття. Жінки все частіше відмовляються від стандартів, які обмежували їх свободу вибору, і починають заявляти про право бути різними, незалежно від тілесних характеристик, віку, етнічної приналежності чи соціальних ролей.

Моделі краси, що колись сприймалися як ідеал, більше не обмежуються вузькими межами. В останні роки можна помітити посилення акценту на природності, відмови від надмірної обробки зображень та прийняття недосконалостей. Кампанії з просування тілесного позитивізму, такі як «No Filter» або «Love Your Body», активно впливають на сприйняття жіночого ідеалу, пропонуючи нове розуміння краси, яке включає як фізичне, так і внутрішнє прийняття.

Незважаючи на прогрес, старі стереотипи все ще зберігаються та продовжують впливати на жіночий образ. Культура споживання та реклами продовжує транслювати стандарти, які підкреслюють такі якості, як: молодість, стрункість та фізична привабливість. В останні роки спостерігається зростаюча увага до різноманітніших образів, ідеалізовані зображення жінок у журналах, рекламі та кіно все ще залишаються домінуючими. Це створює двоїсті стандарти, де жінки можуть відчувати тиск як із боку суспільства, і із боку себе.

У цьому контексті гендерний аспект сприйняття ідеального жіночого образу відіграє ключову роль у формуванні самооцінки та самосвідомості жінок. Для жінок, які виростили в умовах домінування традиційних стандартів, процес переходу до більш інклюзивних та різноманітних уявлень про жіночу красу може бути непростим. Це вимагає внутрішнього прийняття та переосмислення тих образів, які були нав'язані протягом десятиліть. Жінки,

які прагнуть звільнитися від соціальних очікувань, можуть зіткнутися з конфліктами між особистим сприйняттям та суспільними вимогами.

З іншого боку, чоловіки як представники суспільства також починають усвідомлювати свою роль у зміні сприйняття ідеалу. В останні роки спостерігається тренд, коли чоловіки все частіше цінують не лише зовнішню красу, а й внутрішні якості жінок, такі як: розум, амбітність, незалежність та здатність до емпатії. Ця зміна у сприйнятті жіночого образу відображає ширші соціальні зміни, пов'язані з гендерною рівністю та прагненням до більш здорових та збалансованих відносин між чоловіками та жінками.

Таким чином, гендерний аспект та сучасні тенденції сприйняття ідеального жіночого образу демонструють динамічність цього феномену. Вплив традиційних уявлень поступово зменшується, поступаючись місцем ідеалам, заснованим на свободі вибору, унікальності та рівності. Це створює можливості формування нового розуміння жіночої ідентичності, яке враховує як соціальні очікування, а й особисті прагнення кожної жінки.

Висновки до другого розділу

1. Порівняльний аналіз змісту усвідомлених уявлень чоловіків про ідеальну жінку виявило, що ідеальна жінки в уявленнях чоловіків має привабливу зовнішність, добра, життєрадісна, не конфліктна, вірна, хороша дружина та матір, а з іншого – самостійна, відповідальна та прагне до кар'єрного зростання.

2. Порівняльний аналіз змісту усвідомлених уявлень чоловіків про ідеальну жінку у жінок та чоловіків показав, що у жінок переважає червоний колір, а у чоловіків – жовтий. Жінки, які віддають перевагу червоному кольору, часто асоціюють його з енергією, пристрастю, силою та впевненістю. Чоловіки, які віддають перевагу жовтому кольору, асоціюють його з оптимізмом, радістю, ясністю та інтелектуальною енергією.

3. Порівняльний аналіз змісту соціальних уявлень чоловіків і жінок про ідеальну жінку вказує на значні відмінності у пріоритетах та цінностях. Ці відмінності відбивають різні погляди на ідеал жінки, сформовані у тих традиційних гендерних ролей і сучасних соціальних змін. Жінки акцентують увагу на зовнішності та доглянутості, що пов'язано з важливістю самоприйняття та впевненості у власній зовнішності. У той час як чоловіки віддають перевагу фізичним параметрам, що може бути пов'язане з біологічними інстинктами та еволюційними факторами, такими як привабливість для розмноження. Стосовно особистих якостей чоловіки орієнтуються на почуття гумору, доброта і життєлюбність, що з їх очікуванням від жінки створення гармонійної атмосфери у відносинах. Жінки, у свою чергу, підкреслюють незалежність та впевненість у собі як важливі характеристики ідеального чоловіка, що відображає сучасні тенденції до рівності у відносинах та прагнення до особистісного зростання.

ВИСНОВКИ

1. Проведено теоретичний аналіз соціальних уявлень як компонента буденної свідомості людини. Соціальні уявлення – це колективні схеми, за допомогою яких люди розуміють і пояснюють світ, навколишні явища та своє життя в ньому. Соціальні уявлення про ідеальну жінку виникають та функціонують під впливом безлічі факторів, включаючи культуру, історію, засоби масової інформації, а також соціальні та гендерні стереотипи. Соціальні уявлення про ідеальну жінку формують нормативні очікування, які диктують поведінку та настанови, які сприймаються як «правильні» або «неправильні». Очікування щодо того, як має виглядати і поводитися жінка, створюють громадський тиск, що впливає на її думки, ставлення до себе та кар'єри. Коли жінка не відповідає ідеалу, суспільство може використовувати різні механізми тиску – від критики та осуду до маргіналізації. Жінки будують власну ідентичність на основі стандартів, які існують у суспільстві. Для чоловіків важливими є зовнішні якості, оскільки вони є важливими у сприйнятті ідеальної жінки – краса та доглянутість, а також внутрішні якості – емпатія та турбота.

2. Образ «ідеальної жінки» наприкінці XX – на поч. XXI ст. зазнав значних змін, визначним став акцент на її незалежність та самовизначення. Під час широкомасштабної війни (з 2022 р.) відбулися значні зміни у соціальних уявленнях про жінок. Жінки все частіше стають нарівні з чоловіками-військовими, що змінило уявлення про традиційні гендерні ролі. В умовах війни стереотипні уявлення про «жіночність» та «мужність» розмиваються.

3. Проведено емпіричне дослідження уявлень про ідеальну жінку у представників різної статі. Дослідження змісту *усвідомлених уявлень* чоловіків та жінок про ідеальну жінку показало, що ідеальною *для чоловіків* є жінка, з одного боку, – приваблива зовнішньо, добра, життєрадісна, не

конфліктна, вірна, хороша дружина та матір, а, з іншого, – самотійна, відповідальна, здатна до кар'єрного зростання.

Уявлення *жінок про ідеальну жінку* відрізняються від чоловічих уявлень. Жінки, так само як і чоловіки, акцентуються на зовнішності, але не стільки на фізичних її параметрах, скільки на загальному образі, враженні, яке справляє жінка на оточуючих людей. Ідеальна жінка: впевнена у собі, незалежна, емоційно зріла та емпатійна; проявляє доброту; підтримає у важку хвилину. самодостатня. Має хобі, веде здоровий спосіб життя, цікавиться спортом, прагне до особистого зростання. В житті такої жінки існує баланс між сім'єю та кар'єрою, вона все встигає і бути дружиною, матір'ю та просуватися кар'єрними сходами.

4. Дослідження змісту *неусвідомлюваних уявлень чоловіків* про ідеальну жінку виявило асоціації з активністю, енергійністю та рішучістю. Отже, ідеальна жінка – енергійна, пристрасна, впевнена у собі.

У *жінок* образ ідеальної жінки асоціюється з життєрадісністю, оптимізмом, самовираженням, відкритістю новому досвіду.

Здійснений теоретичний аналіз та наші емпіричні розвідки, засвідчують певні зміни в соціальних уявленнях про ідеал жінки у контексті сучасних реалій (зокрема в умовах війни), де традиційні гендерні стереотипи починають розмиватися, а жінки все частіше займають активну роль на рівні з чоловіками у різних сферах діяльності, включаючи військову службу.

5. Розроблено лекцію на тему: «Образ ідеальної жінки в уявленнях чоловіків і жінок».

Ціль лекції – розширення у студентської молоді уявлень про образ ідеальної жінки з гендерних позицій: чоловічої і жіночої. Перше питання присвячено розгляду поняття ідеалу як соціального та психологічного феномену. Студенти вивчають, як формується ідеальний образ залежно від культури, часу та індивідуального сприйняття. Друге питання охоплює відмінності у сприйнятті ідеального жіночого образу чоловіками та жінками. Третє питання присвячено гендерному аспекту та сучасним тенденціям у

сприйнятті жіночого ідеалу. Розглядаються: феміністичний рух, body positivity та роль соціальних медіа у переосмисленні традиційних уявлень про феномен краси та роль жінки у сучасному суспільстві.

Перспективи подальших досліджень, на наш погляд, можуть полягати у вивченні вікових, культурних, релігійних аспектів проблеми уявлень про образ ідеальної жінки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрушко Л. Гендерні стереотипи в українській телерекламі. *Вісник Львівської національної академії мистецтв*. 2012. Вип. 23. С. 397-407.
2. Байдак М. «Жінка із фронту». *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка*. 2014. Вип. 1. Част. 2. 198 с.
3. Байдарова О. О. Складна життєва ситуація як конструкт буденної свідомості. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАНП України*. 2013. Т. 7. Вип.31. С. 7-15.
4. Булах І. С. Особистісний розвиток людини в контексті наукових позицій українських психологів. *Психологія та психосоціальні інтервенції*. 2019. Том 2. С. 13-19.
5. Васищев В. С. Психологія подружніх взаємин: теоретико-методологічні підходи до дослідження. *Вісник Національного університету оборони України*. Зб-к наук. праць. К.: НУОУ, 2011. Вип. 5 (24). С. 93-98.
6. Весельська А. Л. Гендерний аспект лідерства: теоретичний аналіз. *Наука і освіта*. 2019. №5. С. 19-24.
7. Власюк Д., Кузьміна К. Гендерні установки щодо протилежної статі в юнацькому віці: когнітивний аспект. *Гендерні аспекти в методологіях гуманітарних наук : матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Луцьк, 9–10 грудня 2014 р. Луцьк : ВАТ «Волинська обласна друкарня»*. 2014. С. 36-42.
8. Гапішко К. Б., Кучманич І. М. Взаємозв'язок психологічної зрілості жінки з наслідуванням жіночих ролей у сімейних системах. *Габітус*. 2023. Вип. 45. С. 115-120.
9. Гірченко О. Л. Образ національного героя (жінки) в уявленнях студентської молоді. *Актуальні проблеми психології*. 2023. Т.7. Вип.36. С. 131-144.

10. Гендерні дослідження: прикладні аспекти: монографія / [В.П. Кравець, Т.В. Говорун, О. М. Кікінежді та ін.]; за наук. ред. В.П. Кравця. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2013. 448 с.
11. Герасимчук О., Черниш В. Практика соціальної роботи із внутрішньо переміщеними особами в Україні. *Журнал соціальної роботи*. 2022. №19(2). С. 165-181.
12. Главацька Н. Д., Подкоритова Л. О. Сучасні зміни гендерних ролей дорослих. *Scientific Journal «Psychology Travelogs»*. 2021. № 2. С. 25-32.
13. Гупаловська В. Гендерні детермінанти суб'єктивного благополуччя жінок: теоретичний аналіз. *Соціогуманітарні проблеми людини*. 2018. №4. С. 208-223.
14. Заграй Л. Д. Гендерні моделі в уявленнях молоді. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. 2019. Вип.2. С. 55-64.
15. Коваленко Ю. П. Образи сучасних жінок в українському суспільстві. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2015. Вип. 1. С. 65-66.
16. Корпоративна відповідальність поважати права людини в умовах внутрішнього переміщення: гендерний компонент : методичне керівництво / О. Уварова, М. Ясеновська. Харків, 2020. 42 с.
17. Кірюхіна М. В., Хомяк О. В. Історичні подвиги жінок із України у війнах. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. 2023. Том 34 (73). № 1. С. 62-68.
18. Лосієвська О. Г., Беляєва Л. В. Гендерні аспекти у вивченні відношення жінки до материнства. Соціально-психологічні проблеми гендерної стратифікації суспільства: зб. наук. праць / За заг. ред. д. психол. н., проф. Ю.О. Бохонкової. Сєверодонецьк: вид-во СНУ ім. В. Даля, 2020. С. 133-136.
19. Михайленко О. Рольовий підхід до вивчення особистості. *Збірник наукових праць Проблеми сучасної психології*. 2019. №. 21. С. 426-435.

20. Олейник Н. О., Бабатіна С. І. Феномен любові в уявленнях чоловіків та жінок. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. 2020. Том 31 (70). № 4. С. 51-57.
21. Орловська О. А. Стереотипні жіночі образи в сучасній рекламі. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. 2021. Том 32 (71). № 1. С. 69-74.
22. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С.Д. Максименка, В.Л. Зливкова, С.Б. Кузікової. Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2015. 430 с.
23. Пантюхіна Ю. І., Шевцова О. М. Особливості уявлень чоловіків і жінок про ідеал подружнього партнера. *Київський столичний університет імені Бориса Грінченка*. 2015. №5. С. 40-46.
24. Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник / уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище. Вид. 2-ге, виправл. Ужгород: Вид-во Олександра Гаркуші, 2012. 616 с.
25. Ситник С. І., Полшкова С. Г., Яковенко С. І. Гендерні особливості уявлень про образ ідеального партнера в подружжя. *Габітус*. 2021. Вип. 29. С. 105-109.
26. Соць В. А., Мартинчук І. І. Формування ідеалу жіночої краси в середні віки. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. 2017. №3. С. 16-19.
27. Срібна О. В. Психологічні особливості самовизначення сучасної жінки. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2020. №4. С. 276-285.
28. Українське суспільство в умовах війни. 2022: Колективна монографія / С. Дембіцький, О. Злобіна, Н. Костенко та ін.; за ред. член.-кор. НАН України, д. філос. н. Є. Головахи, д. соц. н. С. Макеєва. Київ: Інститут соціології НАН України, 2022. 410 с.
29. Moscovici S. Notes towards a description of Social Representations. *European Journal of Social Psychology*. 1998. №18(3). С. 211-250.

30. Rubchak M. Evolution of a Feminist Consciousness in Ukraine and Russia. *The European Journal of Women's Studies*. 2001. Vol.8 (2). P. 149-160.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета «Образ ідеальної жінки»

1. Анкета «Образ ідеальної жінки» - використовується для того, щоб визначити зміст усвідомлених (відрефлексованих) уявлень чоловіків і жінок про ідеальну жінку.

Інструкція: Опишіть, будь ласка, як Ви собі уявляєте, хто така ідеальна жінка. Орієнтуйтеся на такі категорії:

Зовнішність: _____

Риси характеру: _____

Манера поведінки і звички: _____

Спрямованість інтересів, цінності: _____

Додаток А1

Результати анкети «Образ ідеальної жінки» (жінки)

№	Зовнішність	Риси характеру	Манера поведінки і звички	Спрямованість інтересів, цінності
1	самоприйняття, доглянутість	впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	гідність, доброта та підтримка	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, хобі та спорт
2	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, хобі та спорт
3	самоприйняття, доглянутість	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст
4	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, кар'єрний зріст, хобі та спорт
5	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти,

				кар'єрний зріст
6	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість	гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти
7	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, кар'єрний зріст, хобі та спорт
8	самоприйняття, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти
9	доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, співчуття та емпатія	гідність, доброта та підтримка	особистісне зростання, здоровий спосіб життя
10	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
11	самоприйняття,	впевненість у	вміння бути	особистісне

	доглянутість	собі, співчуття та емпатія	собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	зростання, здоровий спосіб життя
12	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість	вміння бути собою, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
13	самоприйняття, доглянутість	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість	гідність, доброта та підтримка	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, кар'єрний зріст, хобі та спорт
14	самоприйняття, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
15	самоприйняття, доглянутість	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, хобі та спорт

16	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
17	доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	вміння бути собою, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
18	самоприйняття, доглянутість	впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти
19	самоприйняття, доглянутість	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість	вміння бути собою, доброта та підтримка	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти
20	самоприйняття, доглянутість	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти,

				кар'єрний зріст, хобі та спорт
21	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
22	доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, співчуття та емпатія	вміння бути собою, доброта та підтримка	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
23	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти
24	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	впевненість у собі, емоційна зрілість	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка	сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
25	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та

				спорт
26	самоприйняття, доглянутість	незалежність, впевненість у собі, співчуття та емпатія	вміння бути собою, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
27	самоприйняття, доглянутість	незалежність, впевненість у собі, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка	сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
28	самоприйняття, доглянутість, вираз індивідуальності	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість	вміння бути собою, гідність, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
29	самоприйняття, доглянутість	незалежність, впевненість у собі, емоційна зрілість, співчуття та емпатія	вміння бути собою, доброта та підтримка, самодостатність	особистісне зростання, сім'я, любов, діти, кар'єрний зріст, хобі та спорт
30	доглянутість	незалежність, впевненість у собі, співчуття та емпатія	вміння бути собою, гідність	здоровий спосіб життя, сім'я, любов, діти, кар'єрний

				зріст, хобі та спорт
--	--	--	--	----------------------

Додаток А2

Результати анкети «Образ ідеальної жінки» (чоловіки)

№	Зовнішність	Риси характеру	Манера поведінки і звички	Спрямованість інтересів, цінності
1	доглянутість, акуратність стильній, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, життєрадісність, високий рівень інтелекту, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі,
2	стильний, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, життєрадісність, високий рівень інтелекту, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація	заняття спортом, прагнення до розвитку
3	стильний, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, життєрадісність, високий рівень інтелекту, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність	заняття спортом, прагнення до розвитку, вірність
4	доглянутість, акуратність стильній, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, життєрадісність, високий рівень інтелекту, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і	сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, заняття спортом, розвитку, вірність

			грація	
5	доглянутість, акуратність стильній, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, впевненість у собі, життєрадісність, високий рівень інтелекту, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, розвитку, вірність
6	доглянутість, акуратність	доброта, емоційність, впевненість у собі, життєрадісність, високий рівень інтелекту, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі
7	пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра стильній, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, впевненість у собі, життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, розвитку, вірність
8	пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	доброта, емоційність, впевненість у собі, життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність	вірність, чесність, наявність хобі, заняття спортом, розвитку, вірність
9	стильній, елегантний	доброта,	відсутність	вірність,

	одяг, взуття	емоційність, впевненість у собі, життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація	чесність, сім'я, бажання мати дітей, заняття спортом
10	стильний, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, впевненість у собі, життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність, відповідальність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, заняття спортом, розвитку, вірність
11	стильний, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, самостійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, заняття спортом
12	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	доброта, впевненість у собі, життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність,	вірність, чесність, наявність хобі, розвитку, вірність

			відповідальність	
13	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	доброта, емоційність, впевненість у собі, життєрадісність, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), не конфліктність, відповідальність	вірність, чесність, заняття спортом, сім'я, бажання мати дітей, розвитку, вірність
14	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	доброта, впевненість у собі, життєрадісність, високий рівень інтелекту, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація	вірність, заняття спортом, чесність, наявність хобі
15	пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	доброта, емоційність, життєрадісність, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність, відповідальність, самотійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, розвитку, вірність
16	доглянутість, акуратність стильній, елегантний одяг, взуття	доброта, впевненість у собі, життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), відповідальність, самотійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, розвитку, вірність

17	доглянутість, акуратність стильній, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, впевненість у собі, життєрадісність, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність, відповідальність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, заняття спортом, розвитку, вірність
18	доглянутість, акуратність стильній, елегантний одяг, взуття	доброта, емоційність, життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність, самоствореність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, заняття спортом
19	пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	доброта, емоційність, високий рівень інтелекту, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), не конфліктність, відповідальність, самоствореність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, заняття спортом
20	пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	доброта, емоційність, життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, заняття спортом, розвитку,

			конфліктність, відповідальність, самотійність	вірність
21	пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	життєрадісність, високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність, відповідальність, самотійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі
22	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	емоційність, життєрадісність, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність, самотійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, розвитку, вірність
23	доглянутість, акуратність	доброта, емоційність, впевненість у собі, життєрадісність, креативність, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), не конфліктність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, заняття спортом, розвитку, вірність
24	доглянутість, акуратність пропорційність тіла,	впевненість у собі, життєрадісність,	відсутність шкідливих звичок (паління,	вірність, чесність, сім'я, бажання

	стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	високий рівень інтелекту, креативність, почуття гумору	надмірне вживання алкоголю), не конфліктність, відповідальність	мати дітей
25	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	впевненість у собі, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), не конфліктність, відповідальність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, заняття спортом
26	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	впевненість у собі, почуття гумору	відсутність шкідливих звичок (паління, надмірне вживання алкоголю), жіночність і грація, не конфліктність, самотійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі
27	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	впевненість у собі, почуття гумору	відповідальність, самотійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, заняття спортом
28	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче	креативність, впевненість у собі	відповідальність, самотійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі

	волосся, сяюча шкіра			
29	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	креативність, впевненість у собі	відповідальність, самотійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, заняття спортом
30	доглянутість, акуратність пропорційність тіла, стрункість, розмір грудей, блискуче волосся, сяюча шкіра	креативність, життєрадісність	відповідальність, самотійність	вірність, чесність, сім'я, бажання мати дітей, наявність хобі, заняття спортом

Додаток Б

Результати «Колірного тесту ставлень» (О. Еткінда)

№	Обраний колір	
	Жінки	Чоловіки
1	синій	жовтий
2	синій	синій
3	зелений	коричневий
4	сірий	синій
5	червоний	зелений
6	синій	жовтий
7	зелений	коричневий
8	червоний	сірий
9	жовтий	жовтий
10	коричневий	зелений
11	синій	червоний
12	червоний	фіолетовий
13	червоний	коричневий
14	зелений	жовтий
15	жовтий	червоний
16	червоний	фіолетовий
17	фіолетовий	жовтий
18	жовтий	зелений
19	фіолетовий	фіолетовий
20	червоний	жовтий
21	жовтий	жовтий
22	фіолетовий	червоний
23	червоний	фіолетовий
24	чорний	жовтий
25	червоний	зелений
26	жовтий	фіолетовий
27	жовтий	жовтий
28	жовтий	червоний
29	зелений	зелений
30	червоний	чорний